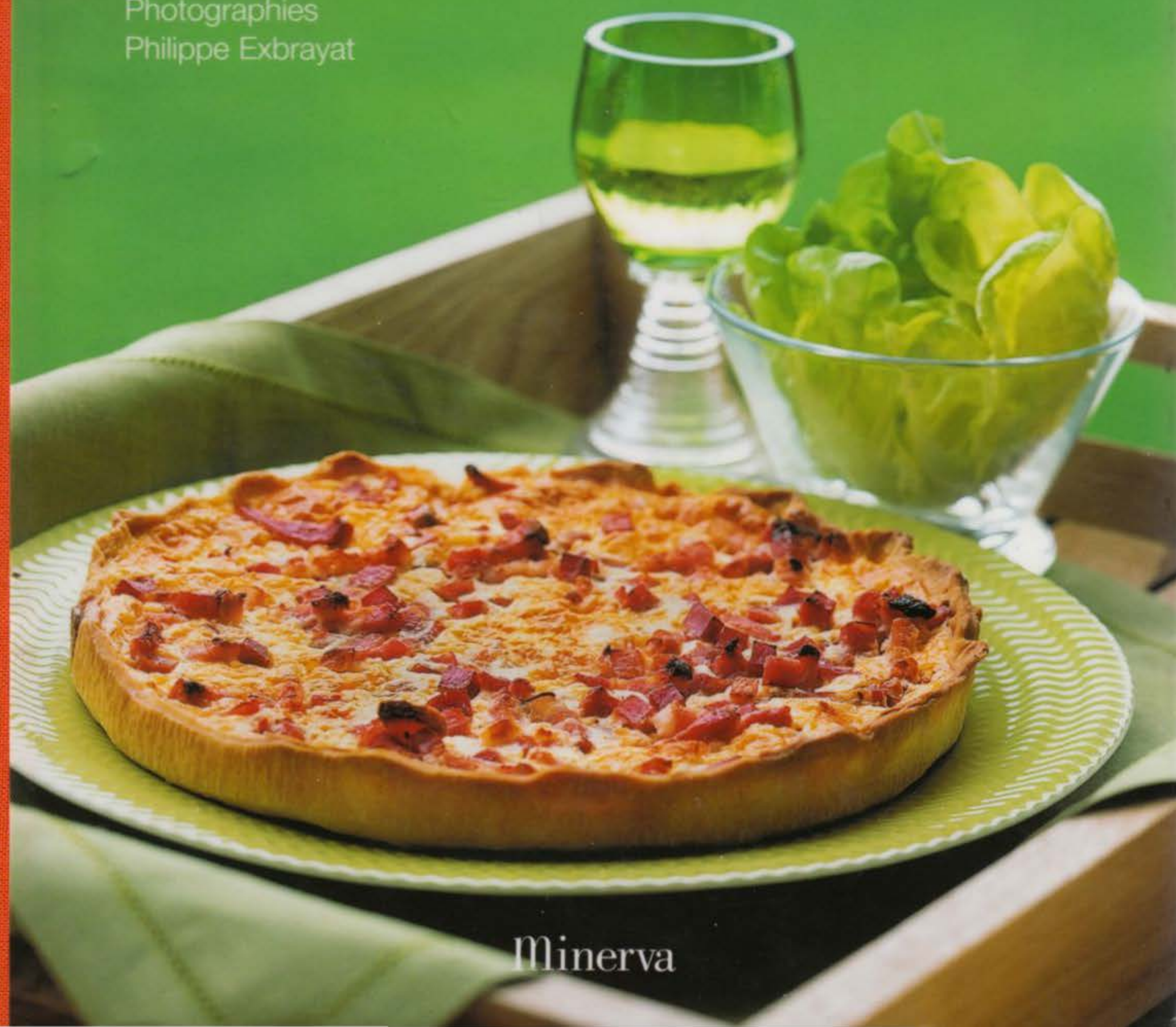


Sophie Dudemaine

Tartes & Salades

de **Sophie**

Photographies
Philippe Exbrayat



Minerva



Au cœur du pays d'Auge et à 10 minutes de Deauville,
découvrez La Maison de Sophie.
Chambres d'hôte, tables d'hôte
et cours de cuisine pour des séjours de rêve !

La Maison de Sophie
Le Presbytère
14950 Saint-Étienne-La-Thillaye
Tél. 02 31 65 69 97
www.lesdomainesdesophie.com

Conception graphique : Anne Schlaffmann

Connectez-vous sur :
www.lamartiniere.fr

© 2004 Éditions Minerva, Genève (Suisse)
ISBN : 2-8307-0749-4

Tous droits de traduction, d'adaptation et de reproduction,
sous quelque forme que ce soit, réservés pour tous pays.

Sophie Dudemaine

Tartes & Salades de Sophie

Photographies : Philippe Exbrayat
Stylisme : Pascale Parmentier

Minerva

● Les conseils de Sophie 6

● Les pâtes à tarte 10

Pâte sucrée	10	11	Pâte brisée
Pâte brisée croustillante	10	11	Pâte feuilletée
Pâte sablée	11		

● À l'heure du salé 13

Tarte au lard	15	48	Tarte aux oignons
Salade de céleri-rave			Salade de cresson aux lardons
Tarte au poulet	16	50	Tarte au munster
Salade de roquette			Salade de cervelas
Tarte soufflée au chou-fleur	18	51	Tarte aux endives
Salade de jambonneau			Salade aux fleurs
Tarte fine aux pommes de terre et aux Saint-Jacques	22	53	Tarte fine aux cèpes, à la coppa et au parmesan
Salade d'asperges et de mâche au bacon			Salade de pousses d'épinards aux amandes
Tarte au gorgonzola et au parme	24	54	Tartelettes à la ratatouille confite
Salade d'endives			Salade d'herbes
Tarte au crabe	27	59	Tarte au chèvre et aux échalotes
Frisée aux oranges			Salade aux poires et au foie gras
Tarte de Montbéliard	28	60	Tarte aux champignons
Salade de carottes cuites			Salade de haricots verts
Tarte à la choucroute	29	63	Tarte à l'aubergine et aux pignons de pin
Salade de pommes de terre au vin blanc			Frisée aux foies de volaille
Mini-tartelettes	33	64	Tarte au cabillaud
au roquefort et à la banane			Salade feuille de chêne à la menthe
Salade de mâche aux noix		65	Tarte au camembert
Tarte bolognaise	35		Salade aux pommes et aux noix
Salade de carottes et de betteraves		69	Tarte façon flammekueche
Tartelettes marocaines	36		Frisée aux lardons
Salade de courgettes		70	Tarte au haddock
Tarte blanche	41		Salade de haricots verts aux noix
Salade de tomates		71	Tarte au fromage de brebis
Tarte aux rillettes	42		Salade d'asperges
Batavia au parmesan		73	Tarte au thon
Pissaladière	47		Salade de riz aux tomates confites
Salade aux anchois			

Quiche lorraine	74	85	Tarte à l'andouillette
Salade de champignons et de gruyère			Salade de mesclun au cantal
Tartelettes aux escargots	76	88	Tarte à l'andouille
Laitue à l'ail			Salade tiède de lentilles aux girolles
Tarte aux poireaux	80	89	Tarte savoyarde
Salade de chèvres rôtis			Salade aux tomates confites
Tarte aux deux saumons	82	92	Tartelettes aux langoustines
Salade de pousses d'épinards			Salade de cèpes
Tarte au Boursin®	84	94	Tarte fine à l'italienne
Salade de pommes de terre aux radis			Batavia aux croûtons

● À l'heure du sucré 97

Tarte à la rhubarbe	98	127	Tarte à la noix de coco et à l'ananas
Crème fouettée			Glace à la noix de coco
Tarte au sucre façon Sophie	101	129	Flan parisien
Salade de pêches			Salade de pruneaux
Tarte aux pommes à l'alsacienne	102	130	Tarte au chocolat
Glace à la cannelle			Salade d'oranges
Tartelettes au citron et à la noix de coco	103	131	Tarte fine aux abricots
Salade de bananes et de mangues			Salade de poires aux pistaches
Tarte aux betteraves	106	134	Tarte aux figues
Coulis de groseille			Glace au miel
Tarte aux nectarines et au pain d'épice	108	136	Tarte aux poires et aux amandes
Granité de pamplemousses au cidre			Sauce au chocolat
Tarte à la banane	109	138	Tarte au fromage blanc
Chantilly au chocolat			Salade de fraises et de framboises
Tartelettes au riz	111	140	Tartelettes à la crème brûlée
Sauce au caramel			Salade de cerises
Tarte chocolat-chocolat	112	145	Tarte aux noix et au sirop d'érable
Crème anglaise			Glace vanille aux pépites de chocolat
Tarte aux noix de pécan	116	147	Tarte fine au Nutella® et à la banane
Glace au caramel			Glace à la banane
Tarte aux amandes	119	148	Tarte aux pommes
Salade de melon au citron vert			Sorbet au fromage blanc
Tartelettes au café	120	152	Tarte aux fraises
Sorbet au cacao			Coulis de fruits rouges
Tarte aux pralines	122	154	Tarte aux quetsches
Salade d'hiver			Glace à la vanille
Tarte à l'orange	123	156	Tarte aux cerises
Sauce à l'orange			Sorbet au citron
Tarte Tatin	126	157	Tarte aux pêches
Sorbet au cidre			Sorbet au sauternes



Les conseils de Sophie

MES USTENSILES

Les moules

Toutes les recettes de ce livre sont prévues pour un moule rond de 28 cm de diamètre mais rien ne vous empêche de réaliser vos tartes dans des moules différents... C'est pour cela que, sur les photos, j'ai pris quelquefois la liberté de vous montrer d'autres formes de moules (rectangulaire, cœur...).

Les tailles et les formes sont très variées. Certains moules sont en métal, d'autres en verre, d'autres en porcelaine, d'autres sont recouverts intérieurement d'un revêtement antiadhésif.

Depuis quelques années, on trouve des moules très pratiques en silicone. Ils peuvent aller au congélateur, au four traditionnel, au four à micro-ondes, ils sont faciles d'entretien et n'ont pas besoin d'être graissés. Attention, lors de vos achats de moules en silicone : les moules peu chers ne sont souvent pas de la même qualité que certains moules un peu plus chers.

Pour ma part, j'utilise les moules Téfal Proflex (24 et 27 cm) ou bien les moules à revêtement antiadhésif également de chez Téfal. J'utilise aussi des moules à tartelette et à mini-tartelette en plaque silicone (Téfal, Mathon, Élastomoule...).

La plaque de cuisson

J'utilise un tapis en silicone (Mathon, Tupperware, Demarle...) pour étaler ma pâte ou bien comme plaque de cuisson pour cuire et réchauffer les tartes sans qu'elles attachent.

Le four à micro-ondes

Il permet de faire fondre le beurre ou le chocolat, et de tiédir le lait. Il est plus facile d'utilisation que le bain-marie.

Le rouleau à pâtisserie

Il doit être en bois de préférence.

Ustensiles divers

J'utilise des Maryses (spatules à racler), des spatules pour lisser, des pinceaux, des fouets, des saladiers, des casseroles...

Pour étaler la pâte dans les moules à tartelette, je me sers de découpoirs de la taille appropriée pour couper les fonds de tarte en un clin d'œil et d'un outil à foncer qui épouse bien la forme du moule pour que les tartelettes soient parfaites.

Rien n'est plus désagréable que de convertir les centilitres en décilitres ou de chercher un doseur dont les graduations correspondent aux indications des recettes. J'ai résolu le problème en employant la balance électronique Ovelys de chez Téfal. Grâce à sa mesure des liquides en centilitres et en décilitres, je ne me pose plus de questions.

Le plaisir de cuisiner est précis au gramme et au centilitre près. À offrir et à se faire offrir absolument.

Une poche à douille est nécessaire – mais pas obligatoire – pour le dressage de la crème sur les fonds de tarte : crème d'amandes ou crème pâtissière... Cela apporte un plus pour la décoration.

LA PÂTE À TARTE

Les ingrédients de la pâte à tarte

Toutes les pâtes demandent un peu de sel. J'ai résolu le problème en employant du beurre salé.

Pour la plupart des pâtes, vous devez utiliser un beurre pommade. Il s'agit d'un beurre de consistance molle, qui a été ramolli au four à micro-ondes ou au bain-marie puis travaillé à la spatule pour qu'il devienne crémeux.

Vous pouvez remplacer le beurre de la pâte à tarte par de la margarine (anticholestérol) ou par 10 cl d'huile de votre choix.

Les personnes allergiques peuvent réaliser une pâte à tarte sans œufs, sans qu'il soit nécessaire de les remplacer par un autre ingrédient.

Les pâtes brisées sont souvent friables, ce qui rend leur découpage relativement difficile. Une astuce consiste à incorporer 1 cuillerée de crème fraîche à la pâte pour la rendre plus souple.

On peut ajouter aux pâtes différents ingrédients : fruits secs, poudre d'amandes, de noisettes, noix de coco, cacao et également de l'alcool...

Travailler la pâte

Pour que votre pâte reste croustillante et friable, elle ne doit pas être trop travaillée, alors, attention, lorsque vous la réalisez dans un robot, ne la pétrissez pas trop longtemps. Quelques légères pressions de quelques secondes sur le bouton suffisent.

Pour ma part, je travaille toujours la pâte à la main. Je mets des gants fins jetables pour réaliser mes pâtes à tarte et mes mains restent impeccables...

Quand la pâte est trop sèche, ajoutez un peu plus d'eau. Quand elle est trop molle, ajoutez un peu de farine.

Formez une boule, enveloppez-la de film alimentaire et faites-la ensuite reposer au moins 1 heure au réfrigérateur.

Étaler la pâte

Je vous conseille de sortir la pâte du réfrigérateur au moins 15 minutes avant de l'étaler ; ainsi, elle sera moins dure et plus facile à travailler.

J'utilise un tapis en silicone pour étaler ma pâte. Farinez légèrement – j'insiste sur ce point – votre plan de travail pour que la pâte ne colle pas.

Étalez la pâte avec un rouleau. Votre fond de tarte doit toujours être d'un diamètre supérieur à la taille du moule. Puis enroulez la pâte autour du rouleau et posez-la au-dessus du moule.

Pour les fruits qui rendent beaucoup de jus en cuisant (tels que les prunes, les cerises...), laissez la pâte et les bords un peu plus épais que d'habitude.

Pour les pâtes maison, il n'est pas nécessaire de beurrer ou de fariner le moule si vous utilisez des moules à revêtement antiadhésif. Par contre, pensez à beurrer et à fariner votre moule avant de le garnir avec la pâte si vous utilisez un autre type de moule.

Pour les pâtes du commerce, je garde le papier sulfurisé sous la pâte et j'en tapisse le fond du moule, en le faisant dépasser un peu du bord.

Il est impératif de laisser reposer la pâte une dernière fois au réfrigérateur (le temps de préparer la garniture) avant de la garnir et de la faire cuire, car cela lui évite de se rétracter à la cuisson.

La pâte feuilletée s'imprègne moins que la pâte brisée ou la pâte sablée et supporte donc mieux les fruits rendant du jus.

Attention, quand vous utilisez des moules à tarte à fond amovible, ne piquez jamais les fonds de tarte et veillez à ce que la pâte ne comporte aucun trou sinon votre appareil risquerait de couler dans le four. Je ne pique pas les fonds de tarte quand je les fais cuire avec leur garniture. Je pique le fond et les bords du fond de tarte quand je fais une cuisson à blanc.

Pour que la pâte feuilletée lève bien pendant la cuisson, faites de légères entailles, régulières et obliques, sur le bord de la pâte à l'aide d'un couteau.

Pour donner un beau doré au bord de la tarte, nappez-le au pinceau, avant cuisson, d'un peu de jaune d'œuf dilué légèrement avec de l'eau ou pur.

Réaliser des bords de tartes décoratifs

Vous pouvez laisser aller votre imagination en réalisant des bords de tartes différents. Tout simples à réaliser, ils impressionneront vos amis.

Voici quatre propositions.

Le bord tressé (voir la photographie de la tartelette au café p. 121) : vous pouvez utiliser les restes de pâte pour réaliser ce bord. Coupez des bandelettes de pâte d'environ 0,5 cm de large et tressez-les ensemble. Réalisez plusieurs tresses pour faire le tour de la tarte. Appliquez ces tresses sur le bord de la tarte avec un peu d'eau froide.

Le bord à feuilles (voir la photographie de la tarte aux pommes p. 150-151) : vous pouvez utiliser les restes de pâte pour réaliser ce bord. Découpez des feuilles dans la pâte avec la pointe d'un couteau pointu et dessinez les nervures avec le dos de la lame. Fixez les feuilles sur le bord de la tarte avec un peu d'eau froide.

Le bord pincé (c'est le bord classique que vous verrez sur la plupart des photos de ce livre) : utilisez le pouce et l'index d'une main pour pincer le bord de la pâte disposée dans le moule et appuyez de l'autre côté avec les dents d'une fourchette.

Le bord « un sur deux » (voir la photographie de la tarte aux quetsches p. 155) : découpez le bord de la pâte disposée dans le moule à intervalles réguliers et repliez une languette de pâte sur deux vers l'intérieur.

Conserver la pâte

Toutes les pâtes à tarte peuvent être conservées au réfrigérateur pendant 2 ou 3 jours. La congélation convient parfaitement aux pâtes à tarte (pas plus de 3 mois). Pensez à décongeler la pâte la veille pour le lendemain. Mieux encore, vous pouvez étaler directement la pâte dans le moule et mettre le tout au congélateur. Le moment venu, vous la garnirez et la glisserez dans le four sans la décongeler.

Acheter la pâte

Rien de plus facile ni de plus rapide que de garnir des fonds de tarte ou de tartelette avec des pâtes prêtes à dérouler. J'ai testé pour vous la marque CroustiPâte.

Ce fut un grand succès. Que ce soit la pâte feuilletée, la pâte brisée, la pâte sablée ou la pâte à pizza, vous ne culpabiliserez plus de ne pas réaliser vos pâtes vous-même !

LA GARNITURE

Posez toujours les fruits à noyau, comme les abricots ou les prunes, côté peau, cela empêchera le jus de s'échapper en cuisant.

Ne remplissez pas vos fonds de tarte avec des garnitures contenant du liquide ou du jus, ou chaudes : cela détremperait la pâte.

Pour éviter que la pâte ne se détrempe, une astuce consiste à parsemer le fond de tarte soit de poudre d'amandes, de poudre de noisettes, de sucre glace ou d'un blanc d'œuf légèrement battu pour les tartes sucrées, ou de chapelure pour les tartes salées.

Parsemez de sucre les fruits acides avant la mise au four, cela atténuera leur acidité et permettra une meilleure coloration. Vous pouvez le remplacer par du sucre gélifiant à confiture pour tous les fruits qui rendent du jus pendant la cuisson : cela absorbera le trop-plein de jus.

Personnellement, je ne fais pas de nappage de confiture ou de gelée sur mes tartes mais vous pouvez très bien le réaliser en faisant fondre de la gelée de groseille pour les fruits rouges, ou de la confiture ou de la gelée de couleur orange pour les fruits jaunes, ou encore avec du nappage acheté dans le commerce. Le nappage est étalé sur les fruits après cuisson et refroidissement.

Dans mes recettes de tartes salées, j'utilise un appareil uniquement à base de crème. Vous pouvez, si vous le désirez, la remplacer par du lait ou bien faire moitié-moitié. Évidemment, la tarte sera moins onctueuse, mais elle sera plus économique.

LA CUISSON

J'utilise le même tapis en silicone que celui dont je me suis servie pour étaler ma pâte comme plaque de cuisson pour cuire et réchauffer les tartes sans qu'elles attachent.

Dans certaines recettes, les fonds de tarte doivent être cuits sans garniture.

C'est ce qu'on appelle la cuisson à blanc. Il existe un certain nombre d'astuces pour que le fond de tarte ne gonfle pas en cuisant. Vous pouvez garnir le moule à tarte avec la pâte et en piquer alors le fond et les bords avec une fourchette. Vous pouvez mettre une feuille de papier sulfurisé dans le moule garni de pâte puis le remplir de légumes secs ou de cailloux lavés. Enfin, très simplement, posez directement sur le fond de pâte un moule d'un diamètre légèrement inférieur au précédent (par exemple, un moule de 26 cm dans le moule de 28 cm) afin que les deux s'imbriquent l'un dans l'autre. Pour toutes les tartes, vous pouvez vérifier la bonne cuisson de votre fond de tarte en glissant une spatule entre la pâte et le fond du moule pour contrôler sa couleur. À la sortie du four, il est important de laisser refroidir la tarte sur une grille à pâtisserie pour lui conserver son croustillant.

LA DÉGUSTATION

Comptez : pour l'apéritif, 1 tarte salée pour 8 personnes ; en entrée, avec sa salade, 1 tarte pour 8 personnes ; en plat, avec sa salade, 1 tarte pour 6 personnes.

Pour les tartes sucrées, en dessert ou au goûter, avec ou sans son accompagnement, comptez 1 tarte pour 6 personnes.

Les tartes se dégustent de préférence à la sortie du four. Vous pouvez néanmoins les réchauffer en les passant quelques minutes au four à 180 °C (thermostat 6).

Une fois cuite, vous pouvez congeler la tarte entière ou en parts.

Pensez alors à la décongeler la veille.



PÂTE SUCRÉE

Pour un moule à tarte de 28 cm de diamètre

250 g de farine fluide
130 g de beurre salé mou
60 g d'amandes en poudre
130 g de sucre glace
2 jaunes d'œufs

Dans un saladier, mélangez la farine avec le beurre en morceaux. Ajoutez la poudre d'amandes, le sucre glace et les jaunes d'œufs. Versez 4 cuillerées à soupe d'eau froide et pétrissez le mélange jusqu'à obtenir une pâte bien lisse.

Formez une boule, enveloppez-la dans du film alimentaire et mettez-la au réfrigérateur au moins 2 heures.

Sortez la pâte du réfrigérateur au moins 15 minutes avant de l'étaler, puis farinez votre plan de travail et étalez la pâte au rouleau.



PÂTE BRISÉE CROUSTILLANTE

Pour un moule à tarte de 28 cm de diamètre

180 g de farine
90 g de beurre salé mou
180 g de petits-suisses

Dans un saladier, mélangez la farine, le beurre en morceaux et les petits-suisses. Formez une boule, enveloppez-la dans du film alimentaire et mettez-la au réfrigérateur au moins 2 heures.

Sortez la pâte du réfrigérateur au moins 15 minutes avant de l'étaler puis farinez votre plan de travail et étalez la pâte au rouleau.

La pâte brisée croustillante convient à toutes les recettes de tartes salées.



PÂTE SABLÉE

Dans un saladier, mélangez la farine, le beurre salé en morceaux, le sucre et l'œuf.

Formez une boule, enveloppez-la dans du film alimentaire et mettez-la au réfrigérateur au moins 2 heures. Sortez la pâte du réfrigérateur au moins 15 minutes avant de l'étaler, puis farinez votre plan de travail et étalez la pâte au rouleau.

Pour un moule à tarte de 28 cm de diamètre

250 g de farine
125 g de beurre salé mou
125 g de sucre glace
1 œuf



PÂTE BRISÉE

Dans un saladier, mélangez la farine, le beurre en morceaux, le jaune d'œuf et 5 cl d'eau.

Formez une boule, enveloppez-la dans du film alimentaire et mettez-la au réfrigérateur au moins 2 heures. Sortez la pâte du réfrigérateur au moins 15 minutes avant de l'étaler, puis farinez votre plan de travail et étalez la pâte au rouleau.

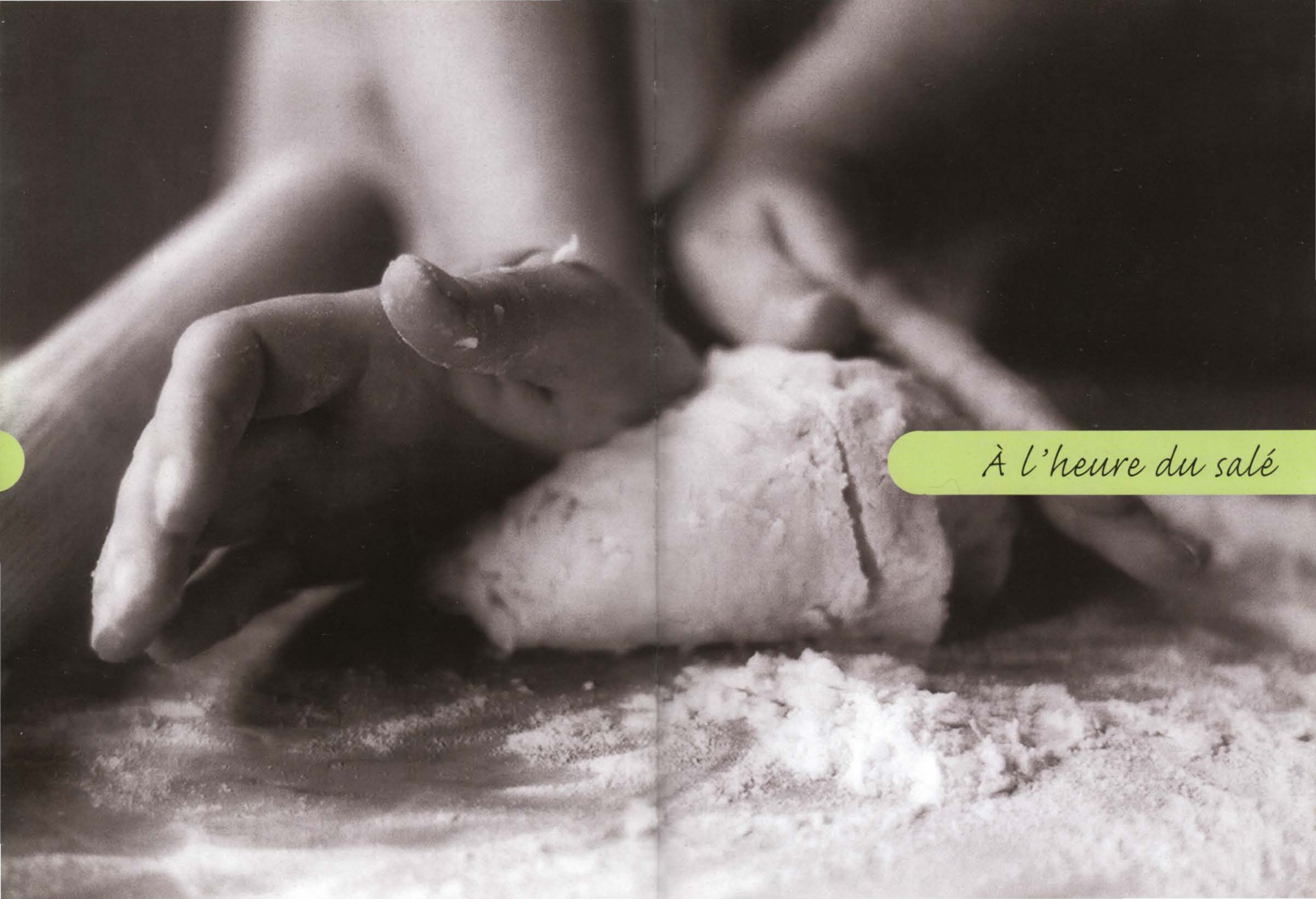
Pour un moule à tarte de 28 cm de diamètre

250 g de farine type 55
125 g de beurre salé mou
1 jaune d'œuf



PÂTE FEUILLETÉE

La pâte feuilletée, miracle de l'alchimie pâtissière, reste un véritable défi, même pour un pâtissier expérimenté. Pour résumer, la recette est très difficile et longue pour les non-initiés. Il existe sur le marché une pâte feuilletée de la marque CroustiPâte. Pur beurre et prête à dérouler, elle est excellente. Cela ne vaut pas la peine de s'acharner et de perdre du temps pour tenter d'en réaliser une. D'autre part, votre boulanger-pâtissier se fera certainement un plaisir de vous en vendre une. Pour ma part, je ne vous donnerai pas de recette car je ne fais pas la pâte feuilletée.



À l'heure du salé





TARTE AU LARD

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
 Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur. Retirez le gras du lard et coupez-le en lardons. Pelez les pommes de terre, lavez-les, essuyez-les et coupez-les en fines rondelles. Pelez les oignons et émincez-les finement.
 Dans un saladier, mélangez les pommes de terre, les oignons et les lardons. Salez et poivrez. Déposez le tout sur le fond de tarte.
 Dans un bol, mélangez la crème et le persil puis versez sur la préparation de lardons et parsemez de gruyère. Mettez au four pendant 40 minutes.
 Cette tarte se déguste tiède ou chaude.

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
 250 g de lard de poitrine fumé
 10 pommes de terre charlotte
 2 oignons
 2 cuillerées à soupe de persil ciselé
 30 cl de crème liquide
 100 g de gruyère râpé
 Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Vous pouvez ajouter 100 g de fromage à raclette sur la préparation avant cuisson.



Salade de céleri-rave

Pelez les céleris-raves et coupez-les en bâtonnets de 2 cm. Dans une sauteuse, faites-les cuire environ 10 minutes dans le beurre à feu doux et à couvert, en remuant souvent. Salez et poivrez. Coupez l'oignon en fines rondelles.
 Dans un bol, mélangez le vinaigre, l'huile, la gelée de groseilles et le romarin haché. Salez et poivrez.
 Dans une poêle à revêtement antiadhésif, faites griller les noix de 2 minutes à feu moyen.
 Dans un saladier, mélangez tous les ingrédients et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.
 Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

2 céleris-raves
 1 oignon rouge
 20 g de noix
 2 cuillerées à soupe de vinaigre de vin blanc
 4 cuillerées à soupe d'huile de colza
 1 cuillerée à soupe de gelée de groseilles
 1 brin de romarin
 20 g de beurre
 Sel & Poivre



TARTE AU POULET

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
ou brisée croustillante
400 g de filets de poulet
ou restes de poulet rôti
200 g de mozzarella
50 g d'olives vertes
ou noires dénoyautées
4 œufs
40 cl de crème liquide
2 brins d'estragon
2 cuillerées à soupe
d'huile d'olive
Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte
de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.
Dans une sauteuse, faites dorer à feu vif pendant
environ 3 minutes les filets de poulet préalablement
coupés en morceaux dans l'huile chaude.
Ajoutez alors les olives, l'estragon ciselé et la
mozzarella coupée en morceaux. Assaisonnez et
mélangez. Hors du feu, incorporez directement
dans la sauteuse les œufs et la crème.
Mélangez. Versez le tout sur le fond de tarte.
Mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Vous pouvez remplacer la mozzarella par 200 g
de brocolis cuits.



Salade de roquette

Pour 6 personnes

250 g de roquette
50 g d'olives vertes
dénoyautées
4 brins de ciboulette
1 cuillerée à soupe
de vinaigre de cidre
3 cuillerées à soupe
d'huile de noix
Sel & Poivre

Lavez et essorez la roquette.
Dans un saladier, mélangez le vinaigre
et l'huile. Ajoutez les olives coupées en rondelles
et la ciboulette ciselée. Salez et poivrez.
Déposez la roquette sur la vinaigrette. Mélangez.
Servez aussitôt.
Vous pouvez également ajouter à la roquette
du pourpier ou des pousses d'épinards.





TARTE SOUFFLÉE AU CHOU-FLEUR



Pour 6 personnes

1 pâte brisée
1 chou-fleur frais ou 500 g
de chou-fleur surgelé en fleurettes
150 g de gruyère râpé
4 œufs
30 g de farine
2 pincées de muscade
25 cl de lait entier
30 g de beurre
Sel & Poivre

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur. Divisez le chou-fleur en bouquets, ôtez les très grosses côtes, lavez les bouquets. Plongez-les dans l'eau bouillante salée pendant 20 minutes. Égouttez. Pendant la cuisson du chou-fleur, préparez une béchamel. Faites fondre le beurre dans une casserole. Ajoutez la farine. Mélangez pendant 1 minute. Versez le lait d'un seul coup en tournant et faites cuire à petit feu jusqu'à épaississement. Salez, poivrez et ajoutez la muscade. Cassez les œufs et séparez les blancs des jaunes. Dans un saladier, mettez les bouquets de chou-fleur et écrasez-les avec une fourchette. Ajoutez les jaunes d'œufs puis la béchamel. Salez et poivrez. Montez les blancs en neige ferme. Incorporez-les délicatement à la préparation. Versez le tout sur le fond de tarte, parsemez de gruyère râpé et mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède.

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer le chou-fleur par des brocolis ou ajouter 150 g de jambon blanc.



Salade de jambonneau

Épluchez, lavez et essorez la laitue.
Coupez le jambonneau et l'emmental en dés.
Lavez les tomates, coupez-les en quatre,
ôtez leur cœur et épépinez-les.
Dans un saladier, mélangez le vinaigre, l'huile,
la mayonnaise et les herbes. Salez et poivrez.
Ajoutez la laitue, les tomates, le jambonneau
et l'emmental. Mélangez.

Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

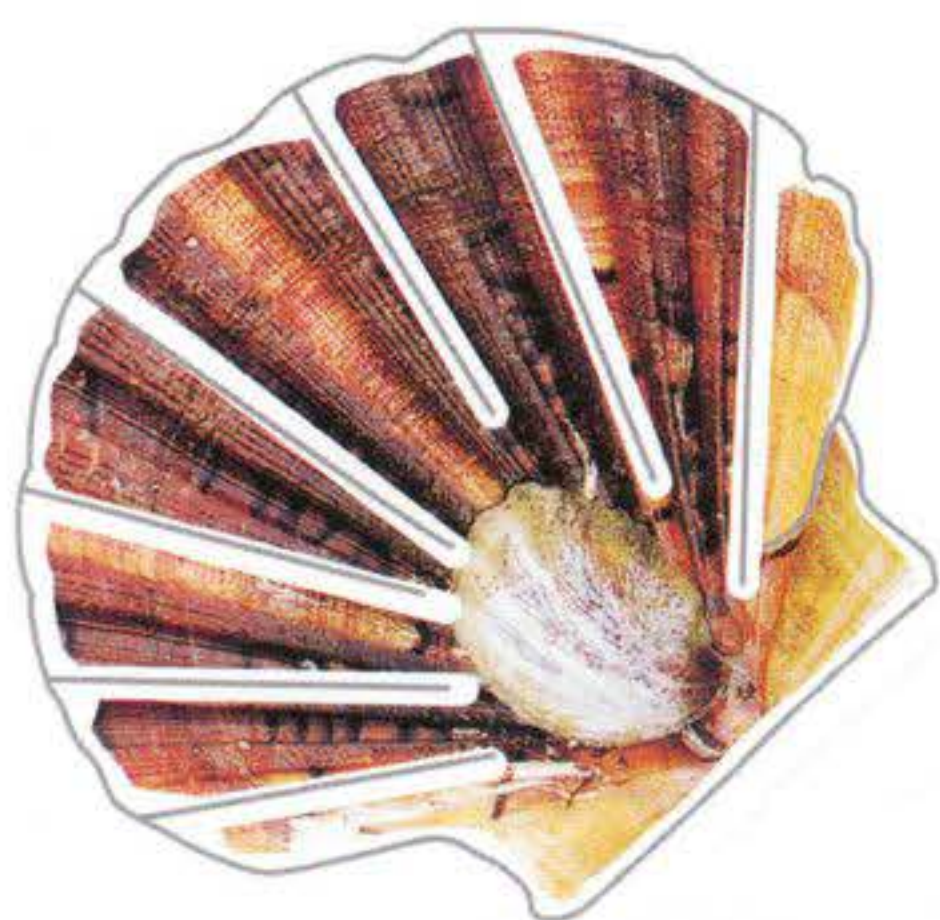
1 laitue
1 jambonneau découenné
100 g d'emmental
2 tomates
2 cuillerées à soupe d'herbes hachées
(persil, ciboulette...)
1 cuillerée à soupe de mayonnaise
1 cuillerée à soupe de vinaigre de vin
3 cuillerées à soupe
d'huile de tournesol
Sel & Poivre







TARTE FINE AUX POMMES DE TERRE ET AUX SAINT-JACQUES



Pour 6 personnes

1 pâte feuilletée prête à dérouler
20 noix de coquilles Saint-Jacques
500 g de pommes de terre bintje
200 g de beurre salé
10 cl de lait entier
1 cuillerée à soupe d'huile de noisette
Fleur de sel
Poivre du moulin

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).

Déroulez la pâte sur la plaque du four en gardant le papier sulfurisé. Reposez une feuille de papier sulfurisé par-dessus et recouvrez avec des légumes secs. Faites cuire à blanc pendant 15 minutes.

Pelez les pommes de terre et faites-les cuire 30 minutes à l'eau bouillante salée.

Faites chauffer le lait dans une casserole jusqu'à frémissement. Égouttez les pommes de terre puis réduisez-les en purée en plaçant directement le moulin à légumes au-dessus de la casserole de lait chaud. Mélangez au fouet puis ajoutez le beurre en morceaux. Assaisonnez. Étalez la purée de pommes de terre sur le fond de pâte. Coupez les Saint-Jacques en fines rondelles et répartissez-les sur la purée en les faisant se chevaucher légèrement. Arrosez d'huile et assaisonnez. Passez la tarte sous le gril du four pendant 2 minutes.

Cette tarte se déguste à la sortie du four.

Vous pouvez remplacer les noix de Saint-Jacques émincées par des noix de pétoncle entières. Vous pouvez également remplacer l'huile de noisette par de l'huile de truffe, le nec plus ultra !



Salade d'asperges et de mâche au bacon

Lavez et essorez la mâche puis mettez-la dans un saladier.

Épluchez les asperges à l'aide d'un économe.

Coupez-les en deux et ne conservez que les pointes.

Dans une casserole d'eau frémissante, faites cuire les pointes d'asperges pendant 5 minutes.

Égouttez-les et refroidissez-les sous l'eau froide.

Dans une poêle à revêtement antiadhésif, faites revenir le bacon sans matière grasse pendant 3 minutes, jusqu'à ce qu'il soit doré. Égouttez-le et coupez-le en lamelles à l'aide d'une paire de ciseaux.

Dans un bol, mélangez le vinaigre et l'huile. Salez et poivrez. Ajoutez les asperges et le bacon dans le saladier. Versez la vinaigrette et mélangez.

Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

300 g de mâche

800 g d'asperges vertes

200 g de bacon en tranches

1 cuillerée à soupe
de vinaigre balsamique

4 cuillerées à soupe d'huile d'olive
Le jardin d'Orante® au citron

Sel & Poivre





TARTE AU GORGONZOLA ET AU PARME

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
300 g de gorgonzola
200 g de jambon de Parme
4 œufs
40 cl de crème liquide
Poivre

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur. Coupez le gorgonzola en morceaux et le jambon de Parme en lamelles.

Dans un saladier, battez les œufs avec la crème, poivrez. Répartissez le gorgonzola sur le fond de tarte, déposez par-dessus le jambon de Parme puis versez les œufs battus.

Mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède.

Vous pouvez remplacer le jambon de Parme par du jambon serrano.



Salade d'endives

Pour 6 personnes

6 endives
50 g de noix de cajou
25 cl de crème fraîche épaisse
Le jus de 1/2 citron
2 pincées de paprika
1 cuillerée à café
de moutarde forte
Sel & Poivre

Enlevez les feuilles extérieures des endives si elles sont sales ou abîmées, retirez le petit cône central dur et amer et émincez-les.

Dans un saladier, mélangez la moutarde avec la crème fraîche et le paprika. Ajoutez le jus de citron. Mélangez. Salez et poivrez, puis incorporez les noix de cajou concassées. Versez sur les endives. Mélangez.

Servez aussitôt.







TARTE AU CRABE

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
 Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.
 Dans un saladier, battez les œufs avec la crème. Ajoutez la chair de crabe égouttée et émiettée ainsi que les herbes. Salez et poivrez.
 Versez le tout sur le fond de tarte et mettez au four 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
 400 g de chair de crabe en boîte
 4 œufs
 40 cl de crème liquide
 3 cuillerées à soupe d'herbes hachées (ciboulette, estragon, persil...)
 Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer le crabe par du colin en boîte.



Frisée aux oranges

Épluchez, lavez et essorez la chicorée frisée.
 Épluchez le concombre et coupez-le en fines rondelles. Pelez les oranges à vif, découpez-les en fines tranches en réservant dans un bol le jus qui s'écoule, puis recoupez-les en deux. Pelez l'avocat et coupez-en la chair en tranches. Arrosez-les de jus de citron pour éviter qu'elles ne brunissent.
 Dans un saladier, mélangez la mayonnaise, le vinaigre, le jus d'orange réservé, le sucre et l'estragon. Salez et poivrez. Ajoutez la chicorée frisée, les tomates cerises coupées en deux, l'avocat, le concombre, les oranges et les olives. Mélangez et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.

Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

1 chicorée frisée
 4 oranges
 20 tomates cerises
 1/2 concombre
 1 avocat
 50 g d'olives de Nice
 Le jus de 1/2 citron
 2 pincées de sucre semoule
 1 cuillerée à café d'estragon ciselé
 1 cuillerée à soupe de mayonnaise
 1 cuillerée à soupe de vinaigre de cidre
 Sel & Poivre



TARTE DE MONTBÉLIARD

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
300 g de lentilles vertes
(du Puy de préférence) cuites
3 saucisses de Montbéliard
2 gros oignons ou 200 g
d'oignons émincés surgelés
4 œufs
40 cl de crème liquide
2 cuillerées à soupe de persil
2 cuillerées à soupe d'huile de tournesol
Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).

Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur. Faites cuire les saucisses dans de l'eau bouillante pendant 10 minutes. Retirez leur peau et coupez-les en petits morceaux.

Faites blondir les oignons avec l'huile pendant 5 minutes à feu moyen. Ajoutez les lentilles égouttées. Salez et poivrez. Laissez cuire à feu moyen jusqu'à évaporation totale de l'eau, environ 15 minutes. Laissez refroidir.

Dans un saladier, battez les œufs avec la crème et le persil. Salez et poivrez.

Répartissez les morceaux de saucisses sur le fond de tarte, ajoutez les lentilles puis versez la crème par-dessus. Mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède.

Vous pouvez remplacer la saucisse de Montbéliard par de la saucisse de Morteau ou du petit salé.



Salade de carottes cuites

Pour 6 personnes

1 kg de carottes
15 cl de crème fraîche épaisse
1 yaourt
2 cuillerées à soupe de ciboulette ciselée
1 cuillerée à café de gingembre en poudre
Le jus de 1 citron
Sel & Poivre

Pelez les carottes et coupez-les en bâtonnets.

Faites-les cuire à la vapeur environ 15 minutes. Laissez refroidir.

Dans un saladier, mélangez la crème fraîche et le yaourt, le jus de citron et la ciboulette.

Ajoutez les carottes, le gingembre, salez et poivrez. Mélangez.

Mettez au réfrigérateur 1 heure avant de servir.



TARTE À LA CHOUCROUTE

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
 Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.
 Dans un saladier, mélangez les œufs avec la crème liquide, salez et poivrez. Dans une poêle, faites revenir les lardons sans matière grasse pendant 3 minutes. Égouttez-les.
 À l'aide d'un économe, émincez le comté en fines lamelles. Répartissez la choucroute sur le fond de tarte, répartissez les lardons sur la choucroute puis versez les œufs battus par-dessus. Parsemez de comté. Mettez au four pendant 40 minutes.
 Cette tarte se déguste tiède.

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
 250 g de choucroute cuite
 150 g de lardons fumés
 150 g de comté
 4 œufs
 40 cl de crème liquide
 Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer les lardons fumés par 4 saucisses de Francfort.



Salade de pommes de terre au vin blanc

Faitez cuire les pommes de terre non pelées à l'eau salée pendant 25 minutes.
 Pendant ce temps, émincez les échalotes.
 Préparez la vinaigrette. Dans un bol, mélangez la mayonnaise, les herbes, le vinaigre et l'huile.
 Salez et poivrez. Pelez les pommes de terre encore chaudes et coupez-les en rondelles dans un saladier. Arrosez-les aussitôt du vin blanc.
 Ajoutez les échalotes ainsi que la vinaigrette. Mélangez et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.
 Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

1 kg de pommes de terre charlotte ou nouvelles
 2 échalotes
 2 cuillerées à soupe d'herbes hachées (persil, cerfeuil, ciboulette...)
 2 cuillerées à soupe de mayonnaise
 5 cl de vin blanc
 1 cuillerée à soupe de vinaigre de vin
 3 cuillerées à soupe d'huile de tournesol
 Sel & Poivre







MINI-TARTELETTES AU ROQUEFORT ET À LA BANANE

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
À l'aide d'un emporte-pièce ou d'un petit verre, découpez trente petits disques de 6 cm de diamètre dans la pâte. Garnissez-en trente moules à mini-tartelette de 4,5 cm de diamètre. Piquez le fond et les bords avec une fourchette. Épluchez les bananes et coupez-les en rondelles. Répartissez le roquefort dans les tartelettes. Ajoutez-y la crème fraîche et posez par-dessus une rondelle de banane. Mettez au four pendant 15 minutes.

Ces tartelettes se dégustent tièdes.

Pour 6 personnes

1 pâte feuilletée prête à dérouler
100 g de roquefort
2 bananes
40 g de crème fraîche épaisse

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer les bananes par 2 poires et le roquefort par le même poids de fromage de chèvre



Salade de mâche aux noix

Lavez et essorez la mâche. Émincez l'échalote. Concassez les cerneaux de noix. Dans un saladier, mettez l'échalote, la moutarde, le jus de citron et l'huile. Ajoutez-y le roquefort émietté et le cognac. Assaisonnez et mélangez. Ajoutez la mâche et les noix. Mélangez. Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

300 g de mâche
50 g de cerneaux de noix
50 g de roquefort
1 échalote
1 cuillerée à café de moutarde
Le jus de 1/2 citron
1 cuillerée à café de cognac
4 cuillerées à soupe d'huile de noix
Sel & Poivre





MINI-TARTELETTES AU ROQUEFORT ET À LA BANANE

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
À l'aide d'un emporte-pièce ou d'un petit verre, découpez trente petits disques de 6 cm de diamètre dans la pâte. Garnissez-en trente moules à mini-tartelette de 4,5 cm de diamètre. Piquez le fond et les bords avec une fourchette. Épluchez les bananes et coupez-les en rondelles. Répartissez le roquefort dans les tartelettes. Ajoutez-y la crème fraîche et posez par-dessus une rondelle de banane. Mettez au four pendant 15 minutes.

Ces tartelettes se dégustent tièdes.

Pour 6 personnes

1 pâte feuilletée prête à dérouler
100 g de roquefort
2 bananes
40 g de crème fraîche épaisse

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer les bananes par 2 poires et le roquefort par le même poids de fromage de chèvre



Salade de mâche aux noix

Lavez et essorez la mâche. Émincez l'échalote. Concassez les cerneaux de noix. Dans un saladier, mettez l'échalote, la moutarde, le jus de citron et l'huile. Ajoutez-y le roquefort émietté et le cognac. Assaisonnez et mélangez. Ajoutez la mâche et les noix. Mélangez. Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

300 g de mâche
50 g de cerneaux de noix
50 g de roquefort
1 échalote
1 cuillerée à café de moutarde
Le jus de 1/2 citron
1 cuillerée à café de cognac
4 cuillerées à soupe d'huile de noix
Sel & Poivre





TARTE BOLOGNAISE

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
 Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.
 Dans une sauteuse, faites blondir les oignons émincés dans l'huile et le beurre chauds à feu moyen pendant 5 minutes. Ajoutez le bifteck haché et mélangez. Versez la sauce tomate et parsemez d'herbes. Salez et poivrez. Mélangez à nouveau.
 Laissez cuire le tout à feu moyen pendant environ 20 minutes, jusqu'à évaporation totale du jus.
 Laissez refroidir. Dans un saladier, battez les œufs avec la crème, salez et poivrez.
 Ajoutez au bifteck haché et mélangez.
 Répartissez cette préparation sur le fond de tarte.
 Parsemez de gruyère râpé. Mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
 500 g de bifteck haché
 2 gros oignons ou 200 g d'oignons émincés surgelés
 1 pot de sauce tomate provençale (425 g)
 150 g de gruyère râpé
 4 œufs
 40 cl de crème liquide
 2 cuillerées à soupe d'herbes hachées (persil, coriandre, basilic...)
 5 cuillerées à soupe d'huile d'olive
 40 g de beurre
 Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer le bœuf par du veau ou de l'agneau.



Salade de carottes et de betteraves

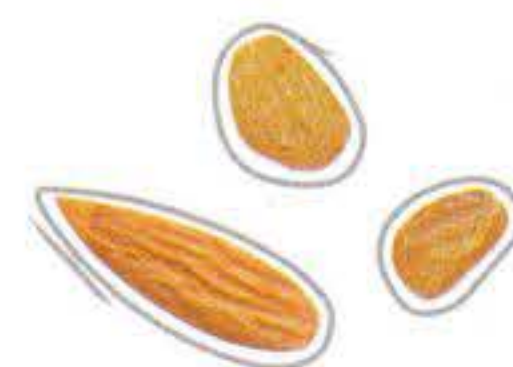
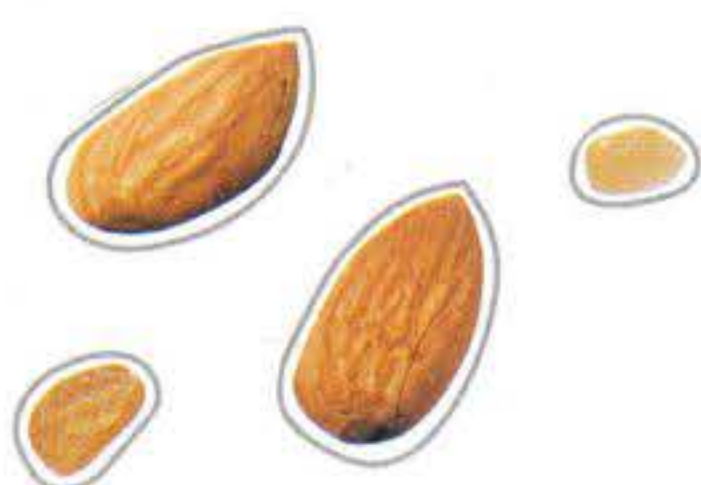
Épluchez et râpez les carottes et les betteraves.
 Dans un saladier, mélangez la purée d'amandes avec 1 cuillerée à soupe d'eau.
 Ajoutez le jus de citron, l'huile et l'échalote émincée.
 Assaisonnez. Ajoutez-y les carottes et les betteraves.
 Mélangez et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.
 Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

6 grosses carottes
 2 betteraves crues
 1 cuillerée à soupe de purée d'amandes (dans les magasins bio)
 1 échalote
 Le jus de 1 citron
 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive
 Sel & Poivre



TARTELETTES MAROCAINES



Pour 6 personnes

1 pâte brisée
600 g d'épaule d'agneau
désossée en morceaux
2 gros oignons ou 200 g
d'oignons émincés surgelés
250 g de pruneaux
50 g d'amandes
entières mondées
50 g de raisins
secs blonds
1 cuillerée à soupe
de coriandre
1 cuillerée à soupe
de cinq-épices
Quelques brins de coriandre
pour la décoration
1 verre à thé
d'huile de tournesol (8 cl)
Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
À l'aide d'un emporte-pièce ou d'un bol,
découpez six cercles de 12 cm de diamètre dans
la pâte. Garnissez-en six moules à tartelette de
10 cm de diamètre. Piquez le fond et les bords avec
une fourchette et faites cuire la pâte à blanc pendant
15 minutes. Dans une cocotte, versez l'huile.
Quand elle est chaude, ajoutez l'agneau et
les oignons émincés et faites revenir le tout pendant
5 minutes à feu vif. Ajoutez les pruneaux,
les amandes, les raisins, la coriandre, le cinq-épices,
le sel et le poivre, puis versez 3 verres à thé d'eau
(20 cl). Couvrez et laissez cuire pendant 45 minutes
à feu doux. Retirez le couvercle. Enlevez la viande
à l'aide d'une écumoire et faites réduire encore
la sauce jusqu'à ce qu'elle épaississe. Remettez
les morceaux de viande dans la cocotte. Mélangez.
Réchauffez les fonds de tartelette en les passant
au four à 180 °C (thermostat 6) pendant 1 minute.
Posez les fonds de tartelette sur les assiettes
et répartissez le tagine dedans.
Décorez avec quelques brins de coriandre.

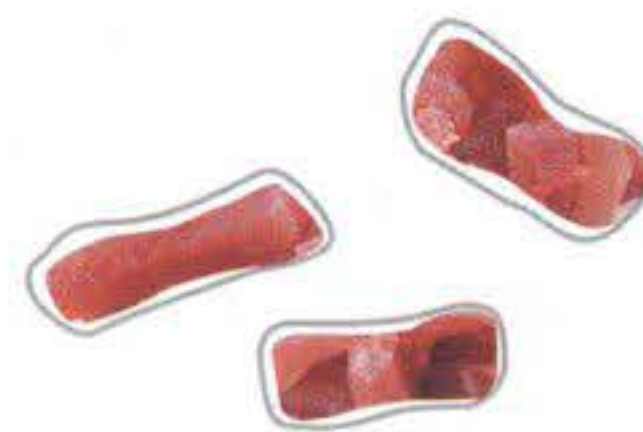
Ces tartelettes se dégustent chaudes.

Vous pouvez remplacer les pruneaux, les amandes et
les raisins par 1 citron confit et 100 g d'olives vertes.





Salade de courgettes



Épluchez les petits oignons.
Lavez les courgettes, coupez les extrémités et râpez-les. Mettez-les dans un saladier.

Dans une poêle, à feu doux, faites revenir dans 1 cuillerée à soupe d'huile chaude les lardons et les petits oignons entiers pendant environ 10 minutes. À l'aide d'une écumoire, retirez les lardons et les oignons de la poêle et déglacez le jus avec 1 cuillerée à soupe de vinaigre.

Versez le tout sur les courgettes.

Dans un bol, mélangez 1 cuillerée à soupe de vinaigre, 3 cuillerées à soupe d'huile, la sauce soja et les herbes. Salez et poivrez.

Versez la sauce dans le saladier. Mélangez et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.

Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

4 courgettes

10 petits oignons

100 g de lardons allumettes
fumés ou nature

1 cuillerée à soupe d'herbes hachées
(cerfeuil, ciboulette, persil...)

1 cuillerée à soupe de sauce soja

2 cuillerées à soupe de vinaigre
de vin

4 cuillerées à soupe d'huile d'olive

Sel & Poivre







TARTE BLANCHE

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
 Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.
 Coupez tous les fromages en morceaux.
 Répartissez-les sur le fond de tarte.
 Dans un saladier, battez les œufs avec la crème liquide et l'origan, salez et poivrez.
 Versez sur les fromages et mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède.

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
 100 g de mozzarella
 100 g de provolone
 100 g de ricotta
 100 g de feta
 4 œufs
 40 cl de crème liquide
 1 cuillerée à café d'origan
 Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Vous pouvez mélanger d'autres fromages comme la fourme d'Ambert, le cantal, le morbier ou la tomme de Savoie.



Salade de tomates

Ôtez le cœur des tomates, coupez-les en quatre et épépinez-les. Ciselez le basilic et émincez les petits oignons.

Dans un saladier, mélangez le vinaigre avec l'huile d'olive. Salez et poivrez. Ajoutez les tomates, le basilic et les petits oignons.
 Mélangez et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.

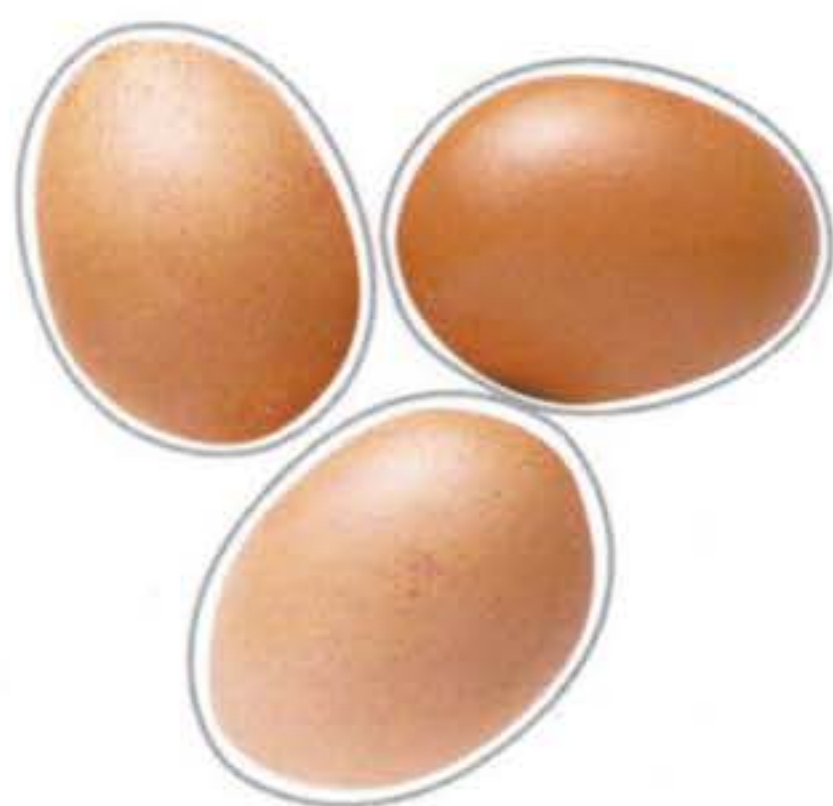
Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

10 tomates en grappe, roma ou vertes
 3 petits oignons blancs
 10 feuilles de basilic
 1 cuillerée à soupe de vinaigre balsamique
 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive au basilic
 Sel & Poivre



TARTE AUX RILLETES



Pour 6 personnes

1 pâte brisée
800 g de rillettes
2 beaux oignons
ou 200 g d'oignons émincés surgelés
150 g de gruyère râpé
4 œufs
40 cl de crème liquide
1 cuillerée à soupe de farine
2 cuillerées à soupe de persil haché
1 cuillerée à soupe d'huile d'olive
Sel & Poivre

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur. Dans une sauteuse à revêtement antiadhésif, faites fondre les rillettes avec toute leur graisse à feu moyen pendant environ 5 minutes. Les rillettes seront alors tout effilochées. Pendant ce temps, faites blondir les oignons dans l'huile à feu moyen pendant environ 5 minutes. Égouttez les rillettes dans une passoire fine en tassant les morceaux à l'aide d'une cuillère en bois. Mélangez les rillettes avec les oignons et séchez le tout à feu moyen pendant 5 minutes en remuant de temps en temps. Ajoutez la farine. Parsemez de persil. Mélangez. Dans un saladier, battez les œufs avec la crème liquide. Assaisonnez. Incorporez les rillettes à ce mélange. Versez le tout sur le fond de tarte puis parsemez de gruyère râpé. Mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer les rillettes de porc par des rillettes de canard ou d'oie.



Batavia au parmesan

Épluchez, lavez et essorez les batavias.
Coupez le parmesan en copeaux à l'aide d'un économe.

Faites cuire les œufs 8 minutes dans l'eau bouillante, plongez-les dans l'eau froide puis écalez-les.

Dans un bol, mélangez la moutarde avec le vinaigre. Ajoutez l'huile, les câpres et les cornichons coupés en rondelles. Salez et poivrez.

Dans un saladier, mélangez la salade, les œufs durs coupés en quatre, le parmesan et le persil.

Versez la sauce. Mélangez et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.

Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

2 batavias
150 g de parmesan
4 œufs
1 cuillerée à soupe de persil haché
10 petits cornichons
1 cuillerée à soupe de câpres
1 cuillerée à café de moutarde
2 cuillerées à soupe de vinaigre de cidre
6 cuillerées à soupe d'huile d'olive
Sel & Poivre









PISSALADIÈRE

Préchauffez le four à 210 °C (thermostat 7). Dans une poêle, faites revenir dans l'huile les oignons finement émincés et l'ail pilé à feu doux pendant 30 minutes. Ajoutez le sucre, salez et poivrez. Laissez refroidir. Égouttez les anchois dans une passoire. Rincez les câpres sous l'eau, essuyez-les puis hachez-les. Déroulez la pâte sur la plaque du four en gardant le papier sulfurisé. Piquez-la à l'aide d'une fourchette. Mélangez les câpres et les oignons et répartissez-les sur le fond de tarte. Disposez les anchois et les olives sur le dessus. Poivrez. Mettez au four pendant 30 minutes.

Pour 6 personnes

1 pâte à pizza prête à dérouler
8 oignons
3 gousses d'ail
1 petite boîte d'anchois
1 cuillerée à soupe de câpres
100 g d'olives noires
4 cuillerées à soupe d'huile d'olive
1 cuillerée à café de sucre semoule
Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

La pissaladière est une spécialité niçoise. Son nom vient du pissalat dont on badigeonnait les oignons, un condiment fait de purée d'anchois additionnée de clous de girofle, de thym et de laurier, et malaxée avec de l'huile d'olive.



Salade aux anchois

Lavez et essorez la mâche. Égouttez les anchois. Coupez le parmesan en lamelles à l'aide d'un économe. Écrasez les œufs durs à la fourchette. Frottez le pain avec la gousse d'ail pelée et coupez-le en dés. Dans une poêle, faites-les frire dans 1 cuillerée à soupe d'huile à feu doux pendant 5 minutes en remuant souvent. Dans un bol, mélangez le vinaigre et 4 cuillerées à soupe d'huile. Salez et poivrez. Dans un saladier, mélangez tous les ingrédients. Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

300 g de mâche
10 filets d'anchois à l'huile
100 g de parmesan
2 œufs durs
1/4 de baguette
1 gousse d'ail
1 cuillerée à soupe de vinaigre de vin
5 cuillerées à soupe d'huile d'olive
Sel & Poivre



TARTE AUX OIGNONS

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
ou brisée croustillante
8 gros oignons
ou 1 kg d'oignons surgelés
100 g de gruyère râpé
3 œufs
3 cuillerées à soupe
de crème fraîche épaisse
2 cuillerées à soupe de farine
2 cuillerées à soupe
d'huile de tournesol
Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte
de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.
Épluchez et émincez finement les oignons.
Dans une poêle, faites-les blondir dans l'huile
pendant 10 minutes à feu doux. Assaisonnez.
Parsemez de farine. Remuez.
Hors du feu, ajoutez les œufs et la crème fraîche
préalablement battus. Mélangez et rectifiez
l'assaisonnement. Versez la préparation sur le fond
de tarte. Parsemez de gruyère et mettez au four
pendant 35 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Pour éviter de pleurer en épluchant les oignons, mettez
des lunettes de plongée ou bien insérez entre vos dents
une allumette, bout soufré à l'extérieur.



Salade de cresson aux lardons

Pour 6 personnes

250 g de cresson
100 g de lardons
50 g de parmesan
1 échalote
2 cuillerées à soupe d'herbes hachées
(persil, ciboulette, cerfeuil...)
1 cuillerée à soupe
de vinaigre de vin
3 cuillerées à soupe d'huile d'olive
Sel & Poivre

Dans une poêle à revêtement antiadhésif,
faites dorer les lardons sans matière grasse
pendant 5 minutes. Égouttez-les.
Lavez et essorez le cresson. Râpez le parmesan
en fines lanières à l'aide d'un économe.
Dans un saladier, mélangez l'échalote émincée,
le vinaigre, l'huile et les herbes. Salez et poivrez.
Ajoutez le cresson, le parmesan et les lardons.
Mélangez.

Servez aussitôt.





TARTE AU MUNSTER

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
300 g de munster
150 g de lardons allumettes
4 œufs
40 cl de crème liquide
2 pincées de cumin
Poivre

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Déposez dessus le munster coupé en morceaux.

Réservez au réfrigérateur.

Dans une poêle à revêtement antiadhésif, faites griller les lardons pendant 5 minutes.

Égouttez-les sur du papier absorbant.

Dans un saladier, battez les œufs avec la crème.

Poivrez. Ajoutez le cumin et les lardons.

Versez le tout sur le fromage.

Mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède.

Vous pouvez remplacer le munster par du maroilles et les lardons par du chorizo.



Salade de cervelas

Pour 6 personnes

2 cervelas
800 g de pommes de terre belle-de-fontenay
4 échalotes
2 cuillerées à soupe de persil haché
1 cuillerée à café de moutarde forte
1 cuillerée à soupe de vinaigre de vin blanc
3 cuillerées à soupe d'huile de tournesol
Sel & Poivre

Faitez cuire les pommes de terre non pelées pendant 20 minutes à l'eau bouillante salée. Épluchez-les et coupez-les en rondelles. Retirez la peau des cervelas et coupez-les en fines rondelles. Dans un saladier, mélangez la moutarde avec le vinaigre et l'huile. Ajoutez les pommes de terre, le cervelas, les échalotes émincées et le persil. Salez et poivrez. Mélangez.

Servez aussitôt.



TARTE AUX ENDIVES

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
 Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.
 Enlevez les feuilles extérieures des endives si elles sont sales ou abîmées, retirez-en le petit cône central dur et amer et émincez-les.
 Dans une sauteuse, dans le beurre chaud, mettez le bacon. Ajoutez ensuite les endives, le sucre et la muscade. Salez, poivrez et mélangez.
 Faites cuire le tout à feu moyen en remuant souvent pendant environ 15 minutes jusqu'à évaporation totale de l'eau. Battez les œufs avec la crème, salez, poivrez et ajoutez aux endives.
 Déposez le mélange à base d'endives sur le fond de tarte et disposez dessus le brie coupé en morceaux. Mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède.

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
 6 endives
 200 g de brie fermier
 100 g de fine de bacon
 4 œufs
 40 cl de crème liquide
 1 cuillerée à soupe de sucre semoule
 2 pincées de muscade en poudre
 50 g de beurre
 Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer les endives par 300 g de blanc de poireau.



Salade aux fleurs

Dans un saladier, mélangez l'huile d'olive et le vinaigre de framboise. Salez et poivrez. Ajoutez le mesclun et les fleurs. Mélangez.
 Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

300 g de mesclun
 15 fleurs comestibles mélangées (pensée, capucine, souci)
 1 cuillerée à soupe de vinaigre de framboise
 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive
 Sel & Poivre





TARTE FINE AUX CÈPES, À LA COPPA ET AU PARMESAN

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6). Déroulez la pâte sur la plaque du four en gardant le papier sulfurisé. Reposez une feuille de papier sulfurisé par-dessus et recouvrez de légumes secs. Faites cuire à blanc 15 minutes. Rincez les cèpes rapidement sous l'eau froide, coupez leur pied terreux, essuyez-les et émincez-les. Faites-les sauter dans une poêle à feu vif dans le beurre pendant 5 minutes avec l'échalote émincée. Assaisonnez.

Coupez les tranches de coppa en deux. Coupez le parmesan en copeaux à l'aide d'un économe. À la sortie de la pâte à tarte du four, répartissez dessus des morceaux de cèpes, des demi-tranches de coppa et des lamelles de parmesan. Parsemez de pignons. Passez la tarte 2 minutes au four.

Cette tarte se déguste tiède.

Pour 6 personnes

1 pâte feuilletée prête à dérouler
450 g de cèpes frais
24 tranches fines de coppa
100 g de parmesan frais
1 échalote
40 g de pignons de pin
40 g de beurre
Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer les cèpes par des girolles et la coppa par de la pancetta.



Salade de pousses d'épinards aux amandes

Lavez et essorez les pousses d'épinards. Dans un saladier, mélangez le vinaigre avec l'huile. Ajoutez la cuillerée d'amandes en poudre puis les herbes. Salez et poivrez. Ajoutez les pousses d'épinards et mélangez. Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

300 g de pousses d'épinards
1 cuillerée à soupe d'amandes en poudre
2 cuillerées à soupe d'herbes hachées
1 cuillerée à soupe de vinaigre de xérès
3 cuillerées à soupe d'huile d'olive ou de noix
Sel & Poivre



TARTELETTES À LA RATATOUILLE CONFITE



Pour 6 personnes

1 pâte feuilletée
prête à dérouler
2 aubergines
4 courgettes
2 oignons ou 200 g
d'oignons émincés surgelés
1 petite boîte de tomates
pelées entières au jus
1 petite boîte de poivrons
rouges
6 cuillerées à soupe
de concentré de tomates
1 cuillerée à soupe
de sucre semoule
2 gousses d'ail
3 brins de thym
2 feuilles de laurier
6 brins de cerfeuil
50 cl d'huile d'olive
Sel & Poivre

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Découpez six cercles de 12 cm de diamètre dans la pâte. Garnissez-en six moules à tartelette de 10 cm de diamètre. Piquez la pâte avec une fourchette et faites-la cuire à blanc pendant 15 minutes. Dans une sauteuse avec 2 cuillerées à soupe d'huile, faites blondir les oignons émincés 5 minutes. Ajoutez-y les tomates avec leur jus, les poivrons égouttés et coupés en lamelles, les gousses d'ail pilées, le laurier, le thym et le sucre. Poivrez et laissez réduire à petit feu pendant environ 15 minutes, jusqu'à ce que le tout soit réduit en purée. Lavez les courgettes et les aubergines, pelez-les en laissant la moitié de la peau et coupez-les en gros cubes. Mettez-les dans une grande cocotte, à feu moyen, dans 20 cl d'huile chaude. Laissez dorer 5 minutes. Ajoutez le concentré de tomates à la purée de tomates puis versez le mélange sur les courgettes et les aubergines. Assaisonnez. Ajoutez le reste d'huile, couvrez et laissez mijoter pendant 3 heures au minimum à feu très doux. La ratatouille est prête quand elle change de couleur et devient foncée. Posez les fonds de tartelette sur les assiettes et répartissez la ratatouille froide dedans. Décorez avec le cerfeuil.
Servez froid.



Salade d'herbes

Lavez et ciselez la ciboulette. Lavez et effeuillez la coriandre, le cerfeuil et le persil.

Dans un saladier, mélangez le vinaigre, l'huile, le sel et le poivre.

Ajoutez toutes les herbes et mélangez.

Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

1/2 botte de ciboulette

1/2 botte de coriandre

1/2 botte de cerfeuil

1/2 botte de persil plat

*1 cuillerée à soupe
de vinaigre balsamique*

*4 cuillerées à soupe
d'huile d'olive*

Sel & Poivre









TARTE AU CHÈVRE ET AUX ÉCHALOTES

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte
de 28 cm de diamètre en gardant le papier sulfurisé.
Réservez au réfrigérateur.

Dans une sauteuse, faites chauffer l'huile et le beurre
et faites confire les échalotes émincées à feu doux
pendant environ 20 minutes. Ajoutez la cassonade,
le sel, le poivre, et remuez. Laissez refroidir.

Mettez les échalotes sur le fond de tarte et disposez
le fromage de chèvre en rondelles par-dessus.

Mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède.

Pour 6 personnes

1 pâte feuilletée prête à dérouler
300 g de fromage de chèvre en bûche
800 g d'échalotes
1 1/2 cuillerée à soupe de sucre cassonade
3 cuillerées à soupe d'huile Isio 4 Lesieur®
100 g de beurre
Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Les échalotes que je préfère sont les échalotes grises
que l'on trouve dans l'ouest de la France...



Salade aux poires et au foie gras

Pelez les poires, ôtez les cœurs, coupez-les en
tranches fines et arrosez-les du jus de citron.
Tranchez le foie gras en lamelles.

Dans un saladier, mélangez la moutarde,
le vinaigre, l'huile et le miel.

Ajoutez-y le mesclun, les poires et le foie gras.
Décorez de cerfeuil. Mélangez.

Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

300 g de mesclun
2 poires
200 g de foie gras de canard mi-cuit
Le jus de 1/2 citron
2 brins de cerfeuil
1 cuillerée à soupe de miel
1 cuillerée à café de moutarde forte
1 cuillerée à soupe
de vinaigre balsamique
4 cuillerées à soupe d'huile d'olive



TARTE AUX CHAMPIGNONS



Pour 6 personnes

1 pâte feuilletée prête à dérouler
ou brisée croustillante
400 g de champignons
de Paris
150 g de lardons
200 g de mozzarella
4 œufs
40 cl de crème liquide
2 cuillères à soupe
de persil haché
1 pincée de muscade
30 g de beurre
Sel & Poivre

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte
de 28 cm de diamètre en gardant le papier sulfurisé.
Réservez au réfrigérateur.

Rincez les champignons. Coupez leur bout terreux
et émincez-les.

Dans une poêle chaude, faites-les revenir pendant
10 minutes avec le beurre. Ajoutez-y les lardons
et poursuivez la cuisson pendant 5 minutes.

Versez le tout dans une passoire afin d'éliminer
la graisse.

Dans un saladier, mélangez les œufs avec la crème,
le persil et la muscade. Salez et poivrez.

Ajoutez les champignons et les lardons ainsi
que la mozzarella coupée en morceaux. Mélangez.
Versez le tout sur le fond de tarte.

Mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.



Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer la mozzarella par 600 g
de haricots verts.



Salade de haricots verts

Équeutez et lavez les haricots. Mettez-les dans un faitout avec de l'eau froide salée, portez à ébullition et faites bouillir pendant 20 minutes. Égouttez-les et passez-les sous l'eau froide pour les rafraîchir.

Pendant que les haricots cuisent, pelez les tomates après les avoir passées 10 secondes dans l'eau bouillante des haricots.

Épépinez-les puis coupez-les en petits dés. Coupez le parmesan en copeaux à l'aide d'un économe. Au dernier moment, lavez, effeuillez et ciselez la menthe en fines lanières.

Dans un saladier, mélangez la moutarde, l'huile et le vinaigre. Salez et poivrez. Déposez par couches successives dans le saladier les haricots, les tomates, le parmesan et la menthe. Mélangez et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.

Servez aussitôt.



Pour 6 personnes

600 g de haricots verts frais
3 tomates
100 g de parmesan frais
10 feuilles de menthe
1 cuillerée à café de moutarde forte
1 cuillerée à soupe de vinaigre balsamique
4 cuillerées à soupe d'huile d'olive
Sel & Poivre







TARTE À L'AUBERGINE ET AUX PIGNONS DE PIN

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
 Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.
 Lavez les aubergines, pelez-les à l'aide d'un économe en laissant la moitié de la peau et coupez-les en dés de 2 cm de côté. Faites chauffer l'huile dans une sauteuse à feu moyen. Ajoutez les aubergines. Laissez cuire en remuant souvent pendant 15 minutes environ. L'aubergine doit être tendre et dorée. Ajoutez-y les pignons de pin et le cumin. Assaisonnez. Répartissez le tout sur le fond de tarte. Dans un bol, mélangez les œufs avec la crème, salez et poivrez. Versez sur la préparation d'aubergines. Mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste froide ou chaude.

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
 4 aubergines
 50 g de pignons de pin
 3 œufs
 20 cl de crème liquide
 2 pincées de cumin
 10 cl d'huile d'olive *Le jardin d'Orante®*
 aux herbes de Provence
 Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer les aubergines par 2 courgettes et 150 g de chèvre.



Frisée aux foies de volaille

Épluchez, lavez et essorez la chicorée frisée.
 Dans un saladier, mélangez la moutarde et l'huile. Salez et poivrez. Ajoutez la salade. Dans une poêle, faites dorer les foies de volaille dans le beurre à feu moyen. Salez et poivrez. Déglacez avec le vinaigre, ajoutez le persil. Mélangez et mettez le tout sur la salade.

Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

1 chicorée frisée
 6 foies de volaille
 2 cuillerées à soupe de persil haché
 1 cuillerée à café de moutarde aux herbes
 1 cuillerée à soupe de vinaigre de vin
 3 cuillerées à soupe
 d'huile de pépins de raisin
 25 g de beurre
 Sel & Poivre



TARTE AU CABILLAUD

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
2 pavés de cabillaud (400 g)
200 g d'oseille coupée surgelée
4 œufs
40 cl de crème liquide
1 cuillerée à café de sucre semoule
1 pincée de muscade
1 cuillerée à soupe d'huile d'olive
Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).

Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.

Dans une poêle, à feu moyen, mettez l'oseille à fondre avec le sucre pendant environ 15 minutes et laissez évaporer toute son eau.

Dans une autre poêle avec l'huile chaude, faites cuire les pavés de cabillaud à feu moyen pendant environ 10 minutes. Émiettez-les dans la poêle et ajoutez-y l'oseille. Salez et poivrez. Continuez la cuisson jusqu'à évaporation totale du jus et laissez refroidir.

Dans un saladier, battez les œufs avec la crème et la muscade. Salez et poivrez. Ajoutez au cabillaud et mélangez. Répartissez sur le fond de tarte.

Mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Vous pouvez remplacer le cabillaud par du merlan ou du lieu.



Salade feuille de chêne à la menthe

Pour 6 personnes

1 salade feuille de chêne
1 cuillerée à soupe de menthe fraîche hachée
1/2 cuillerée à café de sucre semoule
Le jus de 1 citron
3 cuillerées à soupe d'huile d'olive
Sel & Poivre

Épluchez, lavez et essorez la feuille de chêne.

Dans un saladier, mélangez le jus de citron, l'huile d'olive, la menthe et le sucre. Salez et poivrez. Ajoutez la salade. Mélangez.

Servez aussitôt.



TARTE AU CAMEMBERT

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
 Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.
 Dans un saladier, mélangez les œufs avec la crème liquide. Salez et poivrez.
 Découpez le camembert en morceaux, posez-le sur le fond de tarte puis recouvrez-le du mélange œufs-crème.
 Mettez la tarte à cuire pendant 40 minutes.
 Cette tarte se déguste chaude à la sortie du four.

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
 1 1/2 camembert
 4 œufs
 40 cl de crème liquide
 Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

À la place du camembert, vous pouvez utiliser du brie, du pont-l'évêque, du munster...



Salade aux pommes et aux noix

Épluchez, lavez et essorez la batavia.
 Mettez-la dans un saladier.
 Pelez et coupez les pommes en dés.
 Ajoutez-les à la batavia avec les cerneaux de noix.
 Dans un bol, mélangez la crème fraîche, le jus de citron, la moutarde, le sel et le poivre.
 Versez la sauce sur la salade et mélangez.
 Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

1 batavia
 2 pommes
 15 cerneaux de noix
 1 cuillerée à soupe de crème fraîche épaisse
 1 cuillerée à café de moutarde forte
 Le jus de 1 citron
 Sel & Poivre







TARTE FAÇON FLAMMEKUECHE

Préchauffez le four à 240 °C (thermostat 8). Dans une poêle, faites blondir les oignons dans le beurre chaud pendant 5 minutes à feu moyen. Ajoutez la crème fraîche, le sel et le poivre, puis la muscade. Retirez du feu. Dans une autre poêle, à revêtement antiadhésif, faites rissoler légèrement les lardons sans matière grasse. Déroulez la pâte sur la plaque du four ou sur une plaque en silicone en gardant le papier sulfurisé. Répartissez le mélange crème-oignons sur la pâte, arrosez la surface avec l'huile de colza et parsemez de lardons. Mettez au four pendant 10 à 15 minutes. Cette tarte se déguste chaude.

Pour 6 personnes

1 pâte à pizza prête à dérouler
3 gros oignons ou 250 g d'oignons émincés surgelés
150 g de lardons fumés
30 cl de crème fraîche épaisse
1 pincée de muscade
1 cuillerée à soupe d'huile de colza
50 g de beurre
Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer les lardons par du saumon fumé.



Frisée aux lardons

Épluchez, lavez et essorez la chicorée frisée. Dans un saladier, mélangez la moutarde avec le vinaigre balsamique. Ajoutez l'huile, le persil et les échalotes émincées. Salez et poivrez. Dans une poêle à revêtement antiadhésif, faites dorer les lardons sans matière grasse à feu moyen. Pochez les œufs deux par deux dans de l'eau vinaigrée frémissante pendant 3 minutes. Égouttez les lardons et les œufs sur du papier absorbant. Mettez la frisée dans le saladier, ajoutez les lardons, mélangez et déposez les œufs par-dessus. Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

1 chicorée frisée
200 g de lardons
6 œufs
2 échalotes
2 cuillerées à soupe de persil haché
1 cuillerée à café de moutarde forte
1 cuillerée à café de vinaigre de vin
2 cuillerées à soupe de vinaigre balsamique
6 cuillerées à soupe d'huile d'olive
Sel & Poivre



TARTE AU HADDOCK

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
200 g de haddock
150 g d'épinards
100 g de champignons de Paris
2 cuillerées à soupe d'aneth ciselé
3 œufs
30 cl de crème liquide
50 cl de lait
15 g de beurre
Poivre

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).

Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur. Dans une casserole, faites cuire le haddock dans le lait pendant 10 minutes à feu moyen.

Égouttez-le et effeuillez-le.

Lavez les épinards et faites-les cuire dans de l'eau bouillante pendant 10 minutes. Égouttez-les.

Dans une poêle, faites fondre le beurre à feu moyen. Mettez les champignons émincés à dorer pendant 5 minutes. Hors du feu, ajoutez le haddock, les épinards et l'aneth. Mélangez. Déposez le tout sur le fond de tarte.

Dans un saladier, battez les œufs avec la crème, poivrez. Versez sur la préparation de haddock et mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou chaude.



Salade de haricots verts aux noix

Pour 6 personnes

1 kg de haricots verts
80 g de cerneaux de noix
3 brins de ciboulette
1 échalote
1 cuillerée à café de moutarde forte
Le jus de 2 citrons
2 cuillerées à soupe d'huile de noix
4 cuillerées à soupe d'huile de tournesol
Sel & Poivre

Faitez cuire les haricots verts dans de l'eau bouillante salée pendant 15 minutes.

Arrêtez la cuisson en les plongeant dans de l'eau glacée. Égouttez-les.

Dans un saladier, mélangez la moutarde avec le jus de citron, l'huile de noix, l'huile de tournesol et l'échalote émincée. Salez et poivrez.

Ajoutez les haricots verts, les cerneaux de noix concassés et la ciboulette ciselée. Mélangez.

Servez aussitôt.



TARTE AU FROMAGE DE BREBIS

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Retirez la croûte du fromage et coupez-le en lamelles. Disposez-les sur le fond de tarte. Réservez au réfrigérateur.

Nettoyez les champignons. Dans une sauteuse, faites-les revenir dans l'huile chaude pendant 10 minutes à feu moyen. Ajoutez les échalotes émincées et le persil. Assaisonnez et laissez cuire encore 2 minutes. Ajoutez dans la sauteuse les œufs, la crème et les herbes. Mélangez.

Sur le fromage, disposez les allumettes de jambon et les tomates confites, puis versez par-dessus le mélange à base de champignons.

Mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
500 g de fromage de brebis ossau-iraty
250 g de champignons de Paris
100 g d'allumettes de jambon
100 g de tomates confites
4 œufs
40 cl de crème liquide
2 échalotes
1 cuillerée à soupe de persil haché
1 cuillerée à soupe de ciboulette
et d'estragon hachés
1 cuillerée à soupe d'huile d'olive
Sel & Poivre

Le conseil de sophie

Vous pouvez remplacer le fromage de brebis par du chèvre et le poivre par du piment d'Espelette en poudre.



Salade d'asperges

Épluchez, lavez et essorez la salade romaine.
Égouttez les pointes d'asperges et émincez les petits oignons.

Dans un saladier, mélangez la moutarde avec le vinaigre, l'huile et le persil. Salez et poivrez. Ajoutez la salade, les pointes d'asperges et les oignons. Mélangez.

Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

1 salade romaine
500 g de pointes d'asperges en boîte
2 petits oignons
1 cuillerée à soupe de persil haché
1 cuillerée à café de moutarde forte
1 cuillerée à soupe de vinaigre de vin
3 cuillerées à soupe d'huile
de pépins de raisin
Sel & Poivre



tarte
au thon





TARTE AU THON

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
 Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.
 Dans une poêle avec l'huile chaude, faites blondir les oignons émincés à feu moyen pendant environ 5 minutes. Dans une autre poêle, faites griller à feu vif les amandes effilées, sans matière grasse, pendant 1 minute. Dans un saladier, battez les œufs avec la crème. Ajoutez le thon égoutté et émietté, les oignons, les amandes et les herbes. Salez, poivrez et mélangez. Versez le tout sur le fond de tarte, parsemez de gruyère et mettez à cuire pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Pour 6 personnes

1 pâte brisée ou brisée croustillante
 2 boîtes de thon à la tomate de 160 g
 2 gros oignons ou 200 g d'oignons émincés surgelés
 80 g d'amandes effilées
 150 g de gruyère râpé
 4 œufs
 40 cl de crème liquide
 2 cuillerées à soupe d'herbes hachées (ciboulette et persil)
 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive
 Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer le thon à la tomate par du thon au naturel, mais également par des filets de sardines ou de maquereaux.



Salade de riz aux tomates confites

Faitez cuire le riz en suivant les indications du paquet. Égouttez-le et refroidissez-le sous l'eau froide. Dans un saladier, mélangez le riz avec les tomates égouttées, la feta coupée en cubes de 1 cm de côté et les feuilles de basilic ciselées. Dans un bol, mélangez le pesto avec le vinaigre, puis ajoutez l'huile, le sel et le poivre. Versez l'assaisonnement sur la salade. Mélangez.
 Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

300 g de riz blanc
 250 g de tomates confites ou séchées
 125 g de feta
 10 feuilles de basilic
 1 cuillerée à soupe de pesto
 1 cuillerée à soupe de vinaigre balsamique
 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive
 Sel & Poivre



QUICHE LORRAINE

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
200 g de lardons fumés
150 g de dés de jambon blanc
200 g de gruyère râpé
4 œufs
40 cl de crème liquide
2 pincées de paprika
Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.
Dans une casserole, faites blanchir les lardons dans l'eau bouillante pendant 1 minute puis égouttez-les.
Dans une poêle à revêtement antiadhésif, faites-les revenir 5 minutes à feu moyen sans graisse.
Égouttez-les sur du papier absorbant.
Dans un saladier, battez les œufs avec la crème, le paprika, le sel et le poivre. Ajoutez les lardons et les dés de jambon.
Versez le tout sur le fond de tarte. Parsemez de gruyère. Mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Vous pouvez remplacer les dés de jambon blanc par des dés de volaille.



Salade de champignons et de gruyère

Pour 6 personnes

300 g de petits champignons de Paris
300 g de gruyère
1 laitue
2 cuillerées à soupe de persil haché
1 cuillerée à soupe de mayonnaise
1 cuillerée à soupe de vinaigre de vin
3 cuillerées à soupe d'huile d'olive
Sel & Poivre

Lavez les champignons, retirez le pied terreux et coupez-les en quatre.
Coupez le gruyère en petits cubes.
Épluchez, lavez et essorez la laitue.
Dans un saladier, mélangez la mayonnaise, le vinaigre, l'huile et le persil. Salez et poivrez.
Ajoutez la salade, les champignons et le gruyère. Mélangez.

Servez aussitôt.





TARTELETTES AUX ESCARGOTS



Pour 6 personnes

1 pâte feuilletée prête à dérouler
400 g d'escargots de Bourgogne
au naturel
30 cl de crème fraîche épaisse
1 échalote
2 cuillerées à soupe de persil haché
Quelques brins de cerfeuil
pour la décoration
15 cl de vin blanc
5 cl de cognac
50 g de beurre
Sel & Poivre

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
À l'aide d'un emporte-pièce ou d'un bol, découpez six cercles de 12 cm de diamètre dans la pâte. Garnissez-en six moules à tartelette de 10 cm de diamètre. Posez par-dessus une feuille de papier d'aluminium et recouvrez de légumes secs. Faites cuire à blanc pendant 15 minutes. Dans une sauteuse, faites fondre le beurre à feu moyen. Ajoutez-y l'échalote émincée. Remuez pendant 1 minute. Ajoutez les escargots égouttés et faites-les sauter pendant 3 minutes à feu vif. Arrosez de cognac et flambez-les. Versez le vin blanc et, quand il est presque évaporé, ajoutez le persil et la crème fraîche. Laissez réduire encore pendant 15 minutes à feu moyen. Salez et poivrez. Si nécessaire, réchauffez les fonds de tartelette en les passant au four à 180 °C (thermostat 6) pendant 1 minute. Posez-les sur les assiettes et répartissez dedans les escargots et leur sauce. Décorez avec quelques brins de cerfeuil.

Cette tarte se déguste chaude.

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer les escargots par le même poids de moules décortiquées ou de cocktail de fruits de mer surgelés.



Laitue à l'ail



Épluchez, lavez et essorez la laitue. Épluchez les gousses d'ail, enlevez le germe et pilez-les en purée à l'aide d'un mortier ou d'un presse-ail. Dans un saladier, mélangez l'ail avec le jus de citron. Versez l'huile petit à petit en filet. Salez, poivrez et mélangez. Ajoutez la laitue, parsemez de persil haché et mélangez.

Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

1 laitue
2 gousses d'ail
Le jus de 1/2 citron
4 cuillerées à soupe d'huile d'olive
1 cuillerée à soupe de persil haché
Sel & Poivre







TARTE AUX POIREAUX

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
4 blancs de poireaux
150 g de gruyère râpé
4 œufs
40 cl de crème liquide
50 g de beurre
Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.
Épluchez, lavez et coupez les poireaux en rondelles.
Dans une sauteuse, faites fondre doucement les rondelles de poireaux dans le beurre pendant 20 à 25 minutes. Salez et poivrez.
Retirez du feu et incorporez directement les œufs et la crème aux poireaux. Mélangez et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire. Versez le tout sur le fond de tarte et parsemez de gruyère.
Mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède.

Vous pouvez ajouter à la préparation 100 g de jambon blanc ou 200 g de moules décortiquées.



Salade de chèvres rôtis

Pour 6 personnes

1 chicorée frisée
6 crottins de Chavignol
150 g de tomates cerises
4 petites branches de thym
1 cuillerée à café de moutarde forte
1 cuillerée à soupe de vinaigre balsamique
6 cuillerées à soupe d'huile d'olive
Sel & Poivre

Épluchez, lavez et essorez la chicorée frisée.
Coupez les tomates cerises en deux.
Disposez le tout sur chaque assiette.
Posez les crottins sur une feuille de papier sulfurisé.
Saupoudrez-les de thym et arrosez-les de 2 cuillerées à soupe d'huile. Mettez les chèvres à rôtir sous le gril du four pendant 1 à 2 minutes.
Dans un bol, mélangez la moutarde avec le vinaigre et 4 cuillerées à soupe d'huile. Salez et poivrez.
Arrosez la salade de la vinaigrette et mélangez.
Sortez les chèvres du four et posez-les sur la salade.

Servez aussitôt.





TARTE AUX DEUX SAUMONS

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
200 g de saumon fumé
200 g de saumon frais
sans arêtes
1 petit pot d'œufs de saumon
(facultatif)
4 œufs
40 cl de crème liquide
4 brins de ciboulette
Poivre

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).

Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur. Coupez le saumon fumé en lanières et le saumon frais en dés. Ciselez la ciboulette.

Dans un saladier, cassez les œufs, versez la crème et mélangez. Ajoutez le saumon et la ciboulette puis poivrez. Versez l'ensemble sur le fond de tarte. Mettez au four pendant 40 minutes.

À la sortie du four, parsemez d'œufs de saumon.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Vous pouvez remplacer le saumon fumé et frais par 200 g de thon rouge et 200 g de thon blanc. Enlevez alors les œufs de saumon et ajoutez du basilic. Salez et poivrez.



Salade de pousses d'épinards

Pour 6 personnes

250 g de pousses d'épinards
10 cerneaux de noix
1 petit-suisse
1 échalote
1/2 gousse d'ail
1 cuillerée à soupe
de vinaigre de vin
3 cuillerées à soupe
d'huile d'olive
Sel & Poivre

Lavez et essorez les pousses d'épinards.

Pelez et émincez l'échalote et la gousse d'ail. Concassez les cerneaux de noix.

Dans un saladier, mélangez le petit-suisse, l'échalote, l'ail et le vinaigre. Ajoutez petit à petit l'huile en filet, comme pour une mayonnaise. Ajoutez les noix. Salez et poivrez. Déposez les pousses d'épinards sur la vinaigrette et mélangez.

Servez aussitôt.





TARTE AU BOURSIN®

Pour 6 personnes

1 pâte feuilletée prête à dérouler
1 Boursin® ail et fines herbes de 150 g
100 g de râpé de jambon fumé
150 g de gruyère râpé
4 œufs
40 cl de crème liquide
Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).

Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre en gardant le papier sulfurisé. Réservez au réfrigérateur.

Dans un saladier, écrasez le Boursin® à l'aide d'une fourchette. Ajoutez les œufs et la crème. Salez, poivrez et mélangez. Ajoutez le râpé de jambon et mélangez.

Versez le tout sur le fond de tarte et parsemez de gruyère râpé. Mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Vous pouvez remplacer le jambon par des tranches de filet de dinde ou de poulet, ou de la fine de bacon.



Salade de pommes de terre aux radis

Pour 6 personnes

1 kg de pommes de terre charlotte ou ratte
10 radis roses
3 gousses d'ail
2 cuillerées à soupe de persil haché
1 cuillerée à soupe de mayonnaise
10 cl de vin blanc sec
1 cuillerée à soupe de vinaigre de vin
3 cuillerées à soupe d'huile d'olive
Sel & Poivre

Faitez cuire les pommes de terre non pelées à l'eau salée pendant 25 minutes. Épluchez-les et coupez-les en rondelles. Mettez-les dans un récipient, versez immédiatement le vin dessus et laissez-les macérer pendant 30 minutes.

Dans un saladier, mélangez le vinaigre, la mayonnaise et l'huile. Ajoutez les radis lavés en rondelles, l'ail émincé et le persil. Salez et poivrez. Ajoutez les pommes de terre. Mélangez.

Servez aussitôt.



TARTE À L'ANDOUILLETTE

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
 Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Piquez le fond et les bords avec une fourchette et faites cuire la pâte à blanc pendant 20 minutes. Débarrassez les andouillettes de leur peau. Dans une sauteuse, faites dorer les oignons dans l'huile à feu moyen pendant environ 5 minutes. Ajoutez les andouillettes puis le vin blanc, le sel et le poivre. Faites réduire pendant 10 minutes à feu moyen. Ajoutez la moutarde puis la crème fraîche. Mélangez. Versez le tout sur le fond de tarte. Parsemez de gruyère râpé. Mettez au four pendant 10 minutes.
 Cette tarte se déguste chaude.

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
 6 andouillettes AAAAA
 2 oignons
 150 g de gruyère râpé
 30 cl de crème fraîche épaisse
 1 cuillerée à soupe de moutarde
 20 cl de vin blanc
 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive
 Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Vous pouvez ajouter à la préparation 5 pommes de terre cuites coupées en rondelles.



Salade de mesclun au cantal

Coupez les tomates cerises en deux. Coupez le cantal en lamelles à l'aide d'un économe. Dans un saladier, mélangez la moutarde, le vinaigre, l'huile et les herbes. Salez, poivrez. Déposez dessus le mesclun, les tomates cerises et le cantal. Mélangez.
 Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

300 g de mesclun
 100 g de cantal
 20 tomates cerises
 2 cuillerées à soupe d'herbes hachées
 1 cuillerée à café de moutarde forte
 1 cuillerée à soupe de vinaigre balsamique
 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive au citron
 Sel & Poivre





TARTE À L'ANDOUILLE

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
200 g d'andouille de Guémené
200 g d'andouille de campagne
100 g de moutarde à l'ancienne
100 g de gruyère râpé
4 œufs
40 cl de crème liquide
2 cuillerées à soupe de persil haché
Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Enlevez la peau des andouilles, coupez-les en rondelles fines et étalez-les sur le fond de tarte comme pour une tarte aux pommes. Réservez au réfrigérateur. Dans un saladier, battez les œufs, la crème et la moutarde. Ajoutez le persil, salez et poivrez. Versez cet appareil sur les andouilles et parsemez de gruyère râpé. Mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste tiède.

Vous pouvez remplacer les andouilles par des boudins noirs et blancs.



Salade tiède de lentilles aux girolles

Pour 6 personnes

400 g de lentilles vertes cuites
250 g de girolles
3 échalotes
2 cuillerées à soupe d'herbes hachées (persil, cerfeuil...)
1 cuillerée à soupe de vinaigre balsamique
1 cuillerée à soupe d'huile de tournesol
3 cuillerées à soupe d'huile de pépins de raisin
1 cuillerée à soupe d'huile de truffe
Sel & Poivre

Dans un saladier, mélangez le vinaigre, les huiles de pépins de raisin et de truffe et les herbes. Salez et poivrez. Ajoutez les lentilles vertes et les échalotes émincées.

Coupez la partie terreuse du pied des girolles et essuyez-les avec un linge humide. Coupez-les en deux si elles sont grosses et faites-les revenir 5 minutes sur feu vif dans une poêle avec l'huile de tournesol. Assaisonnez et mélangez-les au reste de la salade.

Servez aussitôt.



TARTE SAVOYARDE

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
 Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.
 Dans une sauteuse, faites revenir les oignons émincés à feu moyen dans l'huile chaude environ 5 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Ajoutez les lardons, poivrez et laissez cuire encore 5 minutes. Égouttez le tout dans une passoire.
 Dans un saladier, battez les œufs avec la crème. Répartissez la préparation de lardons sur le fond de tarte. Ajoutez par-dessus le reblochon coupé en morceaux sans avoir retiré la croûte. Recouvrez avec la crème. Mettez au four pendant 40 minutes.
 Cette tarte se déguste tiède.

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
 1 reblochon fermier de 400 g
 2 gros oignons
 150 g de lardons
 4 œufs
 40 cl de crème liquide
 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive
 Poivre

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer le reblochon par du munster ou du maroilles.



Salade aux tomates confites

Épluchez, lavez et essorez la scarole.
 Ôtez le cœur des tomates, coupez-les en quatre et épépinez-les. Dans un mixeur, réduisez en purée les tomates coupées, les tomates confites, les feuilles de basilic et la gousse d'ail pelée et émincée. Salez et poivrez. Dans un saladier, mélangez le vinaigre et l'huile. Ajoutez la purée de tomates puis la salade. Mélangez.
 Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

1 scarole
 20 g de tomates confites ou séchées
 2 tomates moyennes
 10 feuilles de basilic
 1 gousse d'ail
 1 cuillerée à soupe de vinaigre de xérès
 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive
 Sel & Poivre





TARTELETTES AUX LANGOUSTINES



Pour 6 personnes

1 pâte feuilletée prête à dérouler
36 queues de langoustine
2 cuillerées à soupe bombées
de crème fraîche épaisse
2 échalotes
1 cuillerée à soupe
de ciboulette ciselée
6 brins de ciboulette
pour la décoration
5 cl de whisky
1 noix de beurre
Sel & Poivre

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
À l'aide d'un emporte-pièce ou d'un bol,
découpez six cercles de 12 cm de diamètre dans
la pâte. Garnissez-en six moules à tartelette de
10 cm de diamètre. Piquez le fond et les bords
avec une fourchette et faites cuire la pâte à blanc
pendant 15 minutes.

Dans une poêle à revêtement antiadhésif très
chaude, déposez les langoustines et faites-les
revenir sur feu vif pendant 2 minutes.

Arrosez de whisky et flambez-les. Réservez.

Dans une autre poêle, faites revenir les échalotes
émincées dans le beurre pendant environ
5 minutes à feu moyen. Ajoutez la crème fraîche,
le sel et le poivre, et laissez réduire pendant
5 minutes. Ajoutez les langoustines,
parsemez de ciboulette ciselée et mélangez
encore pendant 1 minute.

Posez les fonds de tartelette sur les assiettes
et répartissez dedans les langoustines et leur sauce.
Décorez avec les brins de ciboulette.

Ces tartelettes se dégustent chaudes.

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer les langoustines par de grosses crevettes
et le whisky par du cognac.



Salade de cèpes

Éliminez le pied terreux des petits cèpes, essuyez-les avec un linge humide et émincez-les finement.

Pelez la tomate, épépinez-la et coupez-la en petits dés.

Dans un saladier, préparez la vinaigrette en fouettant le jus de citron avec l'huile d'olive, du sel et du poivre.

Posez le mesclun dans le fond du saladier.

Répartissez dessus les champignons et les dés de tomate. Parsemez de cerfeuil et de ciboulette. Mélangez.

Servez aussitôt.

Pour 6 personnes

250 g de cèpes bouchons frais

200 g de mesclun

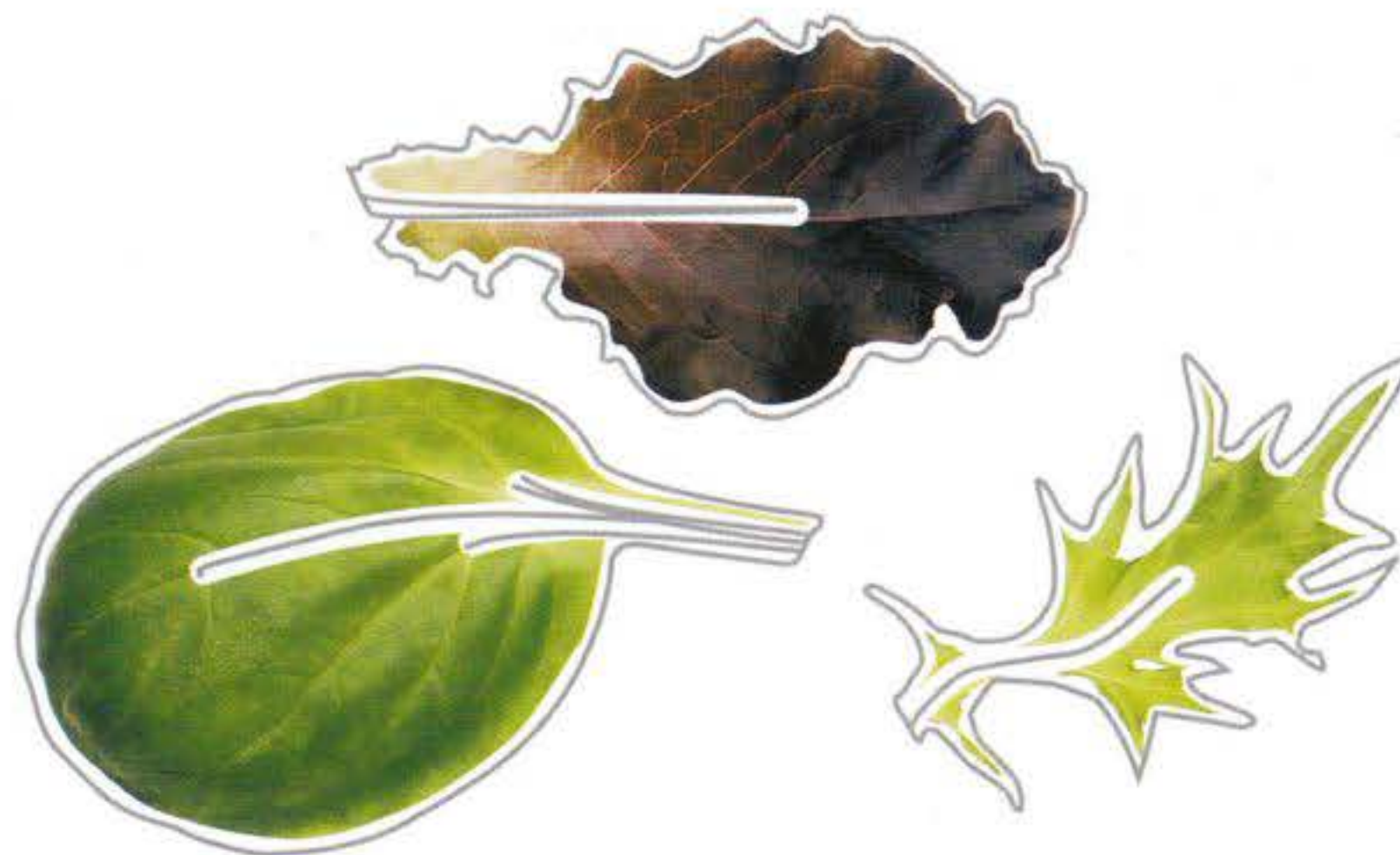
1 tomate

2 cuillerées à soupe d'herbes ciselées (cerfeuil et ciboulette)

Le jus de 1/2 citron

4 cuillerées à soupe d'huile d'olive

Sel & Poivre





TARTE FINE À L'ITALIENNE

Pour 6 personnes

1 pâte feuilletée prête
à dérouler
6 tomates
3 tranches de jambon cru
400 g de mozzarella
1 cuillerée à café
d'herbes de Provence
Sel & Poivre

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6). Déroulez la pâte sur la plaque du four en gardant le papier sulfurisé. Posez une nouvelle feuille de papier sulfurisé par-dessus et recouvrez avec des légumes secs. Faites cuire à blanc pendant 10 minutes. Pelez les tomates, coupez-les en quatre et épépinez-les. Mettez-les dans une passoire et saupoudrez-les de 3 pincées de sel afin de les faire dégorger. Découpez le jambon en lanières et la mozzarella en tranches. Répartissez les lanières de jambon sur le fond de tarte. Essuyez un à un les morceaux de tomates à l'aide d'un papier absorbant et posez-les sur le jambon. Étalez les tranches de mozzarella. Parsemez d'herbes de Provence et assaisonnez. Remettez au four pendant 10 minutes.

Cette tarte se déguste tiède.

Vous pouvez remplacer la pâte feuilletée par une pâte à pizza et ajouter 100 g de champignons de Paris.



Batavia aux croûtons

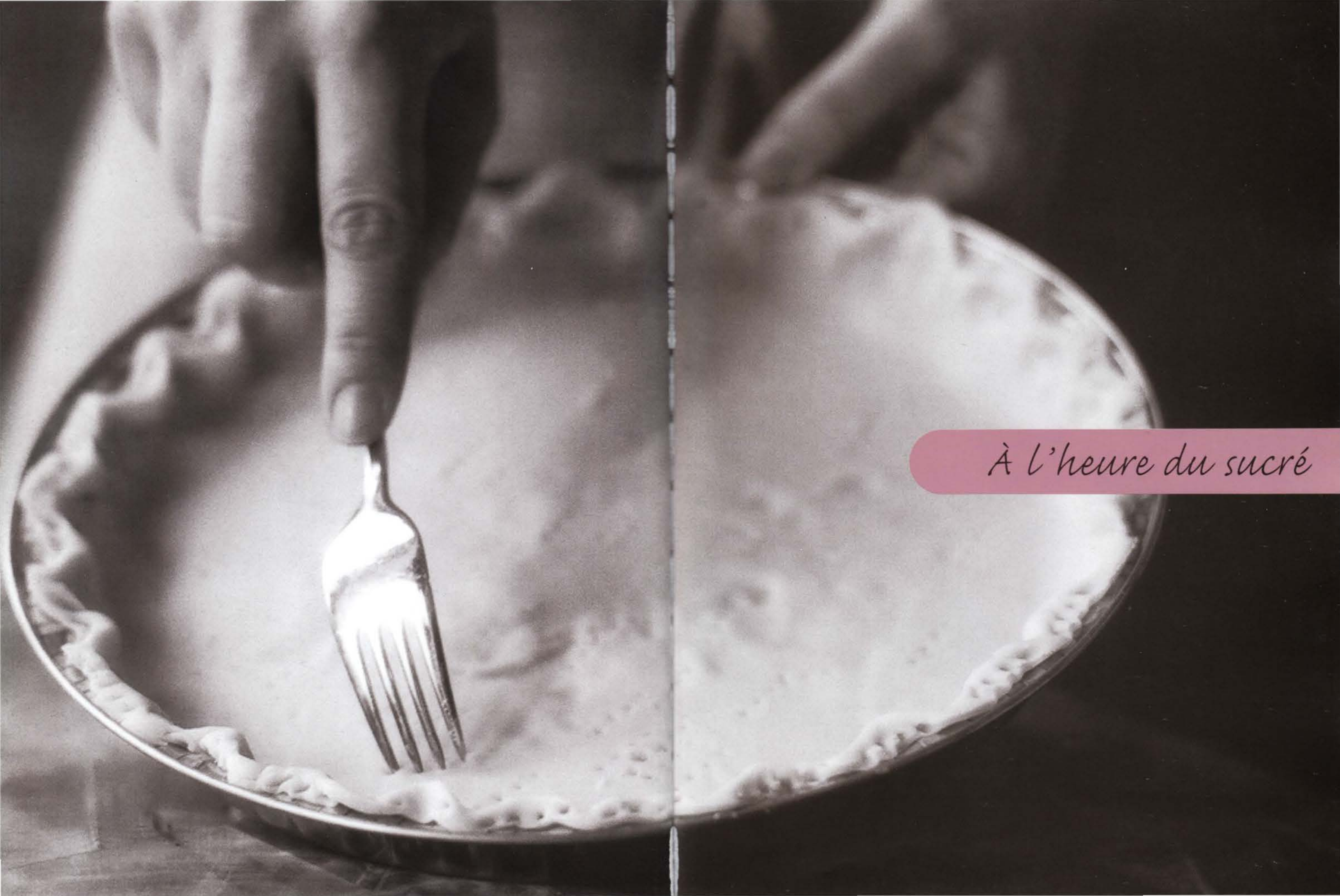
Pour 6 personnes

1 batavia
3 tranches de pain de mie coupées en dés
50 g de parmesan frais
1 gousse d'ail
1 cuillerée à soupe de mayonnaise
1 cuillerée à soupe de vinaigre de xérès
5 cuillerées à soupe d'huile de tournesol
Sel & Poivre

Épluchez, lavez et essorez la batavia. Dans un saladier, mélangez la mayonnaise, le vinaigre, 3 cuillerées à soupe d'huile et l'ail pilé. Salez et poivrez. Faites chauffer 2 cuillerées à soupe d'huile dans une poêle et faites revenir les dés de pain 5 minutes à feu moyen en les retournant fréquemment. Retirez-les de la poêle et égouttez-les sur du papier absorbant. Mettez la batavia dans le saladier, parsemez de parmesan coupé en copeaux à l'aide d'un économe. Ajoutez les croûtons par-dessus.

Mélangez et servez aussitôt.





À l'heure du sucré



TARTE À LA RHUBARBE

Pour 6 personnes

1 pâte sablée ou sucrée
750 g de rhubarbe
3 œufs
150 g de crème fraîche épaisse
150 g de sucre semoule
15 g de Maïzena®
15 g de farine

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).

Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur. Épluchez la rhubarbe et coupez-la en petits tronçons réguliers de 2 cm environ.

Saupoudrez-les de 50 g de sucre et réservez.

Dans un saladier, battez ensemble les œufs avec le sucre restant. Incorporez-y la Maïzena® et la farine, puis la crème fraîche.

Ajoutez les tronçons de rhubarbe.

Étalez l'ensemble sur le fond de pâte.

Mettez au four pendant 30 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Il est nécessaire d'enrober la rhubarbe avec le mélange crème-farine pour absorber son humidité.



Crème fouettée

Pour 6 personnes

25 cl de crème liquide
50 g de sucre glace
1/2 cuillerée à café de vanille
en poudre

Une heure à l'avance, mettez la crème au réfrigérateur.

Quinze minutes à l'avance, placez le saladier dans lequel vous fouetterez la crème et les fouets du batteur électrique dans le congélateur.

Versez la crème dans le saladier et fouettez à petite vitesse pendant 2 minutes puis augmentez la vitesse. Quand la crème épaissit, saupoudrez du sucre glace et de la vanille.

Fouettez encore 5 secondes.

Réservez au réfrigérateur pendant au moins 1 heure avant de servir.







TARTE AU SUCRE FAÇON SOPHIE

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Déroulez la pâte sur la plaque du four ou sur une plaque en silicone en gardant le papier sulfurisé. Piquez la pâte avec une fourchette. Saupoudrez-la de la cassonade. Battez les œufs avec la crème puis versez sur la pâte. Parsemez de beurre et mettez au four pendant 25 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Pour 6 personnes

1 pâte feuilletée prête à dérouler
250 g de sucre cassonade ou semoule
2 œufs
10 cl de crème liquide
1 cuillerée à café de beurre

Le conseil de Sophie

La tarte au sucre traditionnelle se fait avec une pâte levée.



Salade de pêches

Pelez, dénoyautez et coupez les pêches en lamelles.
Dans un saladier, mettez les lamelles de pêches. Versez par-dessus le sucre, le sucre vanillé et le jus d'orange. Fendez la gousse de vanille en deux dans la longueur et égrenez-la dans la salade. Mélangez le tout. Couvrez.

Mettez au réfrigérateur pendant 1 heure avant de servir.

Pour 6 personnes

6 pêches
50 g de sucre semoule
1 sachet de sucre vanillé
Le jus de 1 orange
1 gousse de vanille



TARTE AUX POMMES À L'ALSACIENNE

Pour 6 personnes

1 pâte sablée
4 pommes golden ou autres
4 œufs
150 g de sucre semoule
20 cl de lait entier
20 cl de crème liquide
1/2 cuillerée à café
de vanille en poudre
1 sachet de sucre vanillé

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur. Dans un saladier, battez les œufs avec le sucre et la vanille en poudre. Ajoutez le lait puis la crème liquide. Mélangez. Épluchez les pommes, ôtez les cœurs et coupez-les en six. Disposez-les sur le fond de tarte et versez la préparation à base de crème par-dessus. Saupoudrez du sucre vanillé et mettez au four pendant 35 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Incisez légèrement les pommes à l'aide de la pointe d'un couteau pour faciliter leur cuisson.



Glace à la cannelle

Pour 6 personnes

4 jaunes d'œufs
80 g de sucre semoule
10 cl de crème fraîche épaisse
50 cl de lait entier
1/2 cuillerée à café de cannelle
en poudre

Dans un saladier, battez les jaunes d'œufs avec le sucre et la cannelle. Ajoutez la crème fraîche et mélangez. Versez le lait dans la préparation petit à petit tout en remuant. Placez le tout au réfrigérateur pendant au moins 30 minutes. Versez dans la sorbetière et laissez prendre.

À déguster immédiatement ou à conserver au congélateur.



TARTELETTES AU CITRON ET À LA NOIX DE COCO

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).

À l'aide d'un emporte-pièce ou d'un bol, découpez six cercles de 12 cm de diamètre dans la pâte. Garnissez-en six moules à tartelette de 10 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.

Faites fondre le beurre à feu doux.

Dans un saladier, battez les œufs, le sucre et le zeste de citron. Incorporez le beurre, le fromage blanc, le jus de citron et la noix de coco râpée. Mélangez.

Versez le tout sur les fonds de tartelette et mettez au four pendant 30 minutes.

Cette tarte se déguste froide.

Pour 6 personnes

1 pâte sablée
200 g de fromage blanc
à 40 % de matières grasses
Le jus de 3 citrons
40 g de noix de coco râpée
3 œufs
150 g de sucre semoule
60 g de beurre
Le zeste de 1 citron non traité

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer le jus de citron par le jus de 4 clémentines.



Salade de bananes et de mangues

Pelez les bananes et coupez-les en rondelles.

Épluchez la mangue et coupez-la en morceaux. Dans un saladier, mettez les bananes et la mangue, arrosez-les du jus de citron. Mélangez.

Ajoutez le sucre puis le Malibu®. Mélangez.

Réservez la salade recouverte d'un film alimentaire au réfrigérateur pendant 1 heure.

Pour 6 personnes

4 bananes
1 mangue
100 g de sucre semoule
Le jus de 1 citron
3 cuillerées à soupe
de Malibu®





TARTE AUX BETTERAVES

Pour 6 personnes

1 pâte brisée
1 kg de betteraves cuites
3 œufs entiers
3 jaunes d'œufs
100 g de sucre semoule
1 cuillerée à café de vanille
en poudre
20 cl de crème fraîche épaisse
20 cl de lait

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).

Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur. Pelez les betteraves et râpez-les grossièrement à l'aide d'une râpe. Dans une casserole, mélangez la crème, le lait et la vanille. Laissez frémir sur feu doux pendant 5 minutes.

Dans un saladier, battez les œufs entiers et les jaunes d'œufs avec le sucre. Ajoutez petit à petit le mélange à base de crème tout en fouettant puis incorporez les betteraves.

Versez le tout sur le fond de tarte et mettez au four pendant 45 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide avec le coulis de groseilles et de la glace à la vanille (voir page 154).

Je porte toujours des gants jetables pour peler, couper ou râper les betteraves. Je garde ainsi des mains impeccables. Vous pouvez utiliser des betteraves cuites, en dés, sous-vide.



Coulis de groseille

Pour 6 personnes

200 g de groseilles
100 g de sucre semoule

Dans une casserole, mettez les groseilles avec le sucre et 5 cuillerées à soupe d'eau. Laissez cuire à feu doux pendant 10 minutes. Mixez le tout au mixeur et passez le coulis dans une passoire.

Servez ce coulis froid.



La Maison de Sophie



TARTE AUX NECTARINES ET AU PAIN D'ÉPICE

Pour 6 personnes

1 pâte sablée
8 nectarines
100 g de pain d'épice
100 g de sucre semoule
3 jaunes d'œufs
100 g d'amandes en poudre
20 cl de crème liquide

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur. À l'aide d'un robot, réduisez le pain d'épice en poudre. Ajoutez le sucre et les amandes en poudre. Épluchez les nectarines et coupez-les en lamelles. Dans un saladier, battez les jaunes d'œufs avec la crème.

Répartissez le mélange à base de pain d'épice sur le fond de tarte, posez les lamelles de nectarines par-dessus et versez la crème sur le tout. Mettez au four pendant 35 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Vous pouvez remplacer les nectarines par des poires.



Granité de pamplemousses au cidre

Pour 6 personnes

Le jus de 3 pamplemousses roses
50 cl de cidre brut ou doux
10 cl de calvados
3 cuillerées à soupe de sucre cassonade
6 feuilles de menthe

Dans une boîte en plastique, mettez le jus de pamplemousse, le cidre, le calvados et le sucre cassonade. Mélangez et placez cette préparation au congélateur.

Laissez prendre au réfrigérateur 1 heure environ en remuant régulièrement avec une fourchette pour ne pas laisser prendre en bloc, mais pour obtenir des paillettes irrégulières.

Répartissez le granité dans des verres, décorez avec les feuilles de menthe.

Servez aussitôt.



TARTE À LA BANANE

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
 Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur. Pelez les bananes, coupez-les en rondelles dans un bol et versez dessus le jus de citron. Récupérez le jus contenu dans le bol et faites-le chauffer à feu doux dans une petite casserole avec la Maïzena® préalablement délayée avec 1 cuillerée à soupe d'eau froide. Lorsque la sauce a épaissi, ajoutez-la aux bananes avec le zeste de citron, le sucre semoule et la moitié de la cannelle. Répartissez le tout sur le fond de tarte. Dans un saladier, mélangez à la main la farine, la cassonade, le reste de la cannelle et le beurre, jusqu'à obtention de miettes. Ajoutez-y les noix de pécan concassées. Étalez ce mélange sur les bananes et mettez au four pendant 30 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Pour 6 personnes

1 pâte sablée
 6 bananes mûres
 Le jus de 2 citrons
 Le zeste de 1 citron
 1 cuillerée à café de Maïzena®
 50 g de sucre semoule
 1 cuillerée à café de cannelle en poudre
 170 g de farine
 150 g de sucre cassonade
 75 g de beurre à température ambiante
 75 g de noix de pécan

Le conseil de Sophie

Cette tarte est réservée aux personnes ayant grand appétit !
 Mais c'est un délice...



Chantilly au chocolat

Râpez finement le chocolat à l'aide d'une râpe. Versez la crème très froide et le sucre dans un saladier très froid et montez-la doucement à l'aide d'un batteur ou d'un fouet.

Une fois la crème bien montée, versez dedans le chocolat râpé en pluie et incorporez-le légèrement.

Réservez au réfrigérateur au moins 1 heure avant de servir.

Pour 6 personnes

30 cl de crème liquide très froide
 100 g de chocolat noir
 50 g de sucre glace





TARTELETTES AU RIZ

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
À l'aide d'un emporte-pièce ou d'un bol, découpez six cercles de 12 cm de diamètre dans la pâte. Garnissez-en six moules à tartelette de 10 cm de diamètre. Piquez le fond et les bords avec une fourchette et faites cuire la pâte à blanc pendant 15 minutes.

Pendant ce temps, lavez le riz puis faites-le cuire 2 minutes dans de l'eau bouillante. Égouttez-le. Dans une casserole à revêtement antiadhésif, faites bouillir le lait avec le sucre et la vanille. Versez le riz en pluie dans le lait et laissez mijoter à feu doux pendant 45 minutes.

Quand le riz est cuit, ajoutez le beurre puis les œufs et la crème fraîche. Mélangez.

Versez la préparation sur les fonds de tartelette précuits. Mettez au four pendant 15 minutes.

Cette tarte se déguste froide.

Pour 6 personnes

1 pâte sablée
200 g de riz rond
75 cl de lait entier
150 g de sucre semoule
3 œufs
1 cuillerée à soupe
de crème fraîche épaisse
20 g de beurre
1/2 cuillerée à café
de vanille en poudre

Le conseil de Sophie

Vous pouvez ajouter au lait le zeste d'une demi-orange ou d'un demi-citron.



Sauce au caramel

Versez le sucre dans une casserole avec 1 cuillerée à soupe d'eau. Mettez sur feu vif. Dès que le sucre caramélise, retirez du feu et ajoutez la crème liquide. Mélangez et incorporez le beurre petit à petit.

Cette sauce se sert froide.

Pour 6 personnes

90 g de sucre semoule
30 cl de crème liquide
30 g de beurre



TARTE CHOCOLAT-CHOCOLAT



Pour 6 personnes

1 pâte sucrée

Pour la garniture chocolat noir :

*400 g de chocolat noir
pâtissier à 65 % de cacao*

60 cl de crème fraîche épaisse

120 g de sucre semoule

Pour la garniture chocolat blanc :

100 g de chocolat blanc

10 cl de crème fraîche épaisse

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Piquez le fond et les bords avec une fourchette et faites cuire la pâte à blanc pendant 20 minutes.

Cassez le chocolat noir en morceaux et faites-le fondre au four à micro-ondes ou au bain-marie. Mélangez-le pour obtenir une crème lisse.

Ajoutez le sucre et la crème fraîche et mélangez. Versez la préparation sur le fond de tarte cuit. Réservez.

Cassez le chocolat blanc en morceaux et faites-le fondre au four à micro-ondes ou au bain-marie. Mélangez le chocolat pour le rendre lisse.

Ajoutez la crème fraîche et mélangez.

Versez le chocolat blanc en filet sur le chocolat noir et, avec un couteau pointu, enfoncez le chocolat blanc dans le chocolat noir pour donner un effet marbré.

Mettez la tarte au réfrigérateur pendant une nuit.

Cette tarte se déguste froide.

Le conseil de Sophie

Vous pouvez inverser les couleurs et donc les quantités de chocolat noir et de chocolat blanc.



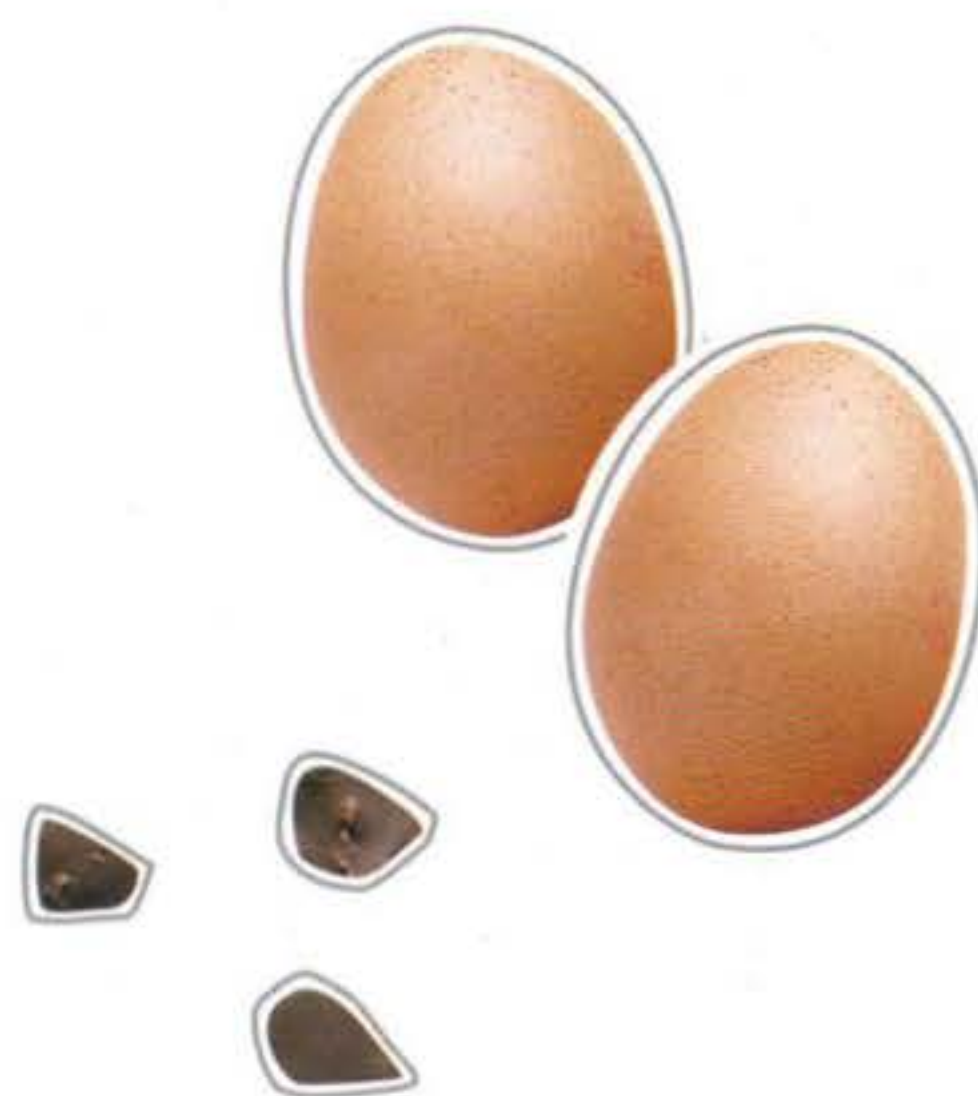
Crème anglaise

Faites chauffer le lait dans une casserole avec la gousse de vanille fendue en deux. Battez les jaunes d'œufs avec le sucre à l'aide d'un fouet afin d'obtenir un mélange blanchâtre et incorporez peu à peu le lait chaud et la vanille en fouettant constamment.

Versez de nouveau ce mélange dans la casserole. Tout en remuant sans cesse avec une cuillère en bois, faites chauffer à feu doux (ne faites surtout pas bouillir) pendant environ 5 minutes, jusqu'à ce que le mélange épaississe. La mousse qui était à la surface va disparaître : cela veut dire que la crème est presque prête.

Dès que la crème nappe la cuillère en bois, retirez la casserole du feu et versez la crème dans un saladier pour la faire refroidir. Remuez de temps en temps jusqu'à refroidissement complet de la crème.

Réservez la crème au réfrigérateur au moins 1 heure avant de servir.



Pour 6 personnes

50 cl de lait entier
6 jaunes d'œufs
125 g de sucre semoule
1 gousse de vanille
ou 1/2 cuillerée à café
de vanille en poudre





TARTE AUX NOIX DE PÉCAN



Pour 6 personnes

1 pâte sablée
200 g de cerneaux
de noix de pécan
40 caramels mous
au beurre salé
10 cl de lait entier
50 g de beurre
salé mou
4 œufs
150 g de sucre semoule

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur. Dans une casserole à revêtement antiadhésif, faites fondre les caramels sur feu doux avec le lait et le beurre en morceaux. Mélangez à l'aide d'un fouet jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse. Retirez du feu et réservez.

Dans un saladier, battez les œufs avec le sucre. Ajoutez la préparation au caramel et la moitié des noix de pécan concassées. Versez ce mélange sur le fond de tarte et posez les cerneaux de noix de pécan entiers par-dessus. Mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste froide.



Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer les noix de pécan par des noix de Grenoble ou de macadamia.



Glace au caramel



Dans une casserole à revêtement antiadhésif, préparez le caramel : versez le sucre avec 2 cuillerées à soupe d'eau et le jus de citron et faites cuire à feu moyen jusqu'à coloration.

Pendant ce temps, dans un saladier, battez les jaunes d'œufs avec la crème fraîche puis le lait. Ajoutez le caramel tout en remuant et laissez refroidir.

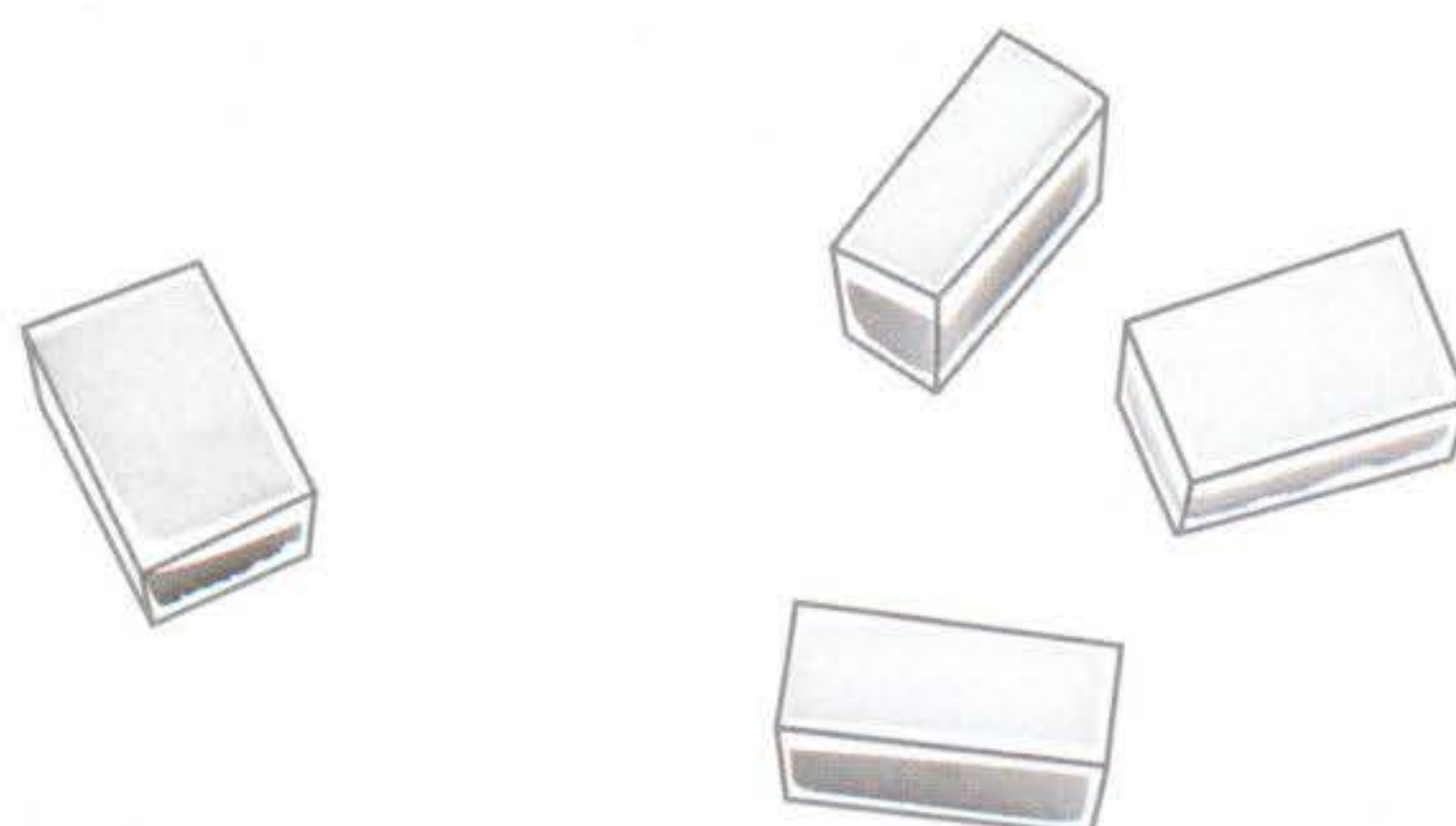
Placez le tout au réfrigérateur pendant 30 minutes au minimum.

Versez dans la sorbetière et laissez prendre.

À déguster immédiatement
ou à conserver au congélateur.

Pour 6 personnes

150 g de sucre semoule
4 jaunes d'œufs
10 cl de crème fraîche épaisse
50 cl de lait entier
Le jus de 1/2 citron







TARTE AUX AMANDES

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
 Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.
 Dans un saladier, mélangez les œufs avec le sucre. Ajoutez la poudre d'amandes, mélangez. Ajoutez ensuite le beurre en petits morceaux et mélangez. Versez la préparation sur le fond de tarte. Mettez au four pendant 30 minutes.

Cette tarte se déguste froide.

Pour 6 personnes

1 pâte sablée
 200 g d'amandes en poudre
 4 œufs
 160 g de sucre semoule
 160 g de beurre salé mou

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer la poudre d'amandes par de la poudre de noisettes ou de la noix de coco râpée.



Salade de melon au citron vert

Coupez les melons en deux, retirez les graines, prélevez la pulpe et détaillez-la en morceaux. Dans un saladier, mélangez la pulpe des melons avec le jus de citron, le sucre, la vanille et la cannelle. Mélangez et arrosez de vin blanc. Couvrez.

Réservez 1 heure au réfrigérateur avant de servir.

Pour 6 personnes

2 melons charentais ou de Cavaillon
 Le jus de 3 citrons verts
 30 g de sucre semoule
 5 cuillerées à soupe de vin blanc sucré
 1/2 cuillerée à café de vanille en poudre
 1 pincée de cannelle en poudre



TARTELETTES AU CAFÉ

Pour 6 personnes

1 pâte sablée
3 œufs
50 g de sucre semoule
30 cl de crème liquide
2 cuillerées à café de cacao
en poudre non sucré
1 cuillerée à soupe
d'extract de café

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
À l'aide d'un emporte-pièce ou d'un bol, découpez six cercles de 12 cm de diamètre dans la pâte. Garnissez-en six moules à tartelette de 10 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur. Dans un saladier, battez les œufs avec le sucre, l'extract de café et 1 cuillerée à café de cacao. Ajoutez la crème et mélangez le tout. Versez le mélange sur les fonds de tartelette en les remplissant jusqu'au bord. Mettez au four pendant 25 minutes.

Ces tartelettes se dégustent froides saupoudrées du cacao restant.

Vous pouvez remplacer le cacao par de la cannelle en poudre.



Sorbet au cacao

Pour 6 personnes

50 g de cacao
en poudre non sucré
150 g de chocolat noir
pâtissier à 65 % de cacao
100 g de sucre semoule

Dans une casserole, faites bouillir 50 cl d'eau et le sucre. À feu moyen, incorporez le cacao et le chocolat cassé en morceaux. Mélangez et laissez chauffer encore 2 minutes. Retirez du feu et laissez refroidir. Placez le tout au réfrigérateur pendant 30 minutes au minimum. Versez dans la sorbetière et laissez prendre. À déguster immédiatement ou à conserver au congélateur.





TARTE AUX PRALINES

Pour 6 personnes

1 pâte sablée
400 g de pralines roses
50 cl de crème fraîche épaisse

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Piquez le fond et les bords avec une fourchette et faites cuire la pâte à blanc pendant 15 minutes.
Pendant ce temps, dans un saladier, concassez grossièrement les pralines, ajoutez la crème fraîche et mélangez.
Versez le tout sur le fond de pâte et mettez au four pendant 10 minutes.
Laissez refroidir puis mettez au réfrigérateur pendant au moins 3 heures.
Cette tarte se déguste froide.

Vous trouverez les pralines roses chez un confiseur ou au rayon confiserie des hypermarchés.



Salade d'hiver

Pour 6 personnes

1 ananas
6 clémentines
1 pamplemousse rose
Le jus de 1 citron
2 cuillérées à soupe
de miel liquide
1 cuillerée à café rase
de gingembre en poudre

Tout en réservant le jus qui s'en écoule dans un bol, épluchez l'ananas et coupez-le en morceaux. Pelez le pamplemousse à vif en retirant la membrane blanche et les pépins, puis épluchez les clémentines, séparez les quartiers et coupez-les en deux. Mettez le tout dans un saladier.
Dans une casserole, faites fondre le miel avec le jus de citron à feu moyen et ajoutez le gingembre.
Versez ce sirop sur les fruits et mélangez. Couvrez.
Mettez au réfrigérateur pendant 1 heure avant de servir.



TARTE À L'ORANGE

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
 Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.
 Lavez et râpez le zeste de 2 oranges.
 Pressez les 4 oranges.
 Dans un saladier, battez les œufs avec le sucre.
 Ajoutez le jus et le zeste d'orange. Faites cuire le tout dans une casserole pendant 10 minutes à feu doux en remuant constamment. Passez dans une passoire puis ajoutez le beurre et les amandes en poudre. Mélangez.
 Versez le tout sur le fond de tarte et mettez au four pendant 30 minutes.
 Cette tarte se déguste froide.

Pour 6 personnes

1 pâte sablée
 4 oranges
 4 œufs
 200 g de sucre semoule
 150 g de beurre demi-sel mou
 60 g d'amandes en poudre

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer les oranges par 8 citrons.



Sauce à l'orange

Dans une casserole, versez le jus d'orange, le sucre et la Maïzena®. Portez à ébullition en fouettant constamment à l'aide d'un fouet.
 Baissez le feu et poursuivez la cuisson 2 minutes.
 Laissez refroidir.
 À l'aide d'un couteau, pelez l'orange à vif et coupez-la en quartiers. Ajoutez-les dans la sauce.
 Cette sauce se déguste tiède.

Pour 6 personnes

1 orange
 Le jus de 3 oranges
 70 g de sucre semoule
 2 cuillerées à soupe de Maïzena®





TARTE TATIN

Pour 6 personnes

1 pâte brisée ou sablée
1 kg de pommes
200 g de sucre semoule
80 g de beurre
Le jus de 1/2 citron

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 240 °C (thermostat 8).
Épluchez les pommes, coupez-les en quartiers, ôtez les cœurs et les pépins.

Dans une casserole, faites fondre 100 g de sucre avec 4 cuillerées à soupe d'eau. Dès que le mélange prend une belle couleur dorée, ajoutez le jus de citron et 40 g de beurre.

Mélangez hors du feu et versez dans un moule à manqué ou à tatin préalablement beurré.

Disposez les pommes bien serrées dans le fond du moule, face bombée contre le caramel. Parsemez du reste de beurre et saupoudrez du reste de sucre.

Recouvrez avec la pâte puis soudez-la à la paroi du moule. Mettez au four pendant 30 minutes environ. Démoulez dès la sortie du four.

Cette tarte se déguste tiède.

Prenez des pommes plutôt acides comme les granny-smith. Vous pouvez remplacer les pommes par des poires.



Sorbet au cidre

Pour 6 personnes

50 cl de cidre brut ou doux
300 g de sucre semoule
Le jus de 1/2 citron
2 blancs d'œufs
75 g de sucre glace

Dans une casserole, versez le cidre et le jus de citron. Ajoutez le sucre semoule et portez à ébullition. Retirez du feu et laissez refroidir.

Placez le tout au réfrigérateur pendant 30 minutes au minimum.

Versez dans la sorbetière et laissez prendre. Montez les blancs en neige avec le sucre glace. Incorporez-les au sorbet.

À déguster immédiatement ou à conserver au congélateur.



TARTE À LA NOIX DE COCO ET À L'ANANAS

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
 Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.
 Dans un saladier, mélangez les œufs avec le sucre. Ajoutez la noix de coco râpée, mélangez. Ajoutez ensuite le beurre en petits morceaux et mélangez. Versez la préparation sur le fond de tarte. Égouttez les tranches d'ananas et répartissez-les sur la tarte. Parsemez de pépites de chocolat. Mettez au four pendant 30 minutes.
 Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Pour 6 personnes

1 pâte sablée
 100 g de noix de coco râpée
 1 petite boîte d'ananas au sirop
 4 œufs
 160 g de sucre semoule
 160 g de beurre salé mou
 50 g de pépites de chocolat

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer les tranches d'ananas par 3 bananes coupées en rondelles.



Glace à la noix de coco

Dans un saladier, battez les jaunes d'œufs avec le sucre et la noix de coco râpée. Ajoutez la crème fraîche et mélangez. Versez le lait dans la préparation petit à petit tout en remuant. Placez le tout au réfrigérateur pendant au moins 30 minutes. Versez dans la sorbetière et laissez prendre.
 À déguster immédiatement ou à conserver au congélateur.

Pour 6 personnes

40 g de noix de coco râpée
 4 jaunes d'œufs
 80 g de sucre semoule
 10 cl de crème fraîche épaisse
 50 cl de lait entier





FLAN PARISIEN

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
 Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.
 Faites bouillir le lait avec le beurre.
 Dans un saladier, battez les œufs avec le sucre et la vanille. Ajoutez la Maïzena® et la farine.
 Mélangez. Versez le lait petit à petit sur ce mélange tout en remuant à l'aide d'un fouet.
 Versez la préparation sur le fond de tarte et mettez au four pendant 35 minutes.
 Cette tarte se déguste froide.

Pour 6 personnes

1 pâte sucrée
 3 œufs
 100 g de sucre semoule
 40 g de Maïzena®
 40 g de farine
 50 cl de lait entier
 1 noix de beurre salé
 1/2 cuillerée à café
 de vanille en poudre

Le conseil de Sophie

Vous pouvez ajouter à la pâte 50 g de raisins secs ou 100 g de pruneaux dénoyautés.



Salade de pruneaux

Tout en recueillant le jus, pelez les oranges à vif en retirant la membrane blanche et les pépins.
 Mettez-les dans un saladier avec leur jus.
 Mettez les pruneaux dans un saladier, recouvrez-les d'eau chaude, ajoutez le sachet de thé et faites-les gonfler pendant 10 minutes.
 Au bout des 10 minutes, égouttez les pruneaux et mélangez-les aux oranges avec le sucre, la cannelle et l'armagnac.
 Réservez à température ambiante.

Pour 6 personnes

300 g de pruneaux dénoyautés
 3 oranges
 1 sachet de thé
 3 cuillerées à soupe de sucre semoule
 1 pincée de cannelle ou de vanille
 2 cuillerées à soupe d'armagnac ou de cognac (facultatif)



TARTE AU CHOCOLAT

Pour 6 personnes

1 pâte sucrée
450 g de chocolat noir
pâtissier à 65 % de cacao
30 cl de crème liquide
4 jaunes d'œufs
50 g de beurre mou
1 gousse de vanille

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).

Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Piquez le fond et les bords avec une fourchette et faites cuire la pâte à blanc pendant 20 minutes.

Pendant la cuisson du fond de tarte, dans une casserole, à feu doux, faites fondre le chocolat cassé en morceaux avec la crème liquide et la gousse de vanille, fendue en deux dans la longueur, jusqu'à l'obtention d'une crème lisse.

Hors du feu, incorporez les jaunes d'œufs puis le beurre en petits morceaux. Mélangez.

Versez la crème au chocolat sur le fond de tarte cuit puis laissez refroidir à température ambiante.

Cette tarte se déguste froide.

Vous pouvez ajouter à la crème au chocolat des zestes d'orange confite ou des fruits secs comme des noix, des amandes, des noisettes, des raisins...



Salade d'oranges

Pour 6 personnes

10 oranges
2 cuillerées à soupe de miel
10 feuilles de menthe
1 pincée de cannelle
1 cuillerée à café
d'eau de fleur d'oranger

Tout en recueillant le jus, pelez les oranges à vif en retirant la membrane blanche et les pépins.

Mettez-les dans un saladier avec leur jus.

Ajoutez les feuilles de menthe ciselées, le miel, la cannelle et l'eau de fleur d'oranger. Couvrez.

Mettez au réfrigérateur pendant 1 heure avant de servir.



TARTE FINE AUX ABRICOTS

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
 Dans un bol, écrasez les biscuits à la cuiller et mélangez-les avec la poudre d'amandes.
 Coupez les abricots en deux, retirez les noyaux.
 Déroulez la pâte sur la plaque du four ou sur une plaque en silicone en gardant le papier sulfurisé.
 Parsemez le fond de tarte avec le mélange de biscuits à la cuiller et de poudre d'amandes.
 Placez les demi-abricots sur la tarte, face coupée vers le haut, puis saupoudrez de sucre vanillé.
 Mettez au four pendant 30 minutes.
 En fin de cuisson, décorez la tarte avec les pistaches.
 Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Pour 6 personnes

1 pâte feuilletée prête à dérouler
 1 kg d'abricots (environ 12) mûrs à point et fermes
 4 biscuits à la cuiller
 20 g d'amandes en poudre
 20 g de pistaches mondées
 1 sachet de sucre vanillé

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer les pistaches par des amandes effilées ou entières.



Salade de poires aux pistaches

Épluchez les poires, épépinez-les et coupez-les en morceaux.

Dans un saladier, mettez les poires et le jus de citron. Mélangez. Ajoutez le sucre, les pistaches préalablement hachées puis la liqueur de poire. Mélangez à nouveau. Couvrez.

Réservez au réfrigérateur pendant au moins 1 heure avant de servir.

Pour 6 personnes

4 poires mûres
 50 g de pistaches mondées
 30 g de sucre semoule
 3 cuillerées à soupe de liqueur de poire
 Le jus de 1/2 citron





TARTE AUX FIGUES



Pour 6 personnes

1 pâte sablée
16 figues fraîches
100 g de sucre glace
100 g de beurre
salé mou
100 g d'amandes
en poudre
1 œuf
2 cuillerées
à soupe de miel
Le jus de 1/2 citron

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).

Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.

Dans un saladier, mélangez à l'aide d'une cuillère en bois le sucre, le beurre en petits morceaux, la poudre d'amandes et l'œuf.

Rincez les figues à l'eau et coupez-les en quatre.

Étalez la crème d'amandes sur le fond de tarte et disposez les figues par-dessus, face coupée vers le haut. Mettez au four pendant 30 minutes. Pendant la cuisson, préparez le nappage.

Dans une casserole, mélangez le miel et le jus de citron, amenez à ébullition puis retirez du feu aussitôt. Réservez puis, à la sortie du four, nappez-en la tarte à l'aide d'un pinceau.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.



Le conseil de Sophie

Vous pouvez ajouter des cerneaux de noix concassés dans la crème d'amandes ou en décorer la tarte. Avant de les casser, faites tremper les noix une nuit dans de l'eau sucrée. Ainsi, les cerneaux de noix se retireront plus facilement.



Glace au miel

Dans un saladier, battez les jaunes d'œufs avec le sucre. Ajoutez le miel puis la crème fraîche et mélangez. Versez le lait dans la préparation petit à petit tout en remuant.

Placez le tout au réfrigérateur pendant au moins 30 minutes. Versez dans la sorbetière et laissez prendre.

À déguster immédiatement ou à conserver au congélateur.

Pour 6 personnes

150 g de miel liquide d'acacia

4 jaunes d'œufs

80 g de sucre semoule

10 cl de crème fraîche épaisse

50 cl de lait entier





TARTE AUX POIRES ET AUX AMANDES

Pour 6 personnes

1 pâte sablée
1 grande boîte de poires au sirop
100 g d'amandes en poudre
100 g de sucre glace
100 g de beurre salé mou
1 œuf
20 g d'amandes effilées
2 cl d'alcool de poire (facultatif)

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.
Dans un saladier, mélangez à l'aide d'une cuillère en bois le sucre, le beurre en petits morceaux, la poudre d'amandes, l'œuf et l'alcool de poire. Égouttez les demi-poires.
Étalez la crème d'amandes sur le fond de tarte et disposez les poires par-dessus.
Parsemez d'amandes effilées.
Mettez au four pendant 30 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Vous pouvez remplacer la poudre d'amandes par de la poudre de noisettes.



Sauce au chocolat

Pour 6 personnes

150 g de chocolat
noir pâtissier
15 cl de crème liquide

Faitez fondre le chocolat en morceaux dans une casserole à feu doux ou dans un saladier au four à micro-ondes.
Hors du feu, ajoutez la crème liquide et remuez.

Cette sauce se sert tiède. Mettez-la dans une bouteille Thermos pour qu'elle reste tiède.





TARTE AU FROMAGE BLANC

Pour 6 personnes

1 pâte sucrée
*350 g de fromage blanc à 40 %
ou à 20 % de matières grasses*
5 œufs
150 g de sucre semoule
50 g de farine fluide
25 cl de lait entier
Le zeste de 1/2 citron
1/2 cuillerée à café de vanille en poudre

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur. Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Dans un saladier, mélangez le fromage blanc aux jaunes. Incorporez le sucre, la farine, la vanille, le zeste de citron et le lait. Montez les blancs d'œufs en neige et incorporez-les délicatement à la préparation. Versez le tout sur le fond de tarte et mettez au four pendant 30 minutes.

Cette tarte se déguste froide.

Pour éviter l'affaissement du fromage blanc, retournez la tarte aussitôt sortie du four sur une grille. Quand elle est froide, remettez la tarte dans sa position normale.



Salade de fraises et de framboises

Pour 6 personnes

300 g de fraises
300 g de framboises
150 g de sucre semoule
Le jus de 1 citron
1 sachet de sucre vanillé
*5 cl de sauternes ou de champagne
(facultatif)*
*1 tour de moulin à poivre sarawak
(facultatif)*

Lavez les fraises, équeutez-les et coupez-les en quatre.
Dans un saladier, mettez les fraises et les framboises. Versez le jus de citron.
Ajoutez le sucre, le sucre vanillé, le poivre et le sauternes ou le champagne. Mélangez. Couvrez.
Mettez au réfrigérateur pendant 1 heure avant de servir.





TARTELETTES À LA CRÈME BRÛLÉE



Pour 6 personnes

1 pâte sucrée
7 jaunes d'œufs
20 cl de crème fraîche épaisse
70 g de sucre semoule
3 cuillerées à soupe de sucre
cassonade ou cristallisé
1/2 cuillerée à café
de vanille en poudre

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6). À l'aide d'un emporte-pièce ou d'un bol, découpez six cercles de 12 cm de diamètre dans la pâte. Garnissez-en six moules à tartelette de 10 cm de diamètre. Piquez le fond et les bords avec une fourchette et faites cuire la pâte à blanc pendant 10 minutes.

Dans un saladier, battez les jaunes d'œufs avec le sucre semoule et la vanille. Ajoutez la crème. Répartissez la crème sur les fonds de tartelette. Remettez au four à 180 °C (thermostat 6) 10 minutes.

Juste avant de servir, saupoudrez le dessus de chaque tartelette de cassonade et faites-les caraméliser à l'aide d'un chalumeau à gaz type Camping-gaz. Pour éviter de brûler les bords des tartelettes, placez une bande de papier d'aluminium sur le pourtour et retirez-la aussitôt après avoir caramélisé le sucre. On peut aussi glisser les tartelettes sous le gril du four pendant environ 3 minutes.

Ces tartelettes se dégustent tièdes ou froides.

Vous pouvez incorporer à l'appareil des morceaux d'écorce d'orange ou de citron confit ou des épices comme de la muscade ou du macis.



Salade de cerises



Lavez, équeutez et dénoyautez les cerises. Dans une casserole, mettez le sucre, le vin et la cannelle. Laissez mijoter à feu doux pendant 10 minutes jusqu'à l'obtention d'un sirop assez épais. Ajoutez les cerises et faites cuire de nouveau pendant 10 minutes à feu doux sans faire bouillir. Laissez refroidir et couvrez.

Mettez au réfrigérateur pendant au moins 1 heure avant de servir.

Pour 6 personnes

1 kg de cerises burlat
150 g de sucre semoule
15 cl de vin rouge
2 pincées de cannelle
ou de vanille en poudre









TARTE AUX NOIX ET AU SIROP D'ÉRABLE

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
 Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.
 Dans un saladier, battez les œufs avec la crème fraîche, la farine et le sirop d'érable jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse. Concassez la moitié des noix et incorporez-les à la préparation.
 Versez le tout sur le fond de tarte puis disposez le reste des cerneaux de noix entiers sur le dessus.
 Mettez au four pendant 40 minutes.

Cette tarte se déguste froide.

Pour 6 personnes

1 pâte sablée
 200 g de cerneaux de noix
 50 cl de sirop d'érable
 4 œufs
 10 cl de crème fraîche épaisse
 60 g de farine

Le conseil de Sophie

Vous pouvez ajouter aux noix concassées quelques zestes d'orange confite.



Glace vanille aux pépites de chocolat

Dans un saladier, battez les jaunes d'œufs avec le sucre et la vanille en poudre.
 Ajoutez la crème fraîche et mélangez.
 Versez le lait dans la préparation petit à petit tout en remuant. Placez le tout au réfrigérateur pendant au moins 30 minutes.
 Versez dans la sorbetière et laissez prendre.
 Arrêtez la sorbetière à mi-parcours et ajoutez les pépites de chocolat.
 Terminez la prise de la glace dans la sorbetière.
 À déguster immédiatement ou à conserver au congélateur.

Pour 6 personnes

200 g de pépites de chocolat
 4 jaunes d'œufs
 80 g de sucre semoule
 10 cl de crème fraîche épaisse
 50 cl de lait entier
 1/2 cuillerée à café de vanille en poudre





TARTE FINE AU NUTELLA® ET À LA BANANE

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Déroulez la pâte sur la plaque du four ou sur une plaque en silicone en gardant le papier sulfurisé. Étalez le Nutella® sur la pâte à tarte. Coupez les bananes en rondelles d'environ 1 cm d'épaisseur et disposez-les sur le Nutella®. Saupoudrez la tarte de sucre vanillé. Mettez au four pendant 30 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Pour 6 personnes

1 pâte feuilletée
prête à dérouler

3 cuillerées à soupe
bombées de Nutella®

4 bananes pas trop mûres

1 sachet de sucre vanillé

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer les bananes par 4 pommes ou 4 poires bien mûres (ou 1 grande boîte de poires).



Glace à la banane

Dans un saladier, battez les jaunes d'œufs avec le sucre. Écrasez la banane en purée à l'aide d'une fourchette. Incorporez-la à la préparation.

Ajoutez la crème fraîche et mélangez.

Versez le lait dans la préparation petit à petit tout en remuant. Placez le tout au réfrigérateur pendant 30 minutes au minimum.

Versez dans la sorbetière et laissez prendre.

À déguster immédiatement ou à conserver au congélateur.

Pour 6 personnes

1 banane mûre

4 jaunes d'œufs

80 g de sucre semoule

10 cl de crème fraîche
épaisse

50 cl de lait entier



TARTE AUX POMMES



Pour 6 personnes

1 pâte sablée ou sucrée
4 pommes golden ou reinettes
20 g de beurre
1 sachet de sucre vanillé
à la cannelle (ou 1 sachet
de sucre vanillé
+ 1/2 cuillerée à café
de cannelle en poudre)

Pour la compote :
2 pommes golden
ou reinettes
50 g de sucre semoule
1 noisette de beurre

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).

Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur. Préparez la compote. Épluchez les pommes et coupez-les en morceaux. Dans une poêle, faites fondre le beurre puis ajoutez les pommes avec le sucre. Mélangez et laissez mijoter à feu doux pendant environ 10 minutes en remuant de temps en temps.

Pendant ce temps, épluchez les autres pommes et coupez-les en fines tranches d'environ 1/2 cm d'épaisseur.

Garnissez le fond de tarte avec la compote et disposez les lamelles de pomme par-dessus en les faisant se chevaucher légèrement.

Éparpillez sur le dessus le beurre en morceaux et saupoudrez avec le sucre vanillé à la cannelle. Mettez au four pendant 30 minutes.

Cette tarte se déguste froide.

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer les pommes par des poires.



Sorbet au fromage blanc

Dans une casserole, mettez le sucre et 12 cl d'eau. Portez à ébullition puis retirez du feu et laissez refroidir.

Mélangez le sirop au fromage blanc. Placez le tout au réfrigérateur pendant 30 minutes au minimum. Versez dans la sorbetière et laissez prendre.

À déguster immédiatement ou à conserver au congélateur.

Pour 6 personnes

600 g de fromage blanc
à 20 % de matières grasses
150 g de sucre semoule







TARTE AUX FRAISES



Pour 6 personnes

1 pâte sablée
500 g de fraises
120 g de beurre doux mou
4 jaunes d'œufs
1 œuf
20 g de sucre semoule
1 cuillerée à soupe de farine
3 cuillerées à soupe de Maïzena®
50 cl de lait entier
1/2 cuillerée à café
de vanille en poudre

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).

Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Piquez-la avec une fourchette et faites-la cuire à blanc pendant 20 minutes.

Dans une casserole, portez le lait à ébullition avec la vanille. Dans un saladier, fouettez le sucre avec les jaunes d'œufs et l'œuf entier jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez la farine et la Maïzena®, fouettez vivement et versez un peu de lait dans cette préparation. Mélangez puis reversez le tout dans la casserole du lait. Portez à ébullition sans cesser de remuer, baissez le feu et laissez cuire 2 minutes. Versez dans un saladier et ajoutez 60 g de beurre en petits morceaux. Mélangez et recouvrez de film alimentaire. Après refroidissement, ajoutez le reste de beurre et mélangez à nouveau. Lavez puis équeutez les fraises. Coupez-les en deux si elles sont grosses.

Étalez la crème sur le fond de tarte cuit, de préférence à l'aide d'une poche à douille. Disposez délicatement les fraises par-dessus.

Cette tarte se déguste froide.

Vous pouvez utiliser une crème composée pour moitié de crème pâtissière et pour moitié de crème fouettée ou de chantilly. Ce sera plus léger.



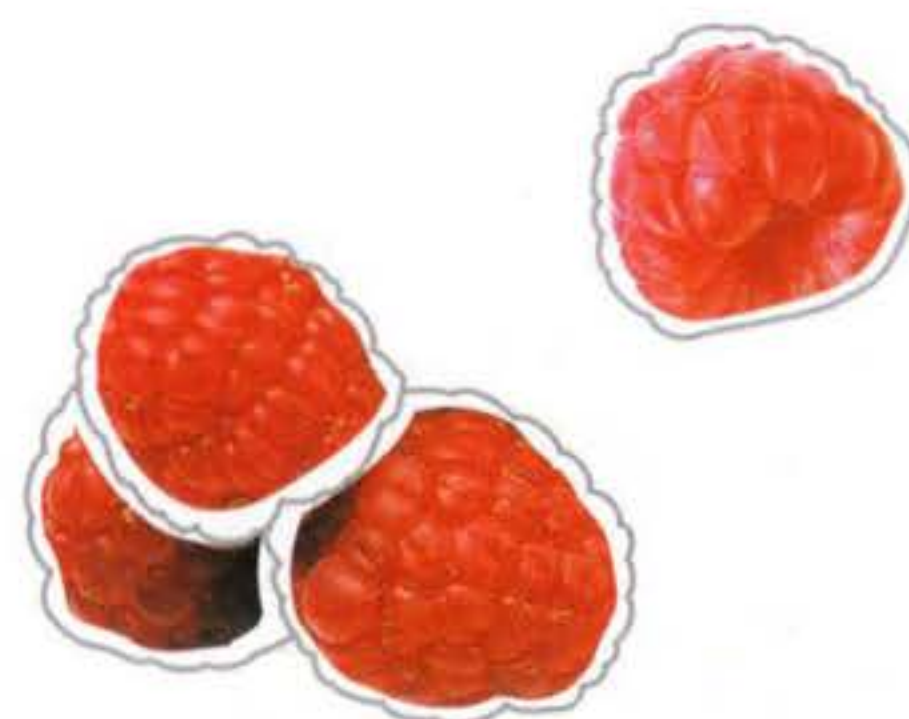
Coulis de fruits rouges

Dans une casserole, faites bouillir 20 cl d'eau avec le sucre. Dès que le sirop bout, retirez-le du feu. Mixez les fruits avec le sirop et le jus de citron, à l'aide d'un mixeur-blender ou d'un presse-purée, durant 15 secondes.

Si vous désirez un coulis sans pépins, passez-le alors dans une petite passoire au-dessus d'un saladier. Couvrez.

Mettez au réfrigérateur au moins 12 heures avant de servir.

Le coulis se congèle très bien en cubes dans des bacs à glaçons.

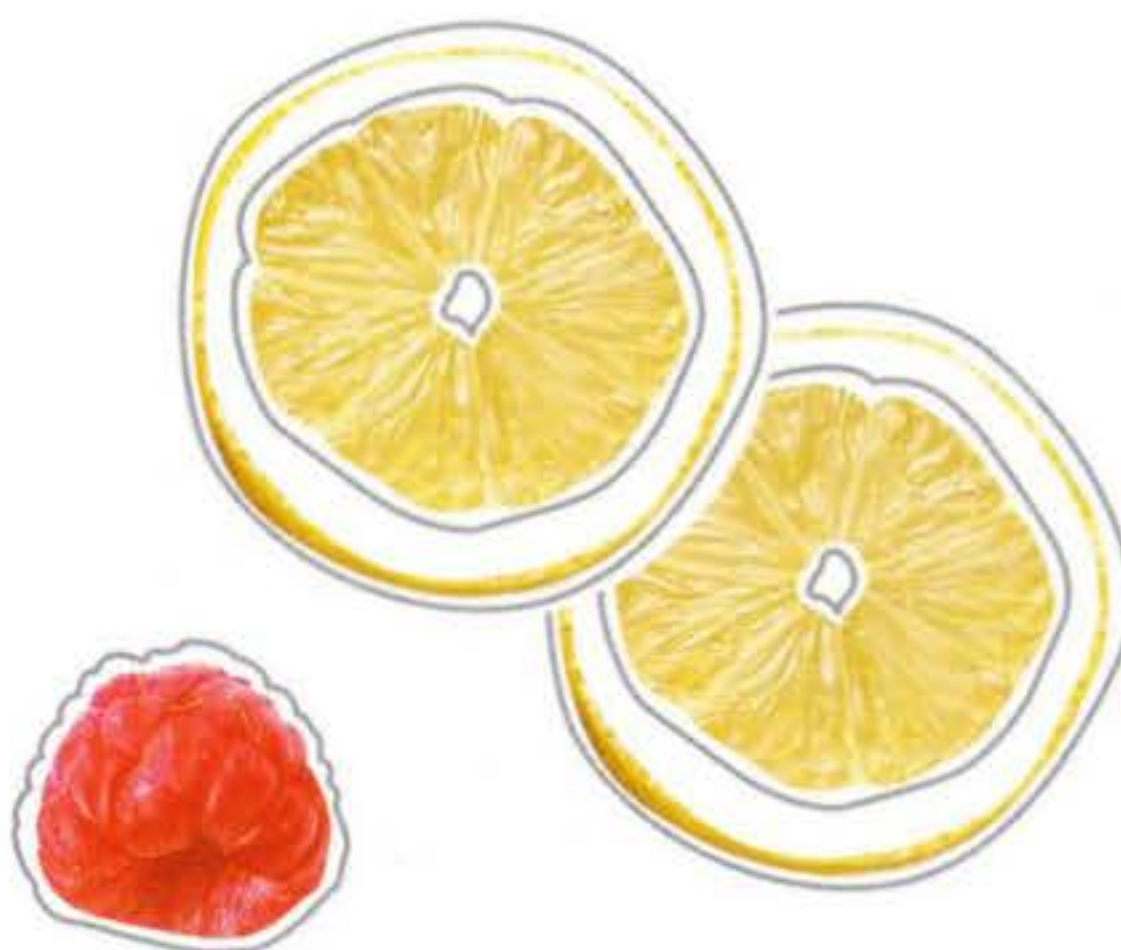


Pour 6 personnes

125 g de fruits rouges frais ou surgelés (fraises, framboises, myrtilles...)

20 g de sucre semoule

1 cuillerée à café de jus de citron





TARTE AUX QUETSCHES

Pour 6 personnes

1 pâte sablée
500 g de quetsches (environ 30)
100 g de sucre glace
100 g de beurre salé mou
100 g d'amandes en poudre
1 œuf
1 sachet de sucre vanillé

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur. Dans un saladier, mélangez à l'aide d'une cuillère en bois le sucre glace, le beurre en petits morceaux, la poudre d'amandes et l'œuf.

Rincez les quetsches à l'eau, coupez-les en deux et dénoyautez-les.

Étalez la crème d'amandes sur le fond de tarte et disposez les quetsches par-dessus, face coupée vers le haut, puis saupoudrez de sucre vanillé. Mettez au four pendant 30 minutes.

Cette tarte se déguste tiède.

Vous pouvez remplacer les quetsches par des reines-claude, des mirabelles ou des abricots.



Glace à la vanille

Pour 6 personnes

4 jaunes d'œufs
80 g de sucre semoule
10 cl de crème fraîche épaisse
50 cl de lait entier
1/2 cuillerée à café de vanille en poudre

Dans un saladier, battez les jaunes avec le sucre et la vanille. Ajoutez la crème fraîche et mélangez. Versez le lait dans la préparation petit à petit tout en remuant. Placez le tout au réfrigérateur pendant au moins 30 minutes. Versez dans la sorbetière et laissez prendre.

À déguster immédiatement ou à conserver au congélateur.





TARTE AUX CERISES

Pour 6 personnes

1 pâte sablée ou sucrée
1 kg de cerises dénoyautées
4 biscuits à la cuiller
20 g d'amandes en poudre
2 cuillerées à soupe
de sucre cristallisé
20 g de pistaches mondées

Le conseil de Sophie

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).

Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur.

Coupez les cerises en deux.

Dans un bol, écrasez les biscuits à la cuiller et mélangez-les avec la poudre d'amandes.

Parsemez le fond de tarte de ce mélange puis disposez les cerises en vrac par-dessus. Saupoudrez de sucre. Mettez au four pendant 30 minutes.

En fin de cuisson, décorez la tarte avec les pistaches.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Les amandes en poudre et les biscuits à la cuiller absorberont le jus des fruits. C'est un truc que je vous recommande : ainsi, le fond de tarte ne sera pas détrempé.



Sorbet au citron

Pour 6 personnes

Le jus de 5 citrons
non traités
200 g de sucre semoule

Dans une casserole, mettez le sucre et 40 cl d'eau. Portez à ébullition puis retirez du feu et laissez refroidir. Ajoutez le jus de citron à ce sirop. Placez le tout au réfrigérateur pendant au moins 30 minutes. Versez dans la sorbetière et laissez prendre.

À déguster immédiatement ou à conserver au congélateur.



TARTE AUX PÊCHES

Préchauffez le four à 180 °C (thermostat 6).
 Disposez la pâte dans un moule à tarte de 28 cm de diamètre. Réservez au réfrigérateur. Épluchez les pêches et coupez-les en quatre. Dans un bol, mélangez le sucre et la farine. Disposez les pêches en vrac sur le fond de tarte puis saupoudrez-les du mélange sucre-farine. Parsemez de beurre et arrosez du jus de citron. Mettez au four pendant 30 minutes.

Cette tarte se déguste tiède ou froide.

Pour 6 personnes

1 pâte sablée ou sucrée
 6 pêches jaunes ou blanches
 150 g de sucre cristallisé
 25 g de farine
 20 g de beurre
 Le jus de 1/2 citron

Le conseil de Sophie

Vous pouvez remplacer les pêches par des brugnon ou des nectarines.



Sorbet au sauternes

Dans une casserole, mettez le sucre et 15 cl d'eau. Portez à ébullition, retirez du feu puis laissez refroidir. Ajoutez le sauternes à ce sirop et mélangez. Placez le tout au réfrigérateur pendant 30 minutes au minimum. Versez dans la sorbetière et laissez prendre. À déguster immédiatement ou à conserver au congélateur.

Pour 6 personnes

35 cl de sauternes
 150 g de sucre semoule



Remerciements

À Marie-Claire Chalet, ses parents et leurs amis, pour avoir accepté de ne manger que des tartes midi et soir pendant deux semaines.

À Frédérique Delbos, pour ses talents de peintre appliqués à la vaisselle de La Maison de Sophie.
Tél. 06 08 84 70 24

À CroustiPâte, pour sa pâte à tarte toute prête qui m'épate !
www.croustipate.com

À Lesieur, pour sa gamme d'huiles d'olive parfumées Jardin d'Orante, qui réveillent tous nos plats.
www.lesieur.fr

À Revol, pour sa porcelaine blanche, aussi jolie qu'idéale à utiliser.
Tél. 04 75 03 99 99
www.revol-porcelaine.fr

À Bristish Shop, pour ses services petit déjeuner qui nous font commencer la journée en beauté.
Chantal Lasserre
Tél. 01 45 25 86 92
www.british-shop.fr

À Kitchen Aid, particulièrement pour son robot qui nous facilite tellement la vie.
En vente chez Darty et dans les grands magasins.

À Arthur Martin, grâce à qui vous ne raterez plus jamais aucune cuisson avec son nouveau four. Même les cakes et les tartes y sont programmés.
www.electromenager-fr.com

À Tefal, qui ne cesse d'innover aussi bien dans les ustensiles de cuisine que pour la cuisson.
Tél. 04 50 88 55 58
www.tefal.fr

À Le Creuset, pour ses cocottes qui durent toute une vie.
Incomparables pour le mijotage...
www.lecreuset.fr

À Cristal de Bretagne, pour ses verres dans lesquels
même boire de l'eau reste un plaisir !
Marie-Laure Gesbert - Tél. 02 99 94 46 46

À la Maison Strosser, pour la beauté de ses meubles
de cuisine en bois nobles massifs.
M. Le Pennec
85, avenue Ledru-Rollin - 75002 Paris
Tél. 01 43 43 28 76
www.maisonstrosser.com

À Lacanche, pour son magnifique fourneau
sur lequel cuisiner est un vrai régal.
www.fourneaux-de-france.com

Au Jacquard Français, pour la qualité de ses nappes
et de ses serviettes tellement faciles à entretenir.
www.le-jacquard-français.fr

À toutes les maisons qui ont participé à ce livre en prêtant des objets :

Designers Guild
10, rue Saint-Nicolas - 75011 Paris

Les Fées d'herbe
23, rue Faidherbe - 75011 Paris

Alexandre Turpault
Dans les grands magasins

Gien
18, rue de l'Arcade - 75008 Paris

Les Toiles du Soleil
Sophie Gourvenec - Tél. 04 68 68 47 26

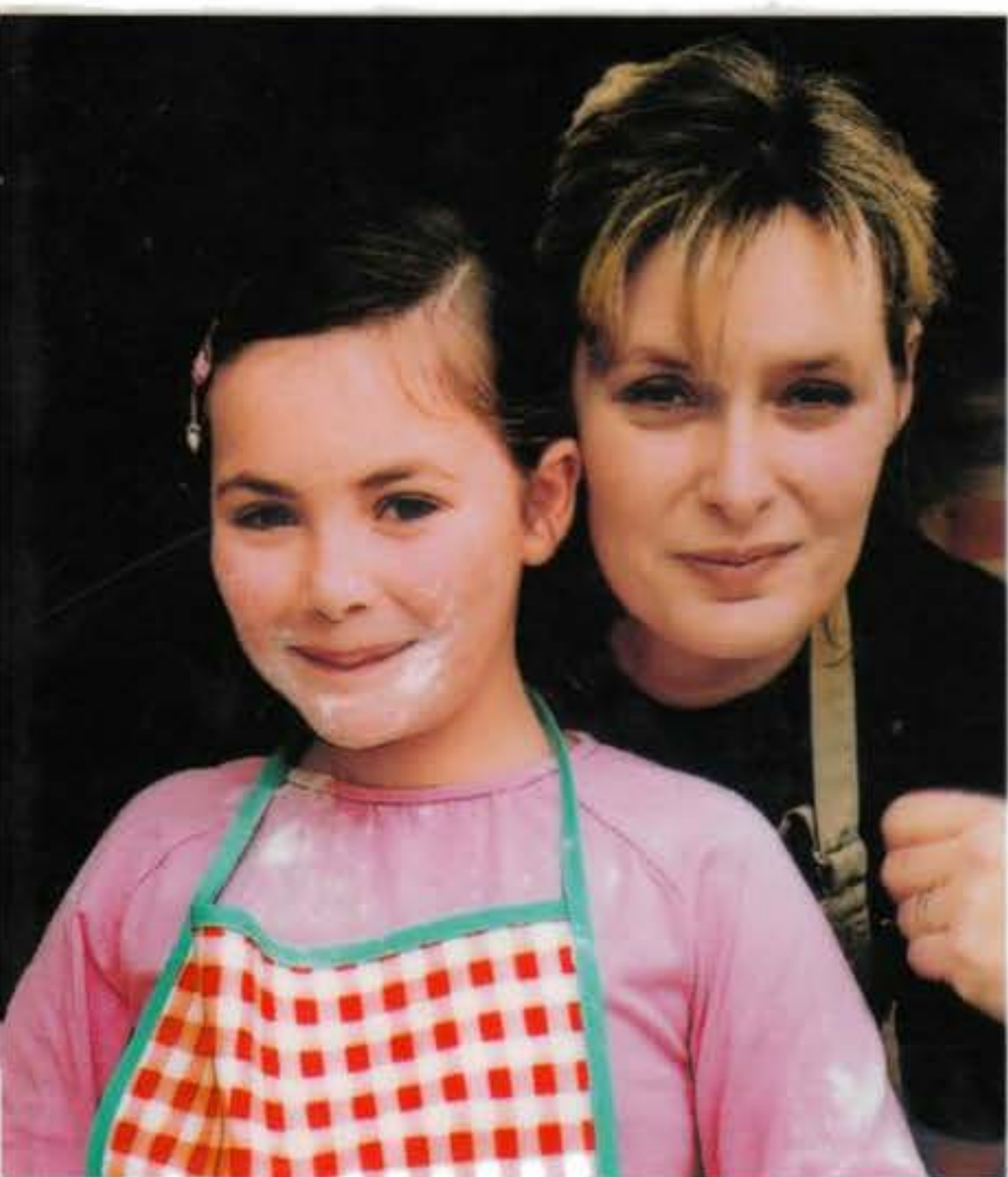
Sabre
145, rue de Belleville - 75019 Paris

Déjeuner sur l'herbe
Fabienne ou Véronique - Tél. 01 47 57 53 30
15, rue Vergniaud - 92320 Levallois-Perret



Tartes & Salades

de **Sophie**



À chaque tarte sa salade... Plus de 130 recettes pour des alliances parfaites. Pour transformer une simple tarte en repas complet, et donner à toutes les tartes des allures de fête.

Sophie marie avec brio les tartes, salées et sucrées, aux salades, glaces ou sauces.

Elle crée des recettes classiques, traditionnelles ou plus inattendues, et obtient des résultats étonnants.

Subtiles combinaisons de saveurs, de textures et de couleurs, légères ou plus consistantes, ses recettes sont simples et rapides.

Tartelettes aux langoustines, salade de cèpes, Tartelettes à la ratatouille confite, salade d'herbes, Tarte au chèvre et aux échalotes, salade aux poires et au foie gras, Tarte aux amandes, salade de melon au citron vert, Tarte aux pêches, sorbet au sauternes, Tartelettes à la crème brûlée, salade de cerises...

Sophie ne s'arrête jamais ! Elle a déjà vendu plus de 500 000 exemplaires de ses *Cakes*, elle anime une émission hebdomadaire sur Cuisine.TV, et elle vient d'ouvrir les portes de la Maison de Sophie en Normandie pour des séjours gastronomiques.

24,00 € TTC
(prix France)



9 782830 707496

www.lamartiniere.fr