

VERRINES SALEES ET SUCREES

Cours de cuisine du 16 décembre 2015

CREME DE LENTILLES ET COMPOTEE DE TOMATES (pour 8 ou 10 petites verrines)

Ingrédients

1 boîte de lentilles préparées
3 CS de crème fraîche
Curcuma ou coriandre selon votre goût
1 petite boîte de 400 g de tomates pelées en dés
Paprika et herbes de Provence
1 petit bocal de 100 g de poivrons
Piment doux en poudre
Sel, poivre

Préparation

Faire compoter dans une poêle les tomates, les poivrons, le paprika, les herbes de Provence, le poivre, le sel et une pointe de piment doux. Mixer si nécessaire.
Mixer les lentilles égouttées, la crème fraîche, le curcuma ou la coriandre. Mettre le mélange dans les verrines.
Poser dessus la compotée de tomates.

VELOUTE FROID DE BETTERAVE AU CHEVRE (pour 8 petites verrines)

Ingrédients

2 betteraves cuites
100 gr de fromage de chèvre
10 cl de crème liquide
1 CC rase de cumin
150 g de fromage blanc
1 gousse d'ail
2 CS de crème fraîche épaisse
Herbes (persil, ciboulette)
Sel, poivre

Préparation

Couper les betteraves en petits dés. Répartir un 1/3 au fond des verrines.
Mettre le reste dans un mixeur avec le fromage de chèvre, la crème liquide, le sel, le poivre et le cumin. Mixer et mettre ce mélange dans les verrines. Mettre au frais.
Mélanger dans un bol 150 gr de fromage blanc, l'ail, la crème épaisse, les herbes, le sel et le poivre.
Verser sur les verrines et les remettre au frais.

SALADE OCEANE (pour 6 à 8 petites verrines)

Ingrédients

150 g de petites pâtes
100 g de surimi râpé
100 g de fromage blanc
2 CS de mayonnaise
1 CS d'aneth ciselé
Sel et poivre

Préparation

Faire cuire les pâtes al dente. Une fois égouttées, les passer sous l'eau froide afin de les refroidir immédiatement.

Verser les pâtes dans un plat. Ajouter le fromage blanc, la mayonnaise, l'aneth, les 2/3 du surimi, saler et poivrer. Décorer d'aneth.

Il est possible de remplacer le surimi par des dés de saumon fumé.

VERRINES KIWIS ET SAUMON FUME

Ingrédients

4 à 5 kiwis mûrs
4 à 5 tranches de saumon fumé
60 g de fromage frais nature (St Môret ou Philadelphia)
4 à 5 CS de crème liquide
Ciboulette
Poivre

Préparation

Mélanger le fromage frais et la crème liquide. Poivrez et ciselez la ciboulette par-dessus.

Peler et couper les kiwis en morceaux, et les disposer dans le fond des verrines.

Couper le saumon fumé en petites lanières et l'ajouter dans les verrines.

Ajouter le mélange fromage frais-crème sur le saumon et décorer avec un peu de ciboulette ciselée.

CREME AU CITRON (pour 12 petites verrines)

Ingrédients

6 CS de jus de citron (jaune et vert) ou le jus de 2 citrons
40 cl d'eau
80 g de sucre en poudre
40 gr de maïzena
2 œufs
40 g de beurre
Palets bretons ou spéculoos

Préparation

Mettre dans une casserole 6 cuillères à soupe de jus de citron et 40 cl d'eau. Délayée 40 gr de maïzena avec un peu d'eau tiède et l'ajouter. Porter à ébullition. Remuer avec une cuillère en bois et laisser épaissir à feu doux jusqu'à l'obtention d'une crème. Hors du feu, ajouter le beurre et 2 œufs battus.

Mettre une couche de crème au citron au fond des verrines, puis une couche de petits gâteaux écrasés, puis à nouveau une couche de crème et de gâteaux.

Mettre au frais jusqu'au moment de servir.

VERRINE EXPRESS AU CAFE (pour 8 petites verrines)

Ingrédients

4 petits pots de crème au café
2 poires fondantes
6 biscuits (palets bretons ou spéculoos)

Préparation

Dans un saladier, déposer les pots de crème et les fouetter pour les rendre lisses.
Emietter grossièrement les biscuits.
Peler les poires et les couper en petits dés.
Répartir un peu de crème au café au fond des verrines, ajouter les dés de poire, à nouveau de la crème café et saupoudrer des brisures de biscuits.

CREME COCO PERLEE (pour 12 ou 14 petites verrines)

Ingrédients

40 cl de lait de coco
20 cl de lait
4 CS de sucre glace
40 g de perles du Japon
Ananas frais ou en conserve

Préparation

Faire cuire les perles du Japon dans le lait de coco, le lait et le sucre glace sans cesser de remuer, sur feu doux, pendant une dizaine de minutes.
Laisser refroidir.
Disposer au fond des verrines des dés d'ananas, puis verser le lait de coco aux perles du Japon, puis remettre de l'ananas et à nouveau des perles.
Il est possible de remplacer l'ananas par de la mangue.

