

VORWERK

*Le meilleur pour votre famille.*

# La France gourmande



Thermomix



*Le meilleur pour votre famille*

# La France gourmande



Thermomix

# Sommaire

## Alsace



Choucroute	p 6
Galette pommes de terre	p 8
Soupe aux quetsches & glace à la cannelle	p 8
Tarte flambée	p 10
Ropfkuche de Rosheim	p 10

## Aquitaine



Foie gras de canard	p 12
Pruneaux au Porto	p 11
Salade d'huîtres en vinaigrette	p 11
Sauce bordelaise	p 14
Cannelés	p 16

## Auvergne



Aligot	p 18
Falette auvergnate	p 19
Flaugnarde aux poires	p 19
Choux farcis	p 20

## Bourgogne



Oeufs en meurette	p 22
Soupe de fraises et melon à la crème de cassis	p 24
Bœuf bourguignon	p 24

## Bretagne



Galette de sarrasin	p 25
Malouinade	p 25
Gâteau breton	p 26

## Centre



Andouillettes au Vouvray	p 28
Chaussons aux pommes	p 30

## Champagne Ardenne



Gâteau Champenois	p 31
Gratin de fruits au sabayon de Champagne	p 31
Flan aux asperges	p 32

## Corse



Sardines à la Corsica	p 34
Canistrelli	p 36
Fiadone	p 36

## Dom-Tom



Bavarois de mangues	p 37
Rougail de crevettes	p 38

## Franche-Comté



Cancoillote	p 40
Saucisses de Montbéliard à la crème de lentilles	p 42
Gâteau de ménage	p 42
Gratin francomtois	p 44

## Ile-de-France



Pithiviers	p 45
Sauté de veau Marengo	p 46
Soupe à l'oignon	p 46
Saint-Honoré	p 48

## Normandie



Coquilles Saint-Jacques au coulis de corail	p 68
Porc du verger normand	p 70
Charlotte normande	p 70

## Languedoc Roussillon



Marmelade d'abricots à l'orange et aux amandes	p 50
Lotte à la nimoise	p 52
Filet de loup au jus de chasselas	p 52

## Pays de Loire



Confiture d'oignons rouges	p 71
Escalope de saumon de Loire au Pouilly fumé	p 72

## Limousin



Pâté de pommes de terre à la viande	p 53
Gâteau limousin	p 53
Clafoutis tutti fruti	p 54
Galetous	p 56

## Picardie



Ficelles picardes	p 74
Flamiche picarde	p 76
Gâteau battu	p 76

## Lorraine



Gâteau lorrain	p 58
Gâteau aux quetsches	p 58

## Poitou Charentes



Mouclade	p 77
Pommes de terre Bonnottes farcies aux escargots	p 77
Broyé du Poitou	p 78

## Midi-Pyrénées



Fouace	p 60
Croquant de Cordes	p 62
Daube de canard au Madiran	p 62

## Provence Alpes Cote d'Azur



Couscous de crevettes et sa bisque	p 80
Fougasse	p 82
Tapenade	p 82
Marmite du pêcheur	p 84

## Nord Pas de Calais



Tarte au sucre	p 63
Welsh Rarebit	p 63
Cramique	p 64
Tarte au maroilles	p 66

## Rhône Alpes



Fondue forestière aux quatre fromages	p 85
Saucisson de Lyon pommes vapeur sauce beaujolaise	p 86
Terrine Bressane	p 88



Chère cliente, cher client,

« La France gourmande » vous offre les grands classiques de la cuisine française. Retrouvez-y les spécialités de votre région et partez en voyage pour découvrir la cuisine des terroirs qui composent l'hexagone.

La Choucroute d'Alsace vous évoque de bons souvenirs ? Qui veut régaler toute la famille avec un Bœuf bourguignon, mijoté lentement dans le Thermomix. Ohé à la Bretagne, voulez-vous découvrir la Malouinade ! Qui peut résister à un Foie gras fait maison ? Que diriez-vous d'entendre des cigales en dégustant la Tapenade ou le Couscous de crevettes et sa bisque... bref, le sentiment de vacances est garanti !

Mais quand on parle de la cuisine française n'oublions pas les pains et les fromages : la Fougasse dans le Sud-Ouest, la Cramique dans le Nord et le Gâteau battu en Picardie. Le fromage de brebis, le metton, le beaufort, le maroilles... donnent des notes indéniables aux recettes de terroir.

Pouvez-vous imaginer la cuisine française sans l'accompagner d'un bon vin ? Nous non plus ! C'est pourquoi vous trouverez dans ce livre des conseils en vin choisis avec soin par Stéphane Wybier, l'œnologue de notre partenaire « Winepassion ».

Bien sûr le Thermomix sera votre fidèle compagnon pendant ce voyage gourmand et, comme d'habitude, il vous facilitera la préparation pour réaliser tous ces mets en un tour de main. Toutes les recettes du livre sont conçues pour 4 personnes, sauf indication contraire.

Alors n'attendez plus... commencez votre voyage dans la France gourmande aujourd'hui !

Bonne dégustation

Sandra Jossien  
*Responsable Marketing*

# Alsace



La gaieté des villages fleuris de couleurs chaudes attire le regard, qui se promène également sur les vignobles sans fin, posés au long des coteaux. Les hivers y sont rigoureux, mais les plats traditionnels réchauffent : choucroute, viandes du « baeckeoffe », plats à base de charcuterie. Les spécialités locales donnent de l'énergie : bretzels, kougelhopf.

## Choucroute

**Préparation : 10 mn + Thermomix : 1 h 30**

800 g de choucroute  
800 g de pommes de terre  
1 tranche de lard (environ 150 g)  
1 saucisse de Morteau (environ 300 g)  
250 g de vin blanc  
1 cube de bouillon  
2 oignons  
2 gousses d'ail  
4 feuilles de laurier  
1 pincée de sel  
1 pincée de poivre  
6 baies de genièvre  
1,25 l d'eau

- Laver la choucroute crue à l'eau bouillante et la placer dans le Varoma.
- Mettre les oignons coupés en deux et les gousses d'ail dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 6**.
- Ajouter le mélange à la choucroute, ainsi que les baies de genièvre, les feuilles de laurier, le sel et le poivre.
- Verser dans le bol l'eau, le vin blanc et le bouillon cube. Poser le Varoma sur le bol et régler **60 mn / Varoma / vitesse I**.
- Eplucher les pommes de terre, les couper en rondelles et les mettre dans le panier de cuisson.
- A l'arrêt de la minuterie, mettre le panier de cuisson dans le bol, ajouter le lard et la saucisse de Morteau coupée en rondelles sur la choucroute et régler **30 mn / Varoma / vitesse I**.

### Conseil Thermomix

Variez la garniture avec des saucisses au cumin, saucisses de Montbéliard, saucisses de Francfort ou noix d'épaule fumée.

### Conseil du sommelier ●●●

Alsace AOC Riesling : harmonieux mariage, le vin gagne en fruité grâce au fumet de la charcuterie, son acidité est soulignée par le gras du chou, rendant ainsi le plat plus digeste.



# Soupe aux quetsches et glace à la cannelle

**Préparation : 30 mn + Thermomix : 18 mn + attente : 24 h**

## **Pour la glace à la cannelle :**

6 jaunes d'œufs  
100 g de sucre  
1 sachet de sucre vanillé  
2 c. à café de cannelle  
500 g de lait demi-écrémé  
250 g de crème fraîche liquide

## **Pour la soupe de quetsches :**

1 kg de quetsches  
50 g de vin blanc d'Alsace très fruité  
(Gewurztraminer ou muscat d'Alsace)  
100 g de sucre roux  
le zeste râpé d'un citron non traité  
1 c. à café de « quatre épices »

## *Conseil Thermomix*

Si les quetsches ne sont pas assez mûres, pochez-les 5 mn dans le vin avec les aromates.

- Préparer la glace à la cannelle la veille.
- Mettre les jaunes d'œufs, le sucre, le sucre vanillé, la cannelle et le lait dans le bol et régler **7 mn / 80° / vitesse 4**.
- À l'arrêt de la minuterie, ajouter la crème fraîche et régler **7 sec / vitesse 5**.
- Retirer le bol du socle et laisser refroidir.
- Quand la crème est froide, la verser dans un bac à glaçons (ou dans un moule à fond très plat), et la mettre au moins 24 heures au congélateur.
- Le lendemain, mettre les glaçons ou morceaux de crème glacée dans le bol et régler **1 mn / vitesse 6** en aidant avec la spatule. Réserver au congélateur.
- Dénoyer les quetsches et les couper en deux.
- Mettre tous les ingrédients de la soupe sauf les quetsches dans le bol et régler **10 mn / 100° / vitesse 1**.
- Verser le vin sur les demi-quetsches et laisser frémir 10 min.
- Servir chaud accompagné d'une boule de glace à la cannelle.

# Galettes de pommes de terre au saumon mariné

**Préparation : 10 mn + Thermomix : 30 sec + Attente : 1 h + Cuisson à la poêle : 8 mn**

## **Pour le saumon mariné :**

16 petites tranches de saumon fumé  
2 c. à soupe de citron vert  
1 c. à café d'huile d'olive  
2 c. à café d'huile de noisettes  
12 graines de coriandre  
12 baies roses  
4 brins d'aneth  
Sel et poivre  
Film alimentaire

## **Pour les galettes :**

1 kg de pommes de terre  
1 gros oignon  
3 branches de persil  
1 œuf entier + 1 jaune  
80 g de farine  
1/2 c. à café de sel  
Poivre  
50 g de margarine ou d'huile d'olive

- Une heure avant, préparer le saumon. Étaler les tranches de saumon sur un plat.
- Mélanger le jus de citron vert avec les huiles et en badigeonner le saumon. Parsemer des aromates, couvrir d'un film alimentaire et placer au réfrigérateur pendant au moins 1 heure.
- Préparer les galettes. Eplucher et couper en gros morceaux les pommes de terre.
- Mettre tous les ingrédients dans le bol (sauf la margarine) et mixer **30 sec / vitesse 4** en s'aidant avec la spatule.
- Vider le mélange dans un saladier et façonner de petites galettes.
- Les faire dorer à la poêle, feu doux environ 4 mn par face.
- Présenter les galettes dans les assiettes et disposer les tranches de saumon égouttées et légèrement plissées dessus.





# Tarte flambée

**Préparation : 10 mn + Thermomix : 13 mn + Attente : 1 h + Cuisson au four : 15 mn**

## Pour la pâte (2 préparations) :

350 g de farine  
20 g de levure de boulanger fraîche  
2 gobelets d'eau tiède  
10 g d'huile d'olive  
1 c. à café de sel  
Papier sulfurisé

## Pour la garniture :

250 g de fromage blanc à 40 %  
20 g de crème fraîche épaisse  
100 g de lardons fumés  
1/2 gobelet de vin blanc sec  
2 jaunes d'œufs  
250 g d'oignons  
1 petite échalote  
20 g d'huile d'olive  
1 pincée de muscade  
Sel et poivre

## Conseil du sommelier ●●●

Alsace AOC Sylvaner : voici un accord régional simple, où le rôle du vin est de désaltérer. Sa vivacité se mettra en valeur au contact du croustillant de la pâte et au moelleux de la crème.

- Mettre dans le bol l'eau et la levure de boulanger émietée et régler **1 mn / 37° / vitesse 1**. Ajouter la farine, l'huile et le sel et mixer **2 mn / vitesse 1**.
- Sortir la pâte et la laisser reposer 30 mn dans un endroit tiède. Etaler la pâte très fine sur deux plaques allant au four et recouvertes de papier sulfurisé et laisser reposer à nouveau 30 mn.
- Pendant ce temps, éplucher les oignons et l'échalote, couper les oignons en deux et mixer avec l'échalote **5 sec / vitesse 5**. Verser les 2/3 dans le panier de cuisson (le réserver) et le reste dans le bol du Thermomix.
- Ajouter l'huile d'olive et programmer **4 mn / 100° / vitesse 1**.
- A l'arrêt de la minuterie, ajouter dans le bol le vin blanc. Placer le panier de cuisson et cuire **5 mn / 100° / vitesse 1**. Préchauffer le four à 240°.
- Sortir le panier de cuisson. Ajouter dans le bol le fromage blanc, la crème fraîche, les jaunes d'œufs, le sel, le poivre et la muscade. Mixer **40 sec / vitesse 2**.
- Verser cette préparation sur la pâte et parsemer des lardons et des oignons du panier.
- Cuire au four environ 10 à 15 mn à 240° (th. 8).

# Ropfkuche de Rosheim

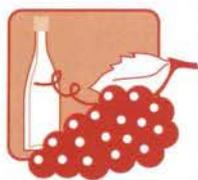
**Préparation : 10 mn + Thermomix : 13 mn + Attente : 1 h + Cuisson au four : 15 mn**

## Pour 1 gros gâteau ou 2 moyens :

200 g de lait  
10 g de sel  
180 g de sucre en poudre  
125 g de beurre  
500 g de farine  
1 œuf  
20 g de levure de boulanger fraîche  
80 g de crème fraîche épaisse  
1 c. à soupe de cannelle  
1 poignée d'amandes ou de noisettes ou  
de noix grossièrement concassées  
1 sachet de sucre vanillé

- Mettre dans le bol le lait, le sel, 90 g de sucre et le beurre en morceaux et régler **2 mn / 50° / vitesse 2**.
- A l'arrêt de la minuterie, ajouter 300 g de farine, l'œuf et la levure de boulanger émietée et mixer **20 sec / vitesse 4**.
- Ajouter 200 g de farine et mixer à **40 sec / vitesse 4** puis régler **4 mn / vitesse 1**.
- Laisser gonfler la pâte dans le bol pendant 1 heure environ.
- Sortir la pâte et l'étaler dans un grand moule à manqué beurré ou deux petits. Faire des trous avec les doigts (en pinçant la pâte et en tirant).
- Mettre dans un bol la crème fraîche, 90 g de sucre, la cannelle et le sucre vanillé, mixer **10 sec / vitesse 4** et étaler sur toute la surface de la pâte. Parsemer de fruits secs.
- Laisser à nouveau gonfler environ 45 mn dans un endroit tiède.
- Enfouir à froid et cuire environ 40 mn à 180° (th.6).

# Aquitaine



Le vignoble bordelais, structure le paysage autant qu'il cohabite harmonieusement avec les Landes, les dunes, et les forêts de pin du pays basque. Il accompagne aussi les ingrédients venus du même sol : truffes, foie gras, huîtres, ou bien pruneaux d'Agen.



## Salade d'huîtres en vinaigrette

**Préparation : 8 mn + Thermomix : 9 mn**

24 huîtres spéciales de claire n° 2  
300 g de salade : roquette, mesclun, mâche  
3 c. à soupe d'huile d'olive  
2 c. à soupe d'huile de noisettes  
2 c. à soupe de vinaigre de Xérès  
Baies roses

- Ouvrir les huîtres et mettre le contenu dans le bol avec leur eau. Régler **5 mn / 90° /**  . Laisser reposer 2 mn dans le bol.
- Pendant ce temps, laver la salade de votre choix et l'essorer.
- Filtrer les huîtres avec le panier de cuisson en récupérant le jus de cuisson. Remettre la moitié du jus dans le bol, enlever la fonction sens inverse et régler **10 mn / 100° / vitesse 3** (jusqu'à ce qu'il soit sirupeux).
- Ajouter les huiles et le vinaigre et mixer **5 sec / vitesse 6**.
- Assaisonner la salade de la moitié de cette vinaigrette puis répartir dans 4 assiettes. Répartir 20 huîtres dans chaque assiette, sur la salade.
- Ajouter les 4 huîtres restantes au reste de vinaigrette et mixer **10 sec / vitesse 8** jusqu'à obtention d'une fine crème. Napper les huîtres de cette crème, parsemer de baies roses et servir aussitôt.

### Conseil du sommelier ●●●

Muscadet-Sèvre-et-Maine sur Lie AOC : accord entre la vivacité du plat et la nervosité du vin, entre les notes iodées et les arômes minéraux, pour parvenir à un bel équilibre.

## Pruneaux au Porto

**Préparation : 10 mn + Thermomix : 10 mn + 2 jours de macération**

### Pour 6 personnes

36 beaux pruneaux secs dénoyautés  
300 g de Porto rouge  
300 g de vin rouge de Bordeaux  
1 gousse de vanille  
150 g de sucre  
300 g de crème fraîche épaisse

- Faire macérer une nuit les pruneaux dans le Porto.
- Le lendemain verser les pruneaux avec le Porto dans le bol et ajouter le vin, le sucre et la gousse de vanille fendue en deux. Programmer **10 mn / 90° /**  .
- Laisser refroidir une nuit dans le jus. Au moment de servir, dresser les pruneaux dans une coupe et servir à part la crème fraîche légèrement battue.

### Conseil Thermomix

Très vite préparés, ces pruneaux sont un dessert excellent. Ils se conserveront plusieurs jours au réfrigérateur.

# Foie gras de canard

**Préparation : 20 mn + Thermomix : 20 mn + Attente : 1 h 30 + 3 jours avant dégustation**

1 foie gras de canard de 500 à 600 g  
4 c. à soupe de Cognac  
2 c. à café de sel  
Poivre 5 baies  
Quelques glaçons  
800 g d'eau  
Film alimentaire

- Séparer les lobes du foie. Dénervé le foie à l'aide d'un couteau pointu en suivant bien les nerfs jusqu'aux bords.
- Déposer le foie dénervé dans un saladier, arroser la face supérieure de 2 c. à soupe de Cognac et la saupoudrer d'une c. à café de sel et de poivre 5 baies sur toute la surface.
- Laisser macérer 30 mn minimum.
- Retourner le foie dans le saladier et faire la même opération sur l'autre face (Cognac, sel et poivre). Laisser macérer à nouveau 30 mn.
- Reconstituer le foie à la main et le déposer au centre d'une feuille de papier film transparent de 50 cm de côté environ et rabattre les côtés du film en évacuant bien l'air afin de former un saucisson.
- Renouveler l'opération dans 4 autres feuilles en serrant bien les côtés et faire un nœud sur les côtés avec la dernière feuille.
- Mettre 800 g d'eau dans le bol du Thermomix. Déposer le foie emballé dans le panier de cuisson, le mettre dans le bol et régler **12 mn / Varoma / vitesse 2**.
- A l'arrêt de la minuterie, tourner délicatement le foie de l'autre côté et régler **12 mn / Varoma / vitesse 2**.
- Faire tomber délicatement le foie dans un grand saladier d'eau glacée (eau et glaçons) et le laisser 20 mn avant de le garder au réfrigérateur.
- Déguster 3 jours plus tard tranché sur des toasts grillés.

## Conseil Thermomix

Vous pouvez prendre du foie gras surgelé dénervé en le laissant bien dégeler au réfrigérateur.

## Conseil du sommelier ● ● ●

Jurançon AOC : le cépage petit manseng possède une vivacité qui allège le foie tout en équilibrant sa légère amertume par son moelleux. Un accord finalement digeste et classique.



# Sauce bordelaise

Préparation : 5 mn + Thermomix : 18 mn

20 g d'échalotes (2 petites)  
200 g de vin rouge  
1 os à moëlle de 8 cm de long environ  
20 g de beurre  
300 g de bouillon de viande  
(ou 300 g d'eau avec 1 cube de jus de rôti)  
30 g de farine  
1/2 c. à café de sel  
Poivre

## Conseil Thermomix

Pour donner plus de couleur à la sauce, on peut ajouter 1 goutte d'arôme Patrelle.

Cette sauce s'utilise avec certains poissons (lamproie, anguille, ou même lotte), des viandes rouges, le foie et les rognons.

- Mettre les échalotes et le vin dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 6**.
- Régler **8 mn / 100° / vitesse 2**.
- A l'arrêt de la minuterie, ajouter le beurre, le bouillon, la farine, le sel et le poivre.
- Introduire le panier de cuisson dans le bol, y mettre l'os à moëlle et régler **10 mn / Varoma / vitesse 1**.
- A l'arrêt de la minuterie, extraire la moëlle de l'os, la couper en rondelles et l'ajouter à la sauce. Selon convenance, mixer la moëlle **quelques secondes / vitesse 6**.





# Cannelés

Préparation : 5 mn + Thermomix : 8 mn

Attente au réfrigérateur : 12 h + Cuisson au four : 1 h 30

## Pour 12 gros cannelés ou 24 petits

500 g de lait entier  
2 œufs + 1 jaune d'œuf  
220 g de sucre  
120 g de farine  
1 gousse de vanille  
10 g d'huile  
30 g de rhum  
1 noix de beurre pour les moules

- Mettre le lait dans le bol avec la gousse de vanille fendue en deux et régler **7 mn / 100° /  / vitesse 1**. Réserver de côté et laisser refroidir.
- Mettre le sucre, la farine, l'huile, les œufs et le jaune, et le rhum dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 6** puis **30 sec / vitesse 4** en ajoutant le lait peu à peu par l'orifice du couvercle.
- Verser la pâte dans un récipient hermétique et placer 12 heures au réfrigérateur.
- Le lendemain, préchauffer le four à 180° (th. 6).
- Beurrer les moules à cannelés et les remplir de pâte aux trois quarts.
- Cuire au four 1 h 30 à 1 h 45 à 180° (th. 6) afin qu'ils soient dorés à souhait.
- Démouler les cannelés dès leur sortie du four sur une plaque à pâtisserie et les laisser refroidir complètement.

## Conseil Thermomix

La cuisson au four est assez longue mais rappelez-vous que le dessus dore plus vite que les cotés. Ne vous inquiétez pas de leur couleur très brune, c'est ainsi qu'ils doivent être.



# Auvergne



Célèbre pour ses monts et ses volcans sereins, l'Auvergne l'est aussi pour ses fromages car cette région est considérée comme le plus grand plateau de fromages de France (avec le cantal, le Saint Nectaire, la fourme d'Ambert, ...). Ses habitants profitent aussi des eaux minérales, dont la pureté apparaît après une longue traversée des roches volcaniques. Les terres d'Auvergne sont fertiles. On y cultive des légumes excellents comme le chou, les pommes de terre et la lentille du Puy, sans oublier les châtaignes et les marrons.



## Aligot

Préparation : 10 mn + Thermomix : 21 mn

500 g de pommes de terre à purée  
180 g de tomme pour aligot coupés en morceaux ou  
un mélange de cantal et de tomme fraîche  
75 g de beurre  
100 g de crème fraîche épaisse  
2 gousses d'ail  
Sel et poivre

- Mettre les pommes de terre épluchées et coupées en rondelles dans le panier de cuisson, ajouter 500 g d'eau dans le bol et régler **20 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Vider l'eau du bol, y mettre les pommes de terre avec tous les autres ingrédients et mixer **1 mn** progressivement jusqu'à **vitesse 10**.

### Conseil Thermomix

Servez avec des brochettes, grillades de bœuf ou saucisses de Toulouse (cuites dans le Varoma avec 500 g d'eau, 20 mn / Varoma / vitesse 1).

### Conseil du sommelier ●●●

Côtes du Frontonnais AOC : le fromage va flatter ce vin souple et fruité, en lui donnant une dimension supplémentaire ; il gagnera en volume, en amplitude.



# Flaugnarde aux poires

Préparation : 2 mn + Thermomix : 2 mn + 40 mn au four

4 poires bien mûres  
750 g de lait froid  
1 citron  
4 œufs  
130 g de sucre  
100 g de farine  
30 g de beurre  
1 sachet de sucre vanillé ou  
1 c. à soupe de rhum  
1 pincée de sel

- Préchauffer le four à 210° (th. 7).
- Peler les fruits, les couper en tranches fines et les citronner.
- Mettre dans le bol les œufs et 100 g de sucre. Régler **1 mn / vitesse 3**. A l'arrêt de la minuterie ajouter la farine, le lait, le sucre vanillé (ou le rhum) et le sel. Mixer **1 mn / vitesse 4**.
- Beurrer une tourtière assez haute, disposer les fruits et verser la préparation sur les fruits. Parsemer des petits morceaux de beurre.
- Cuire au four 40 mn à 210° (th. 7).

## Conseil Thermomix

La flaugnarde peut se préparer avec des pommes, des pêches ou des pruneaux.

# Falette Auvergnate

Préparation : 30 mn + Thermomix : 16 mn + Cuisson dans la cocotte : 2 h

1,5 kg de poitrine de veau  
1,2 kg de feuilles de bettes (environ 800 g de verts)  
250 g de jambon de pays  
200 g de lard gras demi-sel  
2 œufs moyens  
Sel  
Poivre  
1/2 c. à café de quatre-épices  
1 gousse d'ail  
1 bouquet garni  
1 c. à soupe de saindoux  
3 oignons  
2 échalotes  
Ficelle de cuisine  
Eau

- Demander au boucher de désosser la poitrine et de l'étendre pour pouvoir envelopper la farce dedans.
- Mettre environ la moitié des verts de bettes dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 6** en remuant avec la spatule. Vider le contenu dans le Varoma. Refaire la même manipulation avec les bettes restantes.
- Verser 500 g d'eau dans le bol, poser le Varoma et programmer **15 mn / température Varoma / vitesse 1**. Vider le bol.
- Mettre les bettes, l'ail, le jambon, le lard, les œufs, l'épice, le sel et le poivre. Mixer en aidant à la spatule **45 sec / vitesse 8**.
- Étendre la poitrine de veau, poser dessus la farce en forme de rouleau, l'envelopper dans la viande et le ficeler de plusieurs tours assez rapprochés. Coudre les deux bouts.
- Dans la cocotte, faire chauffer le saindoux et dorer la poitrine sur toutes ses faces lentement. Retirer l'excès de graisse, ajouter les oignons, les échalotes et le bouquet. Ajouter 1/2 gobelet d'eau, couvrir et faire mijoter 1 h 30 en retournant la falette de temps en temps.
- Retirer le bouquet, verser le jus de cuisson avec les oignons dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 8**. Découper la falette et servir la sauce à part.



# Choux farcis

**Préparation : 15 mn + Thermomix : 15 sec + Cuisson cocotte : 1 h 45**

**Pour une quinzaine de choux :**

1 beau chou vert  
1 morceau de pain rassis (environ 10 cm)  
200 g de lait  
4 gousses d'ail  
2 échalotes  
500 g de chair à saucisse  
2 œufs  
1 branche de persil (facultatif)  
Sel et poivre  
Huile d'olive pour la cocotte  
Ficelle de cuisine

- Retirer 15 belles feuilles du chou et les ébouillanter 15 mn dans une grande casserole d'eau salée.
- Mettre le pain en morceaux dans un petit bol et recouvrir du lait.
- Mettre les gousses d'ail et les échalotes épluchées dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 8**.
- Ajouter tous les autres ingrédients avec le pain égoutté et mixer **10 sec / vitesse 5**.
- Bien égoutter les feuilles de chou ébouillantées et les poser à plat. Déposer de la farce au centre de chacune, replier les bords pour former des « boules » et les maintenir à l'aide d'une ficelle.
- Mettre de l'huile dans le fond d'une cocotte et y empiler les choux.
- Cuire à feu doux environ 1 h 30.

## Conseil du sommelier ●●●

Saumur-Champigny AOC : les arômes fumés du plat feront merveille sur l'agréable fruité du vin dont les tannins vont se fondre dans la farce.



# Bourgogne



Les paysages bourguignons sont faits de vignobles et de toits en tuiles vernissées aux motifs géométriques (comme aux hospices de Beaune). Certaines parcelles de vignobles ont été remplacées par le cassis, dont on tire une liqueur. La cuisine est riche, avec le coq au vin, les viandes charolaises, ou les andouillettes de Chablis, parfois accompagnés de moutarde de Dijon.

## Oeufs en meurette

Préparation : 5 mn + Thermomix : 41 mn

1 carotte  
1 oignon  
1 gousse d'ail  
50 g de beurre  
15 g de farine  
120 g de vin rouge Bourgogne Passetoutgrain  
10 g de chocolat noir  
100 g de champignons de Paris  
100 g de lardons  
Laurier  
Sel et poivre  
1,5 l d'eau  
100 g de vinaigre blanc  
8 œufs  
persil

- Préparer la sauce : mettre la carotte, l'ail et l'oignon épluchés et coupés en deux dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 4**.
- Ajouter le beurre et les lardons et régler **3 mn / 90° / vitesse 1**.
- Ajouter la farine et mixer **5 sec / vitesse 3**.
- Ajouter le vin rouge, le chocolat en morceaux, les champignons coupés en lamelles, le laurier, le sel et le poivre et régler **15 mn / 90° / vitesse 1**. Passer à l'aide du panier (facultatif) et réserver la sauce dans une saucière au chaud.
- Rincer le bol, verser l'eau et le vinaigre et régler **10 mn / 100° / vitesse 1**.
- A l'arrêt de la minuterie quand l'eau frémit, casser 4 œufs dans le bol un à un (en attendant quelques secondes entre chacun afin qu'ils aient le temps de se consolider) et régler **4 mn / 80° / ↻ / ⚙**.
- A l'arrêt de la minuterie, sortir délicatement les œufs à l'aide d'une cuillère, les réserver au chaud et renouveler la cuisson avec les 4 œufs restants en réchauffant au préalable l'eau **8 mn / 100° / vitesse 1**.
- Présenter les œufs dans des assiettes de service, napper de sauce au vin et saupoudrer de persil haché.

### Conseil du sommelier ●●●

Pommard AOC : la fraîcheur naturelle, la franchise et la maturité du Pinot noir s'accorderont parfaitement à l'acidité de la sauce au vin. A servir frais (15°) pour adoucir la force tannique.





# Soupe de fraises et melon à la crème de cassis

**Préparation : 5 mn + Thermomix : 4 mn + Attente : 2 h**

100 g de sucre en poudre  
50 g d'eau  
400 g de fraises  
300 g de melon  
100 g de crème de cassis  
Quelques feuilles de menthe fraîche

- Mettre le sucre et l'eau dans le bol et régler **4 mn / Varoma / vitesse 1**. Laisser refroidir dans le bol.
- Pendant ce temps, couper les fraises et le melon en petits dés.
- Après refroidissement du sirop, ajouter la crème de cassis dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 3**.
- Disposer les fruits dans des petits ramequins ou un saladier et verser la crème dessus.
- Parsemer de menthe fraîche ciselée et servir frais accompagnée de biscuits secs.

# Bœuf bourguignon

**Préparation : 15 mn + Marinade : 12 h + Thermomix : 42 mn**

## Pour 6 personnes

1,2 kg de bœuf à braiser (jumeau, macreuse, paleron ou gîte de noix)  
320 g de vin rouge (Bourgogne Passetoutgrain)  
3 gros oignons  
2 gousses d'ail  
3 carottes  
200 g de lardons  
30 g d'huile d'olive  
1 cube de bouillon de bœuf  
Persil  
Sel et poivre

- La veille, dégraisser soigneusement la viande et la couper en morceau de 1,5 cm de côté. La faire mariner dans le vin pendant 12 h.
- Mettre l'ail et l'oignon coupés en deux dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 5**.
- Ajouter les carottes épluchées et coupées en grosses rondelles, les lardons et l'huile d'olive et programmer **3 mn / 100° / vitesse 1**.
- Egoutter la viande, conserver la marinade. Placer la viande dans le bol et régler **8 mn / 100° / vitesse 1**.
- Ajouter la marinade et le cube de bouillon de bœuf, le sel et le poivre et régler environ **30 à 40 mn / 100° /**  .
- Servir bien chaud décoré de persil, accompagné de pâtes fraîches ou de pommes de terre cuites au four.

## Conseil du sommelier ●●●

Mercrey AOC : un incontournable de la cuisine au fondant qui demande un vin à la structure solide mais délicate, la sauce rehaussée des lardons s'accordera à l'acidité de structure du vin et soulignera son fruité.

# Bretagne



De ses rivages minéraux aux douces teintes de granit rosé et de sable beige, jusqu'à ses forêts profondes et magiques, la Bretagne nous offre des paysages de caractère et des légendes qui ont traversé le temps. Ses produits ont la même authenticité, qu'ils viennent de la mer (plats de poissons, fruits de mer), ou des terres (crêpes, kouign-amann, gâteaux à l'hydromel), sans oublier les fameux choux-fleurs et artichauts.

## Galettes au sarrasin

**Préparation : 2 mn + Thermomix : 20 sec + Attente : 1 h + cuisson à la poêle :**  
**1 à 2 mn environ par galette**

### Pour une quinzaine de galettes

100 g de farine de blé (blanche)  
200 g de farine de sarrasin  
3 œufs  
600 g de lait  
10 g d'huile  
1 pincée de sel  
1 pincée de poivre  
Eau

- Mettre tous les ingrédients dans le bol avec 100 g d'eau et mixer **20 sec / vitesse 6**. Laisser reposer la pâte 1 heure à température ambiante.
- Avant la cuisson, allonger la pâte avec 1 à 2 gobelets d'eau pour réaliser des galettes fines.
- Cuire dans une poêle chaude huilée ou beurrée.



## Malouinade

**Préparation : 10 mn + Thermomix : 23 minutes**

1 blanc de poireau  
1 carotte  
1 courgette  
1 oignon  
25 cl de vin blanc sec  
1 cube de bouillon de volaille  
1 pincée de piment (selon goût)  
600 g de filets de merlan  
2 œufs  
200 g de crème fraîche  
2 pincées de curry  
250 g d'eau chaude  
Sel et poivre

- Couper le poireau en tronçons, la carotte épluchée et la courgette en fines rondelles.
- Couper l'oignon en deux et mixer **5 sec / vitesse 5**.
- Ajouter les légumes dans le bol avec le vin blanc, le cube et le piment. Programmer **13 mn / 100° / vitesse 1**.
- Couper le poisson en tronçons et le mettre dans le bol. Cuire **5 mn / 100° / vitesse 1**.
- Mixer quelques secondes à **vitesse 3** jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène mais non liquide.
- Ajouter les œufs, la crème fraîche, le curry et l'eau chaude, assaisonner. Mixer **5 sec / vitesse 4**. Cuire **5 mn / 100° / vitesse 1**.
- Servir très chaud.

### Conseil Thermomix

Selon votre goût vous pouvez mixer très finement la soupe ou garder des morceaux de légumes et de poisson. Très complète, elle peut se servir en plat unique pour un dîner léger.

# Gâteau breton

**Préparation : 5 mn + Thermomix : 5 mn + Cuisson au four : 35 mn**

200 g de sucre en poudre  
5 jaunes d'œufs  
1 pincée de sel  
250 g de beurre demi-sel mou  
+ 1 noisette pour beurrer le moule  
10 g de Calvados  
300 g de farine  
25 g de lait

- Préchauffer le four à 180° (th. 6).
- Mettre le sucre, 4 jaunes d'œufs et une pincée de sel dans le bol et mixer **30 sec / vitesse 4**.
- Racler les parois du bol avec la spatule et mixer **2 mn / vitesse 4**.
- Ajouter le beurre en morceaux et le Calvados et mixer **20 sec / vitesse 5**.
- Ajouter la farine et mixer **2 mn / vitesse 5**. Mixer **10 sec / vitesse 5** afin d'obtenir une pâte homogène.
- Beurrer un moule à gâteau rond et y verser la préparation. Lisser le dessus de la pâte à la spatule et dessiner des croisillons en diagonale avec une fourchette.
- Dans le bol mettre le dernier jaune d'œuf et le lait et mixer **20 sec / vitesse 5**. Étaler ce mélange sur la surface du gâteau.
- Cuire au four environ 35 mn à 180° (th. 6).

## Conseil Thermomix

Servez ce gâteau en dessert avec une crème ou à l'heure du thé avec de la confiture.



# Centre



La Loire et ses rives donnent de la quiétude au paysage, les châteaux forment un tableau majestueux dans cette région réputée pour sa douceur. On y apprécie les poissons d'eau douce (brochet, sandre) et les viandes issues du gibier chassé, ou les légumes poussés sur les bords de Loire (asperges de Sologne, salades de Touraine).

## Andouillettes au Vouvray

**Préparation : 10 mn + Thermomix : 29 mn**

800 g de pommes de terre  
250 g de champignons de Paris frais  
2 échalotes  
1 c. à soupe d'huile d'olive  
4 andouillettes  
3 gobelets de Vouvray (ou vin blanc sec)  
1 gobelet d'eau  
30 g de Maïzena  
2 c. à soupe de crème fraîche  
1 c. à soupe de moutarde  
Sel et poivre

- Eplucher les pommes de terre et les couper en dés.
- Emincer les champignons.
- Eplucher les échalotes, les mettre dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 5**.
- Ajouter l'huile d'olive dans le bol et programmer **2 mn 30 / 90° / vitesse 2**.
- Pendant ce temps poêler les andouillettes.
- A l'arrêt de la minuterie, ajouter le Vouvray et l'eau. Introduire le panier de cuisson dans le bol et y mettre les pommes de terre.
- Déposer les andouillettes sur le plateau à vapeur et les champignons émincés dans le Varoma. Régler **20 mn / Varoma / vitesse 2**.
- A la fin de la cuisson, sortir les légumes et les andouillettes et les garder au chaud.
- Mettre dans le bol la Maïzena, la crème fraîche, la moutarde, le sel et le poivre et programmer **6 mn / 90° / vitesse 3**.
- Servir aussitôt les andouillettes, les légumes et la sauce.

### Conseil du sommelier ●●●

Vouvray AOC : un mariage de raison, en reprenant le même vin que celui utilisé dans la préparation, il sera ainsi mis en valeur tout en apportant sa touche de fraîcheur.





# Chaussons aux pommes

**Préparation : 20 mn + Thermomix : 9 mn + Cuisson au four : 30 mn**

## Pour une douzaine de chaussons

### Pour réaliser 2 pâtes feuilletées :

300 g de farine  
300 g de beurre en morceaux congelé au préalable  
150 g d'eau froide  
2 pincées de sel

### Pour la compote :

3 pommes (environ 300 g)  
Jus d'un demi citron  
50 g de sucre  
Cannelle en poudre selon goût  
1 jaune d'œuf pour dorer

- Congeler le beurre en morceaux à l'avance. Mettre tous les ingrédients pour la pâte dans le bol et mixer **25 sec / vitesse 6**.
- Mixer **10 sec /**  **/ vitesse 2** afin de décoller la pâte du bol.
- Etaler la pâte en rectangle sur un plan de travail bien fariné et la plier en 3.
- Répéter cette opération 3 fois ou plus, en abaissant à chaque fois la pâte à l'aide du rouleau et d'un peu de farine.
- Eplucher les pommes, ôter les trognons et les mettre dans le bol avec le jus de citron, le sucre, la cannelle et 1 c. à soupe d'eau. Programmer **8 mn / 90° / vitesse 2**. Réserver et laisser refroidir.
- Préchauffer le four à 220° (th. 8).
- Découper la pâte en ronds de 10 cm de diamètre puis les allonger en ovale au rouleau. Garnir chaque chausson d'une ou deux cuillerées de compote refroidie. Veiller à ne pas trop garnir le chausson afin de pouvoir les fermer hermétiquement. Fermer les chaussons en humectant les bords et en soudant avec les dents d'une fourchette.
- Mélanger le jaune d'œuf avec un peu d'eau puis appliquer au pinceau.
- Mettre au four pendant 30 mn et baisser la température à 180° (th. 6) en fin de cuisson si les chaussons deviennent trop foncés.

## Conseil Thermomix

A la fin de la cuisson, badigeonnez les chaussons d'un mélange de beurre fondu et de miel pour un aspect encore plus appétissant.

# Champagne-Ardenne



Autre région française dont le paysage est heureusement envahi par les vignobles, son Champagne rayonne dans le monde entier dans tous les moments des fêtes les plus diverses. La Champagne-Ardenne a aussi été inventive dans la préparation des gibiers, et a apporté l'andouillette de Troyes, le fromage de Chaource, ou le biscuit rose de Reims.



## Gâteau champenois

**Préparation : 3 mn + Thermomix : 3 mn + Cuisson au four : 45 mn**

180 g de farine  
1 sachet de levure chimique  
1 sachet de sucre vanillé  
100 g de vin blanc ou Champagne  
100 g d'huile  
100 g de sucre  
3 œufs

- Préchauffer le four à 180° (th. 6).
- Mettre tous les ingrédients dans le bol. Mixer **2 mn 30 / vitesse 5**.
- Verser dans un moule à cake et cuire au four 45 mn à 180° (th. 6).



## Gratin de fruits au sabayon de Champagne

**Préparation : 10 mn + Thermomix : 10 mn**

1 orange  
1 pamplemousse  
1/2 ananas  
1 banane  
1 pomme  
La moitié d'une boîte de biscuits roses de Reims

**Pour le sabayon :**  
4 jaunes d'œufs + 2 œufs entiers  
130 g de sucre en poudre  
250 g de Champagne brut

- Eplucher les fruits, les couper en morceaux et les réserver.
- Mettre les biscuits roses dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 10**.
- Réserver.
- Préparer le sabayon : mettre les ingrédients dans le bol et régler **9 mn / 70° / vitesse 3**.
- Répartir les fruits dans 4 ramequins individuels, recouvrir du sabayon puis de la poudre de biscuits roses.

# Flan aux asperges

Préparation : 15 mn + Thermomix : 18 mn

50 g de beurre + 1 noisette pour beurrer le plat  
2 l d'eau  
1 kg d'asperges vertes ou blanches  
250 g de talon de jambon  
4 œufs  
50 g de farine  
500 g de lait  
1 c. à café de sel  
1 pincée de poivre  
1 pincée de muscade

- Préchauffer le four à 210° (th. 7). Beurrer le fond d'un plat allant au four.
- Verser l'eau dans le bol, saler et insérer le panier de cuisson dans le bol.
- Régler **15 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Laver les asperges, les éplucher et les couper en morceaux de 2 cm de longueur.
- A l'arrêt de la minuterie, ajouter les asperges par l'orifice du couvercle et régler **13 mn / 100° / vitesse 1**.
- Sortir le panier de cuisson à l'aide de la spatule, égoutter les asperges, les rafraîchir et bien les égoutter à nouveau. Verser dans le plat allant au four.
- Couper les talons de jambon en morceaux. Mettre tous les ingrédients dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 6**.
- Verser la pâte sur les asperges et cuire au four 40 mn à 210° (th. 7).

## Conseil du sommelier ●●●

Alsace AOC Muscat : l'amertume des asperges s'équilibre au contact de celle naturelle du vin par contraste, la texture gagne en onctuosité, le Muscat garde toute son expression aromatique.



# Corse



La rencontre contrastée de la montagne escarpée et d'une mer aux couleurs profondes est sans conteste à l'origine du surnom d'« île de beauté », pour cette région de fort caractère. Les reliefs fournissent autant les châtaignes (consommées fraîches ou réduites en farine) que les fromages (de brebis ou de chèvre), qui sont la base de nombreux plats. Les rivages apportent les produits de la mer, souvent consommés accompagnés de la méridionale huile d'olive.

## Sardines à la Corsica

Préparation : 15 mn + Thermomix : 36 mn

400 g de verts de bettes (1 kg de bettes en botte)  
250 g de fromage de brebis frais (ou chèvre frais)  
Sel et poivre  
6 pincées de romarin  
8 sardines fraîches en filets  
200 g de riz blanc  
Eau

- Mettre 1,5 l d'eau et 2 pincées de sel dans le bol et régler **8 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Pendant ce temps, nettoyer les bettes en séparant les verts et les côtes (garder les côtes blanches pour une autre recette) et couper les verts en gros morceaux.
- A l'arrêt de la minuterie, mettre les verts de bettes dans le bol et régler **3 mn / Varoma / vitesse 1**.
- A l'arrêt de la minuterie, bien égoutter les bettes et vider l'eau du bol.
- Mettre dans le bol la moitié des bettes en morceaux, le fromage de brebis, le sel, le poivre et le romarin et mixer **10 sec / vitesse 3**. Réserver la préparation.
- Mettre 1,5 l d'eau et 2 pincées de sel dans le bol et régler **10 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Pendant ce temps, huiler légèrement le Varoma et le plateau vapeur et déposer dans le Varoma une sardine entièrement ouverte (2 filets côte à côte s'ils ont été séparés), poser dessus 1/4 de la préparation de bettes au fromage, puis terminer par une 2<sup>ème</sup> sardine en filets. Procéder de même avec le reste des ingrédients, afin d'obtenir 4 « sandwich » (2 dans le Varoma et 2 dans le plateau vapeur). Mettre les bettes restantes dans le plateau vapeur du Varoma.
- A l'arrêt de la minuterie, verser le riz dans le panier de cuisson, le mettre dans le bol, poser le Varoma sur le bol et régler **15 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Présenter dans un plat de service les Sardines à la Corsica, accompagnées du riz et des bettes.

### Conseil Thermomix

Quand la saison n'est plus aux bettes, remplacez-les par d'autres feuilles vertes (épinards, laitues...).



# Fiadone

**Préparation : 10 mn + Thermomix : 2 mn + Cuisson au four : 45 mn**

## Pour 6 personnes

30 g de crème fraîche  
180 g de sucre  
2 paquets de sucre vanillé  
30 g de beurre  
+ 1 noisette de beurre pour beurrer le papier sulfurisé  
500 g de broccio frais  
6 œufs  
1 citron  
Papier aluminium  
Papier sulfurisé

- Préchauffer le four à 180° (th. 6). Chemiser le fond d'un moule à manqué de papier d'aluminium. Beurrer le papier sulfurisé et le placer dans le moule.
- Prélever quelques lanières de zeste de citron pour la décoration.
- Mettre le jus du citron et tous les autres ingrédients dans le bol et mixer **2 mn / vitesse 5** jusqu'à obtention d'une préparation homogène. Verser dans le moule.
- Enfourner à 180° (th. 6) pendant 45 min. Laissez refroidir le gâteau avant de le démouler.
- Décorer des quelques zestes de citron réservés.

# Canistrellis

**Préparation : 10 mn + Thermomix : 1 mn + Cuisson au four : 20 mn environ**

250 g de farine  
100 g de sucre en poudre  
1 sachet de levure chimique  
1 c. à soupe bombée d'anis vert en poudre  
50 g d'huile  
80 g de vin blanc sec  
1 pincée de sel  
Papier sulfurisé

- Préchauffer le four à 200° (th. 6.5).
- Mettre tous les ingrédients dans le bol et mixer **1 mn / vitesse 3**.
- Sortir la pâte et la laisser reposer 10 mn.
- Etaler la pâte sur une épaisseur d'environ 8 mm et découper des formes de losanges ou de rectangles.
- Enfourner sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé et cuire 18 mn à 200° (th. 6.5).
- Monter la plaque en haut du four et prolonger la cuisson 5 mn.
- Laisser refroidir.

## Conseil Thermomix

Ces petits gâteaux secs parfumés se servent idéalement à l'heure du thé.

# Dom-Tom



Ces « morceaux de France » à l'étranger étonnent et séduisent les Métropolitains par leurs paysages exotiques et leurs saveurs d'ailleurs aux influences multiculturelles. Végétation luxuriante et climats privilégiés sont à l'origine de produits dépaysants autant que savoureux, avec les plats à base de fruits tropicaux (mangue, noix de coco, ananas, papaye, banane), d'épices (sauce colombo, vanille, ...), ou de sucre de canne ...

## Bavarois de mangues

**Préparation : 10 mn + Thermomix : 6 mn + 6 h au frais**

### Pour 8 personnes

9 feuilles de gélatine + 1 bol d'eau froide  
1 kg de mangues entières  
200 g d'eau  
200 g de sucre en poudre  
1 c. à soupe de rhum  
300 g de crème fraîche liquide bien froide à 35 % de m.g. minimum  
Le jus d'un citron

- Mettre les feuilles de gélatine à tremper dans un bol d'eau froide.
- Mettre les mangues épluchées et coupées en morceaux dans le bol avec l'eau, le sucre et le rhum et mixer **15 sec / vitesse 8**. Réserver au frais, rincer le bol à l'eau froide et l'essuyer.
- Insérer le fouet dans le bol, ajouter la crème liquide et mixer **1 mn / vitesse 3**. Surveiller la prise de la crème chantilly et réserver. Enlever le fouet.
- Mettre le jus de citron dans le bol et régler **4 mn / 80° / vitesse 1**.
- Ajouter les feuilles de gélatine égouttées et mixer **5 sec / vitesse 1**.
- Ajouter la pulpe de mangues réservée et la crème fouettée au jus de citron et mixer **20 sec / vitesse 2**.
- Verser dans un moule à bavarois et mettre au réfrigérateur au moins 6 heures.
- Au moment de servir, démouler en plongeant le fond du moule dans un récipient d'eau froide et servir accompagné d'une crème anglaise et de biscuits.



# Rougail aux crevettes

**Préparation : 30 mn + Thermomix : 20 mn**

5 gousses d'ail  
1 oignon  
Piment frais ou en poudre (selon goût)  
1 cm de gingembre frais ou 1 c. à café  
de gingembre en poudre  
1 gobelet d'huile d'olive  
1 pincée de safran  
6 tomates  
600 g de crevettes crues décortiquées

- Mettre les gousses d'ail, l'oignon coupé en deux, le piment et le gingembre dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 8**.
- Ajouter l'huile d'olive et régler **5 mn / 100° / vitesse 1**.
- Ajouter le safran et les tomates coupées en deux et mixer **5 sec / vitesse 10**.
- Régler **5 mn / 100° / vitesse 1**.
- Ajouter les crevettes décortiquées et régler **10 mn / 100° / ↻ / vitesse 1**.
- Servir aussitôt accompagné de riz.

## Conseil Thermomix

Spécialité de la Réunion, la Rougail est une sauce tomate pimentée qui sert de base à diverses préparations (crevettes, saucisses...).



# Franche-Comté



Autre pays de montagnes et de fromages, la Franche-Comté a depuis très longtemps développé une tradition laitière. En sont issus les célèbres vacherin, morbier et bleu de Gex, ainsi que le comté qui donne, parmi de nombreuses spécialités, la fameuse fondue comtoise. Sa cuisine rustique tient chaud au corps et au cœur quand l'air du soir est vif ou quand il neige en hiver. La longue tradition de fumaison du porc explique la diversité et la saveur des charcuteries.



## Cancoillotte

Préparation : 5 mn + Thermomix : 11 mn

250 g de metton (fromage de Franche-Comté)  
50 g de beurre  
Ail (facultatif)  
350 g de liquide (lait, vin blanc ou eau)  
1 pincée de sel

- Mettre le metton en morceaux, le sel et la gousse d'ail dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 9**.
- Ajouter le liquide et régler **10 mn / 80° / vitesse 2**.
- Ajouter le beurre et mixer **20 sec / vitesse 6**.

### Conseil Thermomix

Dégustez froid ou chaud accompagnée de pain ou de pommes de terre.  
Parfumez la cancoillotte aux herbes, cumin, échalote...



# Saucisses de Montbéliard à la crème de lentilles

Préparation : 10 mn + Thermomix : 28 mn

1 oignon  
10 g de beurre  
1 bouquet garni  
1 bouillon cube  
500 g de lentilles blondes  
1 000 g d'eau  
4 saucisses de Montbéliard  
2 c. à soupe de crème fraîche épaisse  
Sel et poivre

- Mettre l'oignon coupé en deux dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 5**.
- Ajouter le beurre et régler **2 mn / 80° / vitesse 1**.
- Ajouter le bouquet garni, le bouillon cube et les lentilles et couvrir avec l'eau.
- Déposer les saucisses dans le Varoma et le poser sur le bol.
- Régler **25 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Vérifier la cuisson des saucisses, et si besoin prolonger en vérifiant qu'il y ait encore de l'eau dans les lentilles, en ajouter un peu si besoin.
- A l'arrêt de la minuterie, égoutter les lentilles et les mixer dans le bol avec un peu de jus de cuisson et la crème fraîche **20 sec / vitesse 5**.
- Verser la crème de lentilles dans des assiettes chaudes et disposer les saucisses coupées en rondelles dessus.

## Gâteau de ménage

Préparation : 10 mn + Thermomix : 7 mn + Attente : 1 h 30 + Cuisson au four : 20 mn

**Pour 2 gâteaux**  
20 g de levure de boulanger fraîche  
250 g de lait  
100 g de beurre  
150 g de sucre en poudre  
1 paquet de sucre vanillé  
600 g de farine  
5 œufs  
200 g de crème épaisse

- Introduire la levure émiétée et 3 c. à soupe de lait dans le bol. Régler **1 mn 30 / 50° / vitesse 4**.
- A l'arrêt de la minuterie, introduire le reste du lait, le beurre, 50 g de sucre en poudre, le sucre vanillé.
- Régler **3 mn / 60° / vitesse 4**.
- A l'arrêt de la minuterie, plonger le fond du bol dans un récipient d'eau froide puis ajouter la farine et 2 œufs et mixer **2 mn / vitesse 4**.
- Laisser lever la pâte environ 1 heure dans le bol couvert.
- Quand la pâte a bien levé, la mettre dans 2 moules et la laisser lever 30 mn environ.
- Préchauffer le four à 150° (th. 7). Mettre la crème, 3 œufs, 100 g de sucre dans le bol, mixer **10 sec / vitesse 5**.
- Verser ce mélange sur la pâte levée et cuire au four environ 20 mn à 150° (th. 7).



# Gratin francomtois

Préparation : 10 mn + Thermomix : 38 mn + Cuisson au four : 15 mn

150 g de comté + 50 g de comté pour le gratin  
1 kg de pommes de terre à gratin  
2 oignons  
2 gousses d'ail  
1 pincée de poivre  
1 c. à café de thym  
3 saucisses de Montbéliard  
800 g d'eau  
50 g de vin blanc sec  
100 g de lardons fumés allumettes  
1 c. à café bombée de moutarde  
200 g de crème fraîche liquide  
1 c. à soupe de Maïzena

- Mettre les 200 g de comté dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 10**. Réserver dans un petit bol.
- Eplucher les pommes de terre, les couper en lamelles et les mettre dans le Varoma.
- Mettre les oignons coupés en deux et les gousses d'ail dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 5**. Les verser sur les pommes de terre, poivrer, parsemer de thym et mélanger. Poser dessus les saucisses piquées avec une fourchette sur toute leur surface.
- Mettre l'eau dans le bol, et poser le Varoma sur le bol. Programmer **35 mn / Varoma / vitesse 1**.
- A l'arrêt de la minuterie, préchauffer le four à 200° (th. 6-7) et beurrer un grand plat à gratin.
- Alternier dans le plat des couches de rondelles de pommes de terre et de saucisses coupées en rondelles d'un demi centimètre en finissant par une couche de pommes de terre.
- Préparer la sauce : conserver dans le bol 1/2 gobelet de jus de cuisson, ajouter le vin blanc et les lardons et régler **3 mn / 80° / vitesse 1**.
- Ajouter la moutarde, la crème fraîche, 150 g de comté et la Maïzena et régler **5 mn / 100° / vitesse 2**.
- Verser la sauce sur le gratin, ajouter le reste de comté et cuire au four 15 mn 200° (th. 6-7).

## Conseil Thermomix

Servir avec une salade verte.

# Ile-de-France



L'urbanisation de la région cache une tradition boulangère et pâtisnière, historiquement liée aux farines de la Beauce : croissant, chouquette, Paris-Brest. Des produits locaux inattendus ont traversé les siècles : volaille de Houdan, moutarde de Meaux, champignons de Paris, menthe de Milly, cerises de Montmorency.

## Pithiviers

**Préparation : 30 mn + Thermomix : 1 mn + Attente : 30 mn + Cuisson au four : 20 mn**

### Pour la pâte feuilletée :

300 g de farine  
300 g de beurre congelé en morceaux  
2 pincées de sel  
75 g d'eau

### Pour la crème d'amandes :

1 œuf entier + 2 jaunes  
120 g de beurre  
120 g de sucre en poudre  
120 g d'amandes en poudre  
1 c. à soupe de rhum  
1 c. à soupe rase de farine  
1 c. à café d'eau de fleur d'oranger  
30 g de sucre glace Thermomix  
Papier sulfurisé

- Préparer la pâte feuilletée :
- Mettre tous les ingrédients et l'eau froide dans le bol et mixer **25 sec / vitesse 6**.
- Étaler la pâte en un rectangle et la plier en 3. Répéter cette opération 3 fois ou plus, en abaissant à chaque fois la pâte à l'aide du rouleau. Laisser reposer au frais.
- Préparer la crème d'amandes :
- Mettre dans le bol l'œuf entier, 1 jaune, le beurre et le sucre et mixer **10 sec / vitesse 6** puis **1 mn / 70° / vitesse 6**.
- Ajouter la poudre d'amande, le rhum, la farine et l'eau de fleur d'oranger et mixer **10 sec / vitesse 4** jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène. Verser dans un bol et faire raffermir au réfrigérateur.
- Préparer le Pithiviers :
- Séparer la pâte feuilletée en deux et l'étaler en 2 disques de 27 cm de diamètre. Poser un disque sur la plaque du four recouverte d'un papier sulfurisé.
- Badigeonner le tour du disque à l'œuf battu puis étaler la crème d'amandes du centre vers l'extérieur en s'arrêtant à 2 ou 3 cm du bord.
- Placer le deuxième disque dessus et presser les bords avec les doigts mouillés afin de souder les deux pâtes.
- Badigeonner le dessus à l'œuf battu et dessiner à la pointe du couteau des arcs de cercle en partant du centre pour le décor. Laisser au réfrigérateur 30 mn.
- Préchauffer le four à 180-200° (th. 6-7).
- Cuire au four 20 mn environ à 180-200° (th. 6-7), saupoudrer de sucre glace et remettre au four 5 mn. Servir tiède.



# Sauté de veau Marengo

Préparation : 15 mn + Thermomix : 40 mn

1 oignon  
 1 gousse d'ail  
 20 g de beurre  
 600 g d'épaule de veau  
 1 boîte de tomates (240 g poids égoutté)  
 100 g de vin blanc  
 1 c. à café de thym  
 2 feuilles de laurier  
 Sel et poivre  
 500 g de champignons de Paris  
 Jus de citron  
 4 brins de persil pour la décoration

- Mettre l'oignon coupé en deux et l'ail dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 5**. Ajouter le beurre et régler **4 mn / 100° / vitesse 3**.
- Couper le veau en morceaux de 1,5 cm de côté. Introduire dans le bol la viande, les tomates, le vin, le thym, les feuilles de laurier le sel et le poivre. Programmer **20 mn / 100° /**  .
- Pendant ce temps nettoyer les champignons, couper le bout du pied terreux, les passer rapidement à l'eau froide. Les couper en deux ou trois dans le sens de la longueur et les arroser de jus de citron.
- A l'arrêt de la minuterie, ajouter les champignons dans le bol et les mélanger à l'aide de la spatule. Régler **15 mn / 100° /**  .
- Mettre le sauté de veau dans un plat creux chauffé et parsemer de persil ciselé.

## Conseil du sommelier ●●●

Côtes-du-Rhône-Villages AOC : les tannins du vin seront arrondis par la sauce, ses arômes épicés et de garrigue se révéleront. Le plat se met au service du vin qui gagne en race et élégance.

# Soupe à l'oignon

Préparation : 15 mn + Thermomix : 30 mn + Cuisson au four : quelques minutes

80 g de gruyère  
 2 c. à soupe de graisse de canard ou de beurre  
 2 à 3 oignons moyens  
 1 c. à soupe bombée de farine  
 1 000 g d'eau  
 1 cube de bouillon de volaille  
 Sel et poivre  
 4 à 6 tranches de pain rassis

- Mettre le gruyère coupé en morceaux dans le bol et mixer **6 sec / vitesse 7**. Réserver.
- Mettre la matière grasse dans le bol et régler **1 mn / 90° / vitesse 1**.
- Couper en deux les oignons épluchés, les mettre dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 8**.
- Cuire **3 mn / 100° / vitesse 1**.
- Ajouter la farine et mixer **10 sec / vitesse 4**.
- Ajouter l'eau, le cube de bouillon émietté, assaisonner et régler **25 mn / 100° / vitesse 1**.
- Préchauffer le four en mode grill.
- Disposer des tranches de pain rassis dans une terrine.
- A l'arrêt de la minuterie, filtrer la préparation ou pas selon préférence et la verser sur le pain. Saupoudrer de fromage râpé et faire gratiner sous le grill du four quelques minutes en surveillant la coloration.
- Servir bien chaud.

## Conseil du sommelier ●●●

Beaujolais-Villages AOC : la vivacité du Gamay va épouser l'acidité des oignons en donnant une sensation de souplesse par effet de contraste. Les arômes du vin seront mis en valeur par le plat (servir le vin à 15°).



# Saint-Honoré

Préparation : 10 mn + Thermomix : 15 mn + Cuisson au four : 20 à 25 mn

## Pâte brisée

200 g de farine  
100 g de beurre  
1 pincée de sel fin  
1 c. à café de sucre vanillé

## Pâte à choux

80 g de beurre  
1 c. à soupe de sucre  
120 g de farine  
3 œufs  
1 pincée de sel  
150 g d'eau

## Crème chiboust

500 g de lait  
50 g de farine  
2 œufs extra frais + 2 blancs  
1 c. à soupe de sucre vanillé  
70 g de sucre semoule

## Caramel

50 g de sucre  
50 g d'eau

- Préparer la pâte brisée : mettre le beurre coupé en morceaux, le sel, la farine et le sucre vanillé dans le bol avec 60 g d'eau et mixer **1 mn / vitesse 4**.
- Sortir la pâte du bol et faire un disque de 24 cm de diamètre avec la pâte brisée. Le poser sur une plaque à pâtisserie beurrée et farinée.
- Préparer la pâte à choux : mettre l'eau, le beurre, le sel et le sucre dans le bol et régler **5 mn / 100° / vitesse 2**. Ajouter la farine et mixer **1 mn 30 / vitesse 3** (la pâte doit avoir l'aspect d'une pâte sablée).
- Plonger le bol dans un récipient d'eau froide quelques minutes afin de refroidir la préparation.
- Ajouter les œufs un à un par l'orifice du couvercle sur les couteaux en marche à **vitesse 5** puis continuer le **mixage 30 sec**.
- Préchauffer le four à 210° (th. 7).
- Déposer une couronne de pâte à choux sur les bords du disque de la pâte brisée, à l'aide d'une poche à douille. Poser du papier aluminium sur le centre de pâte brisée et y déposer des légumes secs afin que la pâte ne gonfle pas.
- Sur la plaque, à côté du disque de pâte brisée, faire une vingtaine de petits choux à l'aide de la poche à douille.
- Cuire au four 15 à 20 mn à 200/210° (th. 6/7).
- A la fin de la cuisson, faire un caramel avec le sucre et l'eau et y tremper les petits choux en deux fois : d'abord le dessus et laisser refroidir, ensuite le dessous et les coller sur la couronne.
- Préparer la crème chiboust : mettre tous les ingrédients dans le bol sauf les deux blancs d'œufs et régler **7 mn / 90° / vitesse 4**.
- À l'arrêt de la minuterie, mixer **5 sec / vitesse 9**. Réserver dans un bol.
- Rincer et essuyer le bol du Thermomix et y insérer le fouet. Ajouter les 2 blancs d'œufs avec une pincée de sel et régler **3 mn / 37° / vitesse 3**. Les incorporer délicatement à la crème.
- Laisser refroidir la crème chiboust puis la déposer à la poche à douille en petits choux ou en volutes au centre du disque de pâte brisée refroidie.



# Languedoc Roussillon



Cette région double est à la fois influencée par la mer (la côte méditerranéenne) et tournée vers les terres (les reliefs pyrénéens). Sa cuisine en est le reflet, puisqu'on y savoure autant les coquillages et le riz de Camargue, que les fameux cassoulets (de Castelnaudary ou de Carcassonne).

## Marmelade d'abricots à l'orange et aux amandes

Préparation : 20 mn + Thermomix : 16 mn

### Pour environ 6 pots

1 kg d'abricots (800 g d'abricots dénoyautés)  
640 g de sucre à confiture  
1/2 orange non traitée  
1/2 citron  
50 g d'amandes effilées

### Conseil Thermomix

Dans la recette, on utilise du sucre à confiture 10 : 8 (soit 800 g de sucre pour 1 kg de fruits). Vous pouvez choisir un autre sucre en adaptant sa quantité au poids de fruits utilisés et en adaptant éventuellement le temps de cuisson.

- La veille, laver et dénoyauter les abricots. Les mettre dans le bol en les pesant. Ajouter le zeste de la moitié d'orange finement râpé et le jus de l'orange et du citron (noter le poids total). Mixer **10 sec / vitesse 6**.
- Régler **9 mn / Varoma /** .
- Dès l'ébullition, ajouter le sucre (en fonction du poids total noté) et les amandes et régler **7 mn / 100° /** .
- Écumer si nécessaire la mousse en surface. Verser la confiture dans des pots stérilisés, les fermer avec un couvercle et les retourner. Laisser reposer à l'envers au moins 2 heures.





# Filet de loup au jus de chasselas

Préparation : 15 mn + Thermomix : 28 mn

## Pour 6 personnes

600 g de raisin chasselas (ou raisin blanc italien)  
3 endives  
Jus de citron  
80 g de beurre  
20 g d'huile d'olive  
200 g d'eau  
4 filets de loup de 200 g chacun environ (sans la peau)  
20 g de Maïzena  
10 g de vinaigre balsamique  
10 g de vinaigre de Xérès  
Sel, poivre

- Mettre 250 g de chasselas dans le bol, introduire le panier de cuisson et mixer **30 sec / vitesse 8**. Récupérer le jus en filtrant avec le panier de cuisson et jeter la pulpe.
- Peler et épépiner les 350 g de raisin restant.
- Détacher les feuilles des endives, les mettre dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 4** en aidant à la spatule.
- Ajouter le jus de raisin, le jus de citron, le beurre, l'huile d'olive et l'eau.
- Saler les filets de loup, les mettre dans le Varoma et programmer **20 mn / Varoma** / .
- Filtrer avec le panier de cuisson la compote d'endives en récupérant le jus. Remettre le jus dans le bol, ajouter la Maïzena et régler **7 mn / Varoma / vitesse 1**.
- A l'arrêt de la minuterie, ajouter les vinaigres et les grains de chasselas épépinés. Dresser sur assiettes les morceaux de loup et les endives. Les entourer de la sauce et du raisin.

## Conseil du sommelier ●●●

Muscats de Saint-Jean de Minervois AOC Sec : les magnifiques arômes de raisin frais du vin feront un mariage de raison avec le jus du plat, sa délicatesse jouera d'égal à égal avec la chair du poisson.

# Lotte à la nîmoise

Préparation : 20 mn + Thermomix : 18 mn

4 gousses d'ail  
2 jaunes d'œuf  
Sel et poivre  
2,5 gobelets d'huile d'olive  
1,5 kg de lotte  
1 navet (50 g environ)  
2 carottes (150 g environ)  
2 branches de céleri (60 g environ)  
1 poireau (60 g environ)  
1 boîte de tomates (240 g poids égoutté)  
1 c. à café de thym

- Mettre 3 gousses d'ail dans le bol et mixer **8 sec / vitesse 8**.
- Insérer le fouet, ajouter les jaunes d'œufs, le sel et le poivre et régler **2 mn / vitesse 4** et verser l'huile en mince filet par l'orifice du couvercle, sans discontinuer, pour monter une mayonnaise (aïoli). Réserver.
- Couper la lotte en morceaux de 5 cm environ.
- Laver et éplucher les légumes. Les couper en gros morceaux et les mettre dans le bol avec la gousse d'ail restante et les tomates égouttées. Mixer **5 sec / vitesse 6**. Ajouter les morceaux de lotte et le thym. Régler **15 mn / 100°** /  / .
- Oter les morceaux de lotte à l'aide d'une cuillère et les tenir au chaud dans un plat creux.
- Mixer les légumes restants **15 sec / vitesse 8**. Ajouter délicatement l'aïoli dans le bol en mélangeant à la spatule. Verser la sauce obtenue sur la lotte et servir immédiatement.

# Limousin



Riche de ses forêts profondes et giboyeuses, le vert Limousin l'est aussi en produits rustiques tels que châtaignes, noix, champignons, pommes de terre, myrtilles. A table, le bœuf limousin voisine avec le clafoutis aux cerises ou les gâteaux aux noisettes.

## Gâteau limousin

**Préparation : 5 mn + Thermomix : 17 mn + Cuisson au four : 50 mn**

### Pour 6 personnes

500 g de purée de châtaignes (non sucrée)  
6 œufs  
200 g de miel  
1 sachet de levure chimique  
2 sachets de sucre vanillé  
1 noix de beurre pour le moule  
1 c. à soupe de farine pour le moule  
1 pincée de sel

### Conseil Thermomix

Si vous utilisez des châtaignes en bocal, les mettre dans le bol avec 300 g de lait et régler 5 mn / 100° / vit 1 puis mixer 10 sec / vit 10. Agrémentez ce gâteau d'un nappage au chocolat : mettre 200 g de chocolat noir, 100 g de beurre mou et 40 g d'eau dans le bol et réglez 5 mn / 37° / vit 2. Vous pouvez également fourrer le gâteau à la crème de marron ou à la crème fraîche en le coupant dans l'épaisseur.

- Préchauffer le four à 180° (th. 6).
- Monter les blancs en neige : introduire le fouet et mettre les blancs d'œufs avec le sel dans le bol. Programmer **6 mn / 37° / vitesse 3,5**. Réserver dans un saladier et enlever le fouet.
- Mettre la purée de châtaignes dans le bol et programmer **3 mn / 50° / vitesse 4**.
- Ajouter le miel, les jaunes d'œufs, le sucre vanillé et la levure. Mélanger **20 sec / vitesse 6** en aidant à la spatule. Incorporer aux blancs en neige dans le saladier en soulevant délicatement à la spatule.
- Beurrer et fariner un moule et y verser la préparation aux châtaignes. Cuire 50 mn à 180° (th. 6). Vérifier la cuisson : un couteau enfoncé doit ressortir sec.

## Pâté de pommes de terre à la viande

**Préparation : 15 mn + Thermomix : 1 mn + Cuisson au four : 1 h**

300 g de farine  
160 g de beurre mou en morceaux  
1 c. à café de sel  
400 g de pommes de terre  
2 gousses d'ail  
2 échalotes  
10 brins de persil  
Poivre  
2 jaunes d'œuf  
200 g de chair à saucisse

- Préparer une pâte brisée : mettre la farine, le beurre, le sel et 50 g d'eau dans le bol et mixer **30 sec / vit 1**. **Mixer 10 sec / vit 2** pour décoller la pâte. Séparer la pâte en deux et étaler un disque sur un diamètre d'environ 26 cm sur une plaque à four farinée.
- Eplucher les pommes de terre et les couper en rondelles.
- Mettre les gousses d'ail, les échalotes, le persil, le sel et poivre, les jaunes d'œufs et la chair à saucisse dans le bol et mixer **15 sec / vitesse 5**.
- Déposer sur la pâte la moitié des pommes de terre, saler et poivrer la farce à la viande et le reste de pommes de terre. Abaisser le deuxième disque de pâte dessus et bien souder les bords. Cuire au four 10 mn à 240° (th. 8) puis 50 mn à 200° (th. 6-7).



# Clafoutis tutti frutti

**Préparation : 10 mn + Thermomix : 2 mn + Cuisson au four : 45 mn**

500 g de fruits (pêches, abricots, fruits rouges en été et pommes, bananes, kiwi en hiver)  
40 g de beurre  
+ 1 noisette de beurre pour le plat  
250 g de lait  
3 œufs  
150 g de sucre  
60 g de farine

- Eplucher les fruits, les couper en petits morceaux (sauf les fruits rouges) et les répartir dans le fond d'un plat allant au four préalablement beurré.
- Mettre le beurre dans le bol et régler **1 mn / 50° / vitesse 1**.
- Ajouter le reste des ingrédients et mixer **1 mn / vitesse 4**.
- Verser le mélange sur les fruits et cuire au four 45 mn à 180° (th. 6).
- Servir tiède ou froid.



# Galetous

**Préparation : 20 mn + Attente : 15 h + Cuisson : 1 h**

## **Pour 6 personnes**

10 g de levure de boulanger fraîche  
400 g de farine de sarrasin  
100 g de farine de froment  
Eau  
15 g de sel  
Grillons ou rillettes

## *Conseil Thermomix*

Dans le Limousin, les galetous sont surtout servis à l'apéritif. Vous pouvez préparer les crêpes à l'avance et au moment de servir, les faire réchauffer quelques secondes au micro-onde avant de les tartiner de rillettes et de les trancher.

- La veille mettre la levure émiettée, 100 g de farine de sarrasin, la farine de froment et 150 g d'eau dans le bol et régler **1 mn / 37° / vitesse 3**. Réserver dans un récipient hermétique.
- Le lendemain verser la préparation dans le bol, ajouter le reste de farine, 1 l d'eau et le sel et mixer **20 sec / vitesse 6**.
- Pour vérifier la bonne épaisseur de la pâte, tremper une petite cuillère dans la pâte et la retourner côté bombé vers le haut. Elle doit être recouverte d'une épaisseur de 1 mm.
- Ajouter de l'eau si nécessaire.
- Laisser lever 3 heures dans un endroit tiède.
- Faire cuire dans une poêle graissée à l'huile comme des crêpes.
- Les tartiner aussitôt de grillons (rillettes limousines), les rouler et les couper en tronçons.
- Servir encore tièdes.



# Lorraine



Dans la région des mirabelles, on trouve ce délicieux fruit sous de nombreuses et appétissantes formes (tartes, confitures, eau-de-vie...). La célèbre quiche lorraine a évolué au fil du temps et s'est enrichie de lardons. Par ici la soif est étanchée, notamment, par les eaux minérales des Vosges.

## Gâteau aux quetsches

**Préparation : 15 mn + Thermomix : 4 mn + Cuisson au four : 35 mn**

120 g de beurre  
+ 1 noisette pour beurrer le plat  
150 g de sucre roux  
130 g de farine  
50 g de poudre d'amande  
2 œufs  
1/2 à 1 c. à soupe de cannelle  
350 g de quetsches (environ 15 quetsches)  
fraîches ou surgelées

- Mettre le beurre en morceaux dans le bol et régler **2 mn 30 / 50° / vitesse 1**.
- Ajouter tous les autres ingrédients sauf les quetsches et mixer **1 mn / vitesse 3**.
- Couper les quetsches en deux et les dénoyauter.
- Verser la pâte dans un moule à manquer beurré et disposer les quetsches dans la pâte.
- Cuire au four environ 35 mn à 180° (th. 6).
- A la sortie du four, saupoudrer de sucre en poudre et servir tiède ou froid avec une crème anglaise.

*Conseil du sommelier* ● ● ●

Alsace AOC Pinot Gris Vendanges Tardives : très beau mariage aromatique épicé entre la quetsche et le Pinot gris.

## Gâteau lorrain

**Préparation : 10 mn + Thermomix : 8 mn + 1h de repos + Cuisson au four : 20 mn**

**Pour la crème pâtissière :**

6 c. à soupe de Kirsch ou de rhum  
500 g de lait  
70 g de sucre + 30 pour le sucre glace  
2 œufs entiers + 2 jaunes d'œufs  
50 g de farine  
1/2 sachet de sucre vanillé

**Pour un gâteau de 28 cm de diamètre**

**Pour la pâte à brioche :**

20 g de levure de boulanger fraîche  
50 g de lait  
100 g de crème fraîche épaisse  
350 g de farine  
100 g de sucre  
3 œufs  
100 g de beurre mou en morceaux  
1/2 c. à café de sel fin

- Mettre dans le bol 30 g de sucre et mixer **7 sec / vitesse 9**. Réserver le sucre glace.
- Préparer la crème pâtissière : mettre tous les ingrédients sauf le Kirsch dans le bol et régler **7 mn / 90° / vitesse 4**.
- A l'arrêt de la minuterie, mixer **5 sec / vitesse 9**. Laisser refroidir complètement.
- Mettre la levure émiettée avec le lait et la crème fraîche dans le bol et programmer **1 mn / 37° / vitesse 3**.
- Ajouter le reste des ingrédients et régler **2 mn / 1**.
- Etendre la pâte au rouleau en un disque de 1/2 cm d'épaisseur sur 28 cm de diamètre environ. Poser la pâte dans un moule à gâteau beurré et fariné, puis laisser monter 1 heure à température ambiante.
- Préchauffer le four à 180° (th. 6). Faire cuire au four chaud pendant 20 mn. Laisser refroidir.
- Séparer le gâteau en deux, dans l'épaisseur. Humecter chaque disque de 3 c. à soupe de Kirsch.
- Tartiner le disque du dessous avec la crème pâtissière sur une épaisseur égale à celle d'un disque de pâte, poser l'autre dessus. Saupoudrer de sucre glace.

*Conseil du sommelier* ● ● ●

Coteaux du Layon AOC : un beau chemin moelleux de Loire dont la fraîcheur va très bien équilibrer le côté sucré du dessert.



# Midi-Pyrénées



Région d'histoire, avec Toulouse la ville rose et Carcassonne la médiévale, elle se laisse bercer par les eaux du canal du Midi. Haricots de Tarbes ou de Pamiers et saucisses de Toulouse forment le fameux cassoulet. Des douceurs sont procurées par la violette de Toulouse, cristallisée ou consommée en liqueur, qui peut aussi devenir parfum.

## Fouace

**Préparation : 10 mn + Thermomix : 5 mn + Attente : 4 h + Cuisson au four : 40 mn**

### Pour 6 personnes

75 g de lait  
20 g de levure de boulanger fraîche  
500 g de farine  
130 g de beurre  
2 œufs + 1 jaune d'œuf  
100 g de sucre  
70 g d'eau de fleur d'oranger  
100 g de fruits confits (facultatif)  
1 pincée de sucre

### Conseil Thermomix

La fouace est une pâtisserie figurant parmi les plus anciennes de France. Elle porte aussi le nom de "fougasse", bien que celle-ci reçoive le plus souvent une garniture salée.

- Mettre le lait et la levure dans le bol. Régler **1 mn 30 / 37° / vitesse 3**.
- Ajouter la farine, le beurre, les œufs entiers, le sucre et l'eau de fleur d'oranger et programmer **3 mn / √**. Quelques secondes avant la fin du pétrissage, on peut ajouter les fruits confits coupés en petits cubes.
- Façonner une couronne avec un trou au milieu sur une plaque farinée et laisser gonfler à l'abri des courants d'air pendant 3 à 4 heures (la pâte doit doubler de volume).
- Mettre au four à 210° (th. 7) et laisser cuire 30 mn.
- Mélanger le jaune d'œuf avec la pincée de sucre. Badigeonner la fouace de ce mélange et continuer la cuisson pendant 10 mn.
- Sortir la fouace du four et laisser refroidir.





## Croquants de Cordes

Préparation : 15 mn + Thermomix : 2 mn

100 g d'amandes  
250 g de sucre  
80 g de farine  
2 blancs d'œufs  
Papier sulfurisé

- Mettre dans le bol les amandes, le sucre et la farine. Mixer **40 sec / vitesse 1,5**.
- Ajouter les blancs d'œufs et mixer **40 sec / vitesse 1,5**.
- A l'aide d'une cuillère à café, déposer des petites quantités sur une feuille de papier sulfurisé puis faire cuire au four à 200° (th. 6-7) pendant 12 à 15 minutes.
- Les sortir du four quand ils ont la couleur d'un caramel clair. Laisser refroidir et décoller du papier.



## Daube de canard au Madiran

Préparation : 15mn + Thermomix : 20 minutes + Marinade : 24 heures

4 filets de canard dégraissés de 300 g chacun (aiguillettes)  
1 bouteille de Madiran  
1 oignon  
2 carottes  
1 boîte de champignons de 125 g  
1 c. à soupe de graisse de canard  
1 clou de girofle  
2 c. à café de poivre vert en grain  
1 c. à café de thym  
1 c. à soupe d'Armagnac  
2 carrés de chocolat noir  
2 c. à soupe de farine  
12 baies de genièvre  
Sel et poivre

- La veille, faire mariner dans une terrine les filets de canard dégraissés et coupés en morceaux avec les aromates (oignon, carottes, champignons, thym, clou de girofle, 1 c. à café de poivre vert, genièvre). Recouvrir avec le Madiran.
- Le lendemain, égoutter les morceaux de canard et filtrer la marinade.
- Mettre la graisse de canard et les légumes de la marinade dans le bol et faire chauffer **4 mn / 100° / vitesse 1**.
- Mettre le fouet dans le bol et ajouter le canard et la farine. Mélanger **1 mn / vitesse 1**.
- Verser ensuite la moitié de la marinade, l'armagnac, le chocolat, 1 c. à café de poivre vert, le sel et le poivre et régler **15 mn / 100° / vitesse 1**.

### Conseil Thermomix

Accompagnez ce plat avec une purée de légumes assortis (pommes de terre, carottes, céleri).

### Conseil du sommelier ●●●

Madiran AOC : le mariage régional par excellence, sur un sage Madiran d'au moins 5 ans pour mieux se confronter à la texture fondante du plat.

# Nord Pas de Calais



La terre des mines et des terrils, ainsi que des chaleureuses maisons de briques a toujours développé une tradition d'accueil. On y partage des plats à base de poireaux, d'endives, et de fromages forts (maroilles). La bière locale est bue ou bien utilisée en cuisine. Toutes sortes de confiseries (bêtises de Cambrai, ...) et desserts (tarte au sucre, ...) sont confectionnés à partir du sucre de betterave.

## Tarte au sucre

**Préparation : 5 mn + Thermomix : 3 mn + Attente : 1 h + Cuisson au four : 25 mn**

**Pour 2 tartes**

50 g de lait  
250 g de crème fraîche  
20 g de levure de boulanger fraîche  
100 g de beurre  
+ 2 noisettes pour beurrer les plats  
3 œufs  
350 g de farine  
250 g de sucre en poudre ou cassonade

- Mettre le lait, 100 g de crème fraîche et la levure émiettée dans le bol et régler **1 mn / 37° / vitesse 3**.
- Ajouter le beurre en morceaux, les œufs, la farine et 100 g de sucre et mixer **2 mn /  $\sqrt{v}$** .
- Etaler la pâte avec la spatule dans deux plats à tarte beurrés et laisser lever une heure.
- Un quart d'heure avant la fin du temps de levage, préchauffer le four à 180° (th. 6).
- Recouvrir les pâtes levées du reste de crème fraîche et saupoudrer de 150 g de sucre.
- Cuire au four 25 mn à 180° (th. 6).



## Welsh Rarebit

**Préparation : 2 mn + Thermomix : 9 mn + Cuisson au four : quelques minutes**

800 g de Cheddar  
200 g de bière blonde ou ambrée  
1 c. à soupe de moutarde  
5 g de Maïzena  
1 pincée de poivre  
Sel et poivre  
4 à 6 grandes tranches de pain de campagne

- Sortir le fromage 3 heures avant la préparation du plat.
- Couper le fromage en morceaux et le mixer par petites quantités pendant **20 sec** en augmentant progressivement **de vitesse 4 à 8** et en retirant à chaque fois le fromage mixé.
- Remettre tout le fromage mixé dans le bol, ajouter tous les autres ingrédients sauf le pain, mixer **5 sec / vitesse 4** puis régler **8 mn à 90° / vitesse 1**.
- Préchauffer le four sur mode grill.
- Tapisser un grand plat à gratin des tranches de pain de campagne et verser aussitôt le fromage dessus.
- Mettre sous le grill du four quelques minutes en surveillant jusqu'à l'obtention d'une belle coloration.
- Servir aussitôt.

### Conseil Thermomix

Accompagnez d'une bière ambrée. Le Welsh-Rarebit est un plat d'origine britannique à base de Cheddar. La recette est devenue une véritable institution gastronomique dans la ville de Boulogne-sur-Mer et figure sur tous les menus des restaurants de la ville.

# Cramique

Préparation : 2 mn + Thermomix : 20 mn + Levée : 2 h 30 + Cuisson au four : 40 mn

## Pour 6 personnes

500 g d'eau  
150 g de raisins de Corinthe  
200 g de lait  
20 g de levure de boulanger  
500 g de farine  
100 g de beurre ramolli  
+ 1 noisette pour beurrer le moule  
2 œufs + 1 œuf pour la dorure  
1 pincée de sel

- La veille, verser l'eau dans le bol, régler **5 mn / 100° / vitesse 1**. Ajouter les raisins dans l'eau bouillante et programmer **10 mn / 100°C /  / **. Egoutter avec le panier de cuisson et réserver.
- Mettre dans le bol le lait et la levure et régler **1 mn / 37° / vitesse 1,5**. Ajouter la farine, 2 œufs, le sel et le beurre et mixer **2 mn 30 **. Ajouter les raisins et mélanger **1 mn /  / vitesse 2**. Mettre la pâte dans un saladier et laisser lever pendant 1 heure à température ambiante.
- Beurrer un moule à Cramique ou à cake. Rompre la pâte à la main et façonner un boudin de la longueur du moule. Poser la pâte dans le moule, dorer la surface à l'œuf battu et laisser à nouveau lever à température ambiante pendant 1 h 30 (la pâte doit pratiquement remplir le moule).
- Préchauffer le four à 200° (th. 6-7). Laisser cuire pendant 10 mn, puis baisser la température à 180° (th. 6) pendant 30 mn.
- Démouler et laisser tiédir.

## Conseil Thermomix

Pain brioché de forme parallélépipédique, qui se trouve dans toutes les bonnes boulangeries du Nord.



# Tarte au maroilles

Préparation : 5 mn + Thermomix : 3 mn + Attente : 1 h + Cuisson au four : 20 mn

## Pour 2 tartes

50 g de lait  
200 g de crème fraîche  
20 g de levure de boulanger fraîche  
2 c. à café de sucre  
100 g de beurre  
+ 2 noisettes pour beurrer les plats  
3 œufs  
350 g de farine  
Sel et poivre  
1 maroilles (environ 700 g)

## Conseil du sommelier ●●●

Champagne AOC Blanc de Noirs : la puissance du maroilles a tendance à écraser tout vin rouge. Ici on joue sur le contraste avec un Champagne puissant qui se fera respecter.

## Conseil Thermomix

Le maroilles est produit dans le Nord, dans les arrondissements de Laon, Vervins, Avesnes-sur-Helpe et Cambrai. Il est affiné quatre mois en cave humide.

- Mettre le lait, 100 g de crème fraîche, la levure émiettée et le sucre dans le bol et régler **1 mn / 37° / vitesse 3**.
- Ajouter le beurre, les œufs, la farine et 1/2 c. à café de sel et mixer **2 mn / 1**.
- Étaler la pâte avec la spatule dans deux plats à tarte beurrés et laisser lever une heure.
- Un quart d'heure avant la fin du temps de levage, préchauffer le four à 180° (th. 6). Retirer la peau du maroilles et le couper en lamelles.
- Recouvrir les pâtes levées de la crème fraîche restante puis du maroilles et poivrer.
- Cuire au four 20 mn à 180° (th. 6).



# Normandie



Une région aux paysages de carte postale : champs de pommiers en fleurs, vaches normandes, chevaux paisibles. On y déguste tous les produits à base de lait, de crème ou de beurre (d'Isigny), notamment les fromages aux noms bien connus (camembert, livarot, pont-l'évêque), et les produits à base de pomme, dans les desserts et les boissons (cidre, calvados). La diversité en poissons, coquillages et crustacés alimente un riche répertoire de recettes.



## Coquilles Saint-Jacques au coulis de corail

**Préparation : 10 mn + Thermomix : 28 mn**

12 coquilles Saint-Jacques avec corail  
1 petite boîte de concentré de tomates  
1/2 gobelet de vin blanc sec  
2 c. à soupe de crème fraîche  
1 gousse d'ail  
50 g d'oignon  
Sel  
Poivre  
2 brins d'estragon

- Séparer les noix du corail.
- Mettre le corail, le concentré de tomates, l'ail, l'oignon, le vin blanc, le sel et le poivre dans le bol. Placer le panier cuisson dans le bol du Thermomix et y mettre les noix. Programmer **25 mn / 90° / vitesse 3**.
- A la fin de la cuisson, ajouter la crème fraîche et l'estragon dans le bol et régler **3 mn / 90° / vitesse 3**.
- Servir aussitôt.

### Conseil du sommelier ●●●

Pouilly-Fumé AOC : la dominante iodée du plat fera très bon ménage avec les notes minérales du vin. Son gras, sa souplesse seront soulignés par la texture et la saveur douce des Saint-Jacques.





# Charlotte normande

**Préparation : 10 mn + Thermomix : 13 mn + Cuisson au four : 35 mn**

1 kg de pommes de reinette  
2 c. à soupe d'eau  
300 g environ de pain de mie  
tranché légèrement rassis  
80 g de beurre  
100 g de sucre semoule  
Cannelle (facultatif)  
Feuille aluminium

- Préchauffer le four à 210° (th. 7).
- Peler les pommes, retirer le cœur, les couper en morceaux, et les mettre dans le bol avec l'eau. Régler **12 mn / 90° / vitesse 1**.
- Pendant ce temps, retirer la croûte du pain de mie et tailler 100 g des tranches en triangles. Beurrer toutes les tranches de pain sur une face. Beurrer grassement un moule à charlotte.
- A l'arrêt de la minuterie, ajouter le sucre et la cannelle et mixer **10 sec / vitesse 3**.
- Garnir le fond du moule avec des triangles de pain de mie, côté beurré vers le fond, en les faisant se chevaucher légèrement.
- Garnir les parois du moule avec les autres tranches de pain de mie de la même façon, verser la compote de pommes et recouvrir avec le reste des triangles de pain de mie.
- Cuire au four 35 mn à 210° (th. 7) en déposant une feuille d'aluminium sur le moule après 10 mn de cuisson. Le pain doit être bien doré. Sortir le moule du four et laisser refroidir complètement la charlotte avant de la démouler.

## Conseil Thermomix

Accompagnez d'une crème anglaise ou d'un sorbet à la pomme verte.

# Porc du verger normand

**Préparation : 25 mn + Marinade : 2 h + Thermomix : 27 mn**

600 g de filet mignon de porc  
1 bouteille de cidre brut  
1 c. à soupe de moutarde  
1 oignon  
4 pincées de sauge séchée  
1 noix de beurre  
4 pommes (Reinette, Boskoop ou Melrose)  
jus d'un citron  
2 c. à soupe de Calvados  
2 c. à soupe de Maïzena  
Gros sel et poivre

- Faire mariner le filet mignon entier à l'avance (2 heures minimum) au réfrigérateur : mélanger dans un saladier le cidre, 1 c. à soupe de Calvados, la sauge, le poivre, l'oignon émincé dans le bol, la moutarde et ajouter le filet mignon.
- A la fin du temps de marinade, ôter les trognons des pommes et couper les pommes en gros morceaux.
- Mettre les pommes, 100 g de marinade, le jus de citron, 1 c. à café rase de gros sel, 1 c. à soupe de Calvados et 2 pincées de poivre dans le bol et régler **8 mn / 90° / vitesse 2**.
- Pendant ce temps, couper le filet mignon en 8 morceaux et le faire dorer légèrement à la poêle avec la noix de beurre.
- A l'arrêt de la minuterie, égoutter les pommes du bol à l'aide du panier de cuisson en récupérant le jus. Garder les pommes au chaud.
- Verser dans le bol le jus de pommes, toute la marinade et 1 pincée de gros sel. Mettre les morceaux de porc sautés dans le panier de cuisson.
- Régler **15 mn / 100° / vitesse 4**. Prolonger éventuellement la cuisson selon l'épaisseur des morceaux.
- A l'arrêt de la minuterie, garder les tranches de filet mignon dans le plat de service au chaud avec les pommes.
- Garder environ 1/2 jus de citron de marinade dans le bol, ajouter la Maïzena et régler **4 mn / 80° / vitesse 2**.
- Napper le plat de sauce et servir aussitôt.

# Pays de Loire



Pays de la douceur et du calme, on y trouve aussi les bords de Loire considérés comme le « jardin de la France ». Un jardin de douceur et d'équilibre, qui propose en abondance légumes délicats et fruits savoureux. A l'embouchure de la Loire, les marais salants de Guérande fournissent différents sels, dont la « fleur de sel ». A Nantes, le sucre des Antilles a donné berlingots multicolores et le Petit Beurre.

## Confiture d'oignons rouges

**Préparation : 5 mn + Thermomix : 1 h**

50 g de sucre glace  
60 g de beurre  
750 g d'oignons rouges  
3 petites branches de romarin  
4 feuilles de laurier  
200 g de vin rouge  
1 c. à café de vinaigre balsamique  
2 c. à soupe de vinaigre de vin rouge  
Sel fin  
Poivre noir en grains au moulin

- Mettre le sucre et le beurre coupé en morceaux dans le bol et programmer **5 mn / 100° / vitesse 2**.
- Eplucher les oignons, les couper en deux et les ajouter dans le bol. Mixer **10 sec / vitesse 5** en aidant avec la spatule.
- Ajouter tous les ingrédients restants (le romarin avec les branches) et laisser mijoter **55 mn / 90° / ⚡** en ôtant le gobelet.
- Enlever les feuilles de laurier et les branches de romarin.

### Conseil Thermomix

Cette confiture d'oignons rouges peut être consommée froide ou chaude, en accompagnement de diverses terrines, poissons, viandes et foie gras.



# Escalope de saumon de Loire au Pouilly fumé

Préparation : 10 mn + Thermomix : 24 mn

4 filets de saumon de Loire (environ 700 g)  
30 g de beurre  
4 échalotes  
400 g de champignons de Paris  
200 g de crème fraîche épaisse  
300 g de Pouilly fumé  
1 citron  
Sel  
Poivre

- Mettre les échalotes dans le bol et mixer **8 sec / vitesse 6**. Ajouter le beurre et régler **3 mn / 100° / vitesse 1**.
- Ajouter les champignons émincés et le Pouilly fumé et mixer **5 sec / vitesse 3**.
- Mettre les filets de saumon dans le Varoma et sur le plateau à vapeur et régler **20 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Réserver le poisson au chaud.
- Passer le bouillon du bol à l'aide du panier de cuisson, conserver les champignons et verser à nouveau le bouillon dans le bol.
- Ajouter la crème fraîche dans le bol, saler, poivrer et mixer **10 sec / vitesse 8**.
- Dresser les filets de saumon sur les assiettes avec les champignons, napper de sauce et décorer de citron cannelé. Servir avec du riz.

## Conseil Thermomix

Vous pouvez remplacer le saumon de Loire, qui est délicieux mais assez cher par un saumon pêché en mer.



# Picardie



Sérénité des paysages, composés d'immenses champs ouverts, de grandes plages du Nord au ciel bleu cendré, de jardins potagers entourés de canaux, sans oublier la célèbre baie de Somme. On y déguste soupes, fricassées, pâtés de canard, anguilles, moutons des pré-salés, et desserts à base de rhubarbe ou des fruits rouges de Noyon.



## Ficelles picardes

Préparation : 5 mn + Thermomix : 11 mn + Attente : 1 h + Cuisson four/poêle : 25 mn

### Pour 4 personnes

#### Pâte à crêpes :

250 g de farine  
2 œufs  
300 g de lait  
200 g de bière blonde  
1 c. à soupe d'huile  
1/2 c. à café de sel

#### Garniture :

2 échalotes  
20 g de beurre  
400 g de champignons de Paris  
4 tranches de jambon  
1 c. à soupe de jus de citron  
1 pincée de sel  
Poivre  
100 g de gruyère

#### Pour la sauce béchamel

60 g de farine  
40 g de beurre  
500 g de lait  
1/2 c. à café de sel  
Poivre  
1 pincée de noix de muscade

- Couper le gruyère en morceaux et mixer **8 sec / vitesse 7**. Réserver dans un bol.
- Mettre tous les ingrédients pour les crêpes dans le bol et mixer **20 sec / vitesse 6**.
- Laisser reposer la pâte 1 heure. Préparer des crêpes fines (compter 2 crêpes par personne).
- Mettre les échalotes dans le bol, mixer **5 sec / vitesse 8**. Ajouter le beurre et programmer **2 mn / 90° / vitesse 4**.
- Ajouter ensuite les champignons, le jambon en morceaux, 80 g de gruyère râpé, le citron, le sel et le poivre et mixer **10 sec / vitesse 4**. Réserver.
- Préchauffer le four à 210° (Th. 7).
- Introduire tous les ingrédients de la sauce béchamel dans le bol. Régler **8 mn / 90° / vitesse 4**. Ajouter le mélange champignons, jambon, gruyère et mélanger **10 sec / vitesse 3**.
- Garnir chaque crêpe de la préparation, les rouler et les mettre dans un plat à gratin. Saupoudrer de gruyère râpé restant et faire gratiner 10 mn à 210° (Th. 7).





# Flamiche picarde

Préparation : 10 mn + Thermomix : 7 mn + Cuisson au four : 40 mn

110 g de beurre  
+ 1 noisette beurre pour graisser la tourtière  
150 g de farine  
Eau  
1 c. à café de sel  
2 poireaux (petite taille)  
110 g de lardons ou saumon fumé, coupé en dés  
200 g de crème fraîche  
2 œufs  
1 pincée de poivre  
1 jaune d'œuf

- Préchauffer le four à 200° (th. 6-7).
- Pour préparer la pâte brisée, mettre 80 g de beurre en morceaux, la farine, 50 g d'eau et 1/2 c. à café de sel dans le bol. Programmer **30 sec /** . Sortir la pâte du bol.
- Laver les poireaux. Faire tourner le Thermomix à **vitesse 5**, jeter les poireaux sur les couteaux par l'orifice du couvercle et arrêter au bout de **9 sec**.
- Ajouter 30 g de beurre et régler **6 mn / 100° / vitesse 1**.
- Pendant ce temps, étaler la pâte et la disposer sur une tourtière beurrée. A l'arrêt de la minuterie, vider le contenu du bol sur la pâte. Y ajouter les dés de lardons ou de saumon.
- Ne pas rincer le bol. Y mettre la crème fraîche, les 2 œufs, 1/2 c. à café de sel et le poivre et mixer **10 sec / vitesse 5**. Verser sur la tarte.
- Avec un pinceau, passer un jaune d'œuf délayé avec une 1/2 c. à soupe d'eau, sur le bord de la tarte.
- Cuire au four à 200° (th. 7) pendant 40 mn.



# Gâteau battu

Préparation : 5 mn + Thermomix : 5 mn + Attente : 1 h + Cuisson au four : 25 mn

**Pour 6 personnes**  
15 g de levure de boulanger  
30 g de lait  
250 g de farine  
100 g de beurre doux  
+ 1 noisette de beurre pour le moule  
50 g de beurre demi-sel  
2 c. à soupe de kirsch ou de Calvados  
100 g de sucre  
1 œuf  
5 jaunes d'œufs

- Mettre dans le bol la levure et le lait, et régler **1 mn 30 / 37° / vitesse 4**.
- Ajouter la farine, le beurre doux et le beurre demi-sel ramollis, le kirsch, le sucre et tous les œufs et pétrir **3mn / fonction épi.**
- Beurrer un moule à brioche et y verser la pâte à l'aide de la spatule.
- Recouvrir le moule d'un linge et laisser lever dans un endroit tiède pendant 1 heure (la pâte doit atteindre les bords du moule).
- 1/4 d'heure avant la fin du temps de repos, préchauffer le four à 200° (th. 6-7).
- Cuire au four 25 mn à 200°
- Démouler et laisser refroidir.

## Conseil Thermomix

Cette spécialité picarde se déguste au petit déjeuner ou au goûter avec de la confiture.

# Poitou Charentes



Les marais poitevins structurent le paysage, avec leurs ruisseaux et leurs pâturages d'un vert frais et tonique. La région est connue pour ses moutons, huîtres du bassin de Marenne-Oléron, moules, fromages de chèvre et Pineau des Charentes. Pour cuisiner tous ces produits, la région produit un beurre, bénéficiant d'une appellation d'origine contrôlée, qui soutient la comparaison avec les meilleurs crus normands.

## Pommes de terre Bonnottes farcies aux escargots

**Préparation : 5 mn + Thermomix : 32 mn + Cuisson au four : 1 mn**

20 pommes de terre bonnottes bien rondes de l'île de Noirmoutiers ou des rattes de l'île de Ré (à défaut des petites pommes de terre pour cuisson vapeur)  
70 g de beurre demi sel  
2 brins de thym  
800 g d'eau  
4 gousses d'ail  
2 échalotes grises  
1/2 bouquet de persil plat  
30 beaux escargots petits gris cuits au court bouillon et sans les coquilles  
80 g de poudre de noisettes  
fleur de sel de Noirmoutiers  
poivre noir en grains au moulin

- Mettre les pommes de terre avec leur peau dans le Varoma et parsemer de 20 g de beurre et du thym.
- Mettre l'eau dans le bol, poser le Varoma sur le bol et régler **25 à 30 mn / Varoma / vitesse 1**.
- A l'arrêt de la minuterie, vider le bol et réserver les pommes de terre dans un plat à gratin.
- Mettre les gousses d'ail, les échalotes et le persil dans le bol essuyé et mixer **10 sec / vitesse 8**.
- Ajouter 50 g de beurre et régler **4 mn / 80° / vitesse 1**.
- Ajouter les escargots, le sel et le poivre et régler **1 mn / 80° / vitesse 3**.
- Retirer un chapeau sur les pommes de terre, les creuser légèrement et les farcir avec les escargots persillés.
- Saupoudrer de poudre de noisettes et passer 1 mn sous le grill du four.
- Accompagner d'une salade verte.

# Broyé du Poitou

Préparation : 5 mn + Thermomix : 2 mn + Cuisson au four : 25 mn

150 g de sucre semoule  
1 pincée de sel  
1 œuf + 1 jaune d'œuf  
150 g de beurre  
+ 1 noisette pour beurrer le moule  
300 g de farine  
1 c. à soupe de rhum

## Conseil Thermomix

Servez avec une crème anglaise.

- Préchauffer le four à 200° (th. 6-7).
- Mettre dans le bol, le sucre, le sel, un œuf entier et le beurre en petits morceaux. Régler **30 sec / vitesse 6**.
- Ajouter la farine et mixer **1 mn 30 / vitesse 6** en ajoutant le rhum au bout de 30 sec.
- Mettre la pâte (qui doit être assez molle mais qui ne doit pas coller aux doigts) dans un moule à tarte beurré d'environ 26 cm de diamètre.
- Lisser la surface et la badigeonner avec le jaune d'œuf. Dessiner des croisillons sur le gâteau et cuire au four 25 mn à 200° (th. 6-7).
- Surveiller la cuisson et laisser refroidir avant de démouler car ce gâteau est très friable.

# Mouclade

Préparation : 30 mn + Thermomix : 24 mn

4 gousses d'ail  
5 brins de persil  
800 g d'eau  
80 g de beurre  
4 pincées de curry  
1 dosette de safran  
Sel et poivre  
1,5 kg de moules de bouchot  
100 g de crème fraîche  
20 g de Maïzena

- Mettre dans le bol l'ail et les feuilles de persil et mixer **8 sec / vitesse 6**. Ajouter l'eau, le beurre, le curry, le safran le sel et le poivre. Mettre les moules lavées et grattées dans le Varoma. Faire cuire les moules **20 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Garder 1/2 l d'eau de cuisson dans le bol, ajouter la crème fraîche, et la Maïzena, mixer **10 sec / vitesse 6** puis régler **3 mn / 100° / vitesse 1**.
- Pendant ce temps retirer une des deux coquilles de chaque moule. Garder les coquilles contenant la moule dans le Varoma pour les tenir au chaud.
- Répartir les moules sur 4 assiettes creuses et ajouter la soupe.



# Provence Alpes Cote d'Azur



La Provence vous envahit par sa musicalité (le chant des cigales, le bruit des feuilles d'oliviers sous le mistral, l'accent de ses habitants) et par ses arômes : les réputées herbes de Provence, les champs de lavande à perte de vue. Sa cuisine nous séduit par la couleur vive des légumes du Sud (poivrons aux couleurs chaudes, aubergines, tomates, ...) et par ses plats à base d'huile d'olive.



## Couscous de crevettes et sa bisque

Préparation : 30 mn + Thermomix : 24 mn

1 gros oignon  
4 à 5 gousses d'ail  
50 g de fenouil frais ou 1 pincée de fenouil ou  
Anis déshydraté  
Persil  
1 feuille de laurier  
20 g de concentré de tomates  
Piment (frais ou en poudre)  
50 g d'huile d'olive  
1 kg de grosses crevettes entières  
350 g de graines de couscous  
Beurre ou huile d'olive  
1 dose de safran  
250 g de crème fraîche épaisse,  
Sel et poivre  
Eau

- Mettre dans le bol l'oignon coupé en deux, l'ail, le fenouil, le persil non humide et le laurier et mixer **8 sec / vitesse 5**.
- Ajouter le concentré de tomates, l'anis, le piment, l'huile, le sel et le poivre et régler **5 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Pendant ce temps décortiquer les crevettes en réservant les têtes et la moitié des carapaces de côté.
- A l'arrêt de la minuterie, ajouter les têtes et les carapaces et mixer **30 sec / vitesse 5** en augmentant progressivement à **vitesse 10**.
- Racler les parois du bol à l'aide de la spatule et ajouter 700 g d'eau. Mettre les crevettes dans le Varoma, le poser sur le bol et régler **8 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Pendant ce temps, mouiller la graine de couscous avec 4 gobelets d'eau chaude. Ajouter le beurre ou l'huile, saler, poivrer et mélanger. Laisser gonfler.
- A l'arrêt de la minuterie, mettre les crevettes sur le plateau du Varoma et étaler la semoule égrainée dans le Varoma.
- Remettre le Varoma sur le bol et programmer **8 mn / Varoma / vitesse 1**.
- Ajouter dans le bol le safran, la crème fraîche et 100 g d'eau et mixer **2 mn / 90° / vitesse 10**.
- Filtrer la bisque à l'aide d'un chinois et servir à l'assiette le couscous et les crevettes en les arrosant de bisque.

### Conseil Thermomix

Vous pouvez garder les queues des crevettes pour une jolie présentation.

### Conseil du sommelier ●●●

Tavel AOC : un rosé de bonne puissance pour garder ses caractéristiques aromatiques, et dont la structure se fondra parfaitement dans la semoule et dans la chair ferme des gambas.



# Fougasse

**Temps de préparation : 15 mn + Thermomix : 4 mn 30 sec + Attente : 1 h 20 m +**

**Cuisson au four : 20 mn**

10 g de levure de boulanger fraîche  
300 g de lait 1/2 écrémé  
250 g de farine complète  
250 g de farine type 55  
40 g d'huile d'olive  
1/2 c. à café de sel  
70 g d'olives noires dénoyautées  
70 g d'olives vertes dénoyautées  
100 g de lardons  
1 c. à café d'huile d'olive pour la finition

- Mettre la levure émiettée dans le bol avec le lait et régler **2 mn / 37° / vitesse 2**.
- À l'arrêt de la minuterie, ajouter les farines, l'huile d'olive, le sel, les olives et les lardons et pétrir **2 mn 30 / ☐ / 🌿** afin d'obtenir une pâte souple et élastique.
- La retirer du bol et la rouler en boule dans une terrine. La recouvrir d'un linge et la mettre à lever pendant 1 h dans un endroit assez chaud, à l'abri des courants d'air. On peut la placer, par exemple, dans le four entrouvert et allumé sur position 1. La pâte doit doubler de volume.
- Au bout de ce temps, rabattre la pâte, l'étaler avec un rouleau ou le plat de la main en une galette en forme de cœur de 1.5 cm d'épaisseur. La poser sur une plaque recouverte de papier sulfurisé. La badigeonner d'huile d'olive avec un pinceau alimentaire, faire des entailles en enlevant un peu de pâte pour former un vide et humidifier légèrement la surface.
- Préchauffer le four à 230° (th. 7/8).
- Laisser la pâte lever à nouveau à température ambiante, cette fois pendant 20 mn environ.
- Cuire au four environ 20 mn à 230° (th. 7/8).

## Conseil Thermomix

La fougasse est une spécialité provençale que vous pourrez servir en apéritif ou en guise de pain à table ou pour vos pique-niques. Variez les garnitures (tomates séchées, anchois, fromage...).



# Tapenade

**Préparation : 3 mn + Thermomix : 2 mn**

100 g de filet d'anchois (semi-conserve)  
1 gousse d'ail  
200 g d'olives noires dénoyautées  
100 g de câpres  
2 pincées de thym  
Jus d'1/2 citron  
1 pincée de poivre  
10 c. à soupe d'huile d'olive  
1 c. à soupe de Cognac

- Rincer les anchois à l'eau claire pour enlever l'excès de sel.
- Mettre la gousse d'ail pelée dans le bol et mixer **3 sec / vitesse 7**.
- Ajouter tous les autres ingrédients sauf l'huile et le Cognac, et mixer **2 mn / vitesse 4**. A la deuxième minute, ajouter l'huile d'olive en filet et le Cognac par l'orifice du couvercle.
- Goûter et assaisonner selon préférence.
- Servir sur des tranches de pain grillé.

## Conseil Thermomix

La tapenade doit son nom au mot provençal "tapéno" qui signifie câpre.





# Marmite du pêcheur

Préparation : 10 mn + Thermomix : 37 mn

1 l de moules fraîches  
1 oignon  
4 gousses d'ail  
40 g d'huile d'olive  
20 g de sel  
70 g de concentré de tomates  
Poivre  
Aromates : thym, fenouil, persil, laurier  
4 filets de poissons blancs (cabillaud par exemple)  
300 g de crevettes entières non décortiquées  
Eau  
1 dose de safran

- Nettoyer les moules.
- Mettre l'oignon coupé en deux et l'ail dans le bol et mixer **10 sec / vitesse 7**.
- Racler les parois du bol, ajouter l'huile d'olive, le sel, le concentré de tomates, une pincée de poivre et les aromates et régler **4 mn / 100° / vitesse 1**.
- A l'arrêt de la minuterie, déposer les filets de poissons dans le Varoma légèrement huilé et les moules sur le plateau vapeur.
- Ajouter les crevettes entières non décortiquées dans le bol avec 400 g d'eau et le safran.
- Poser le Varoma sur le bol et régler **30 mn / Varoma / vitesse 1**.
- A l'arrêt de la minuterie, réserver les moules et les filets de poissons coupés en 3 dans une soupière tenue au chaud.
- Mixer **1 mn / vitesse 6** puis **1 mn / vitesse 10**.
- Ajouter un complément d'eau jusqu'au repère de 1 l et mixer **30 sec / vitesse 10** en maintenant le gobelet sur le couvercle.
- Filtrer à l'aide du panier de cuisson puis d'un chinois, verser la bisque obtenue sur les moules (garder le surplus éventuel pour une autre utilisation) et disposer le poisson par-dessus.
- Servir dans des assiettes à soupe.

## Conseil Thermomix

Accompagnez d'un bon vin blanc.  
Pour un plat complet, mettez des pommes de terre épluchées et coupées en petits morceaux dans le panier de cuisson et insérez ce dernier dans le bol en même temps que le Varoma.

# Rhône Alpes



La région est fraîche et naturelle, avec les lacs de Savoie et les nombreux parcs naturels (dont ceux de la Vanoise et des Ecrins). La gastronomie est tellement présente qu'on a appelé Lyon la capitale française du goût. On y savoure quenelles, poissons (brochets, perches, carpes royales), rosette de Lyon, arrosés de Beaujolais. Montélimar apporte sa contribution avec les célèbres nougats. Simple et nourrissante, la cuisine de la Savoie est naturellement dominée par le beurre, la crème fraîche, le lait et les fromages.



## Fondue forestière aux quatre fromages

**Préparation : 5 mn + Thermomix : 11 mn**

30 g de cèpes secs + 1 bol d'eau tiède  
250 g de beaufort  
250 g d'emmental  
250 g de tomme d'abondance  
250 g de comté  
200 g de vin blanc de Savoie  
50 g de Kirsch  
Poivre  
1 gousse d'ail  
1 pain de campagne

- Faire tremper les cèpes 1 heure à l'avance dans de l'eau tiède.
- Couper les fromages en morceaux et les mixer par petites quantités pendant **35 sec** en augmentant progressivement la **vitesse de 4 à 8**.
- Ajouter le vin, le Kirsch, et le poivre et mixer **5 sec / vitesse 8**.
- Ajouter les cèpes égouttés et régler **10 mn / 90° / vitesse 2**.
- A l'arrêt de la minuterie, **mixer 10 sec /**  **/ vitesse 3**.
- Frotter un caquelon à fondue de la gousse d'ail et y verser la préparation. Placer un réchaud au centre de la table et poser le caquelon dessus.
- Tremper le pain de campagne tranché et légèrement grillé dans le fromage.

# Saucisson de Lyon à la sauce beaujolaise

Préparation : 15 mn + Thermomix : 34 mn

4 à 6 personnes

1 oignon  
20 g de beurre  
500 g de vin rouge du Beaujolais  
1 cube de bouillon de volaille ou bœuf  
Sel et poivre  
800 g de pommes de terre moyennes  
1 saucisson de Lyon frais à cuire pour 6 personnes  
1 c. à soupe Maïzena

## Conseil du sommelier ●●●

Chénas AOC : un donnant-donnant : la vivacité du vin, ainsi que sa netteté, son côté presque tranchant vont alléger le saucisson plutôt gras, qui lui, mettra en valeur le fruité du Chénas et l'assouplira (Servir à 15-16°).

- Eplucher l'oignon et le couper en deux. Mettre dans le bol et mixer **5 sec / vitesse 5**.
- Ajouter le beurre et régler **2 mn / 100° / vitesse 2**.
- Ajouter le vin, le bouillon cube, le sel et le poivre. Eplucher les pommes de terre et les couper en 2 ou 4 selon la taille.
- Mettre dans le Varoma le saucisson entier non piqué et les pommes de terre autour. Régler **30 à 35 mn / Varoma / vitesse 2**.
- A l'arrêt de la minuterie, vider le contenu du Varoma dans un plat de service et réserver au chaud.
- Ajouter la Maïzena dans le bol et régler **2 mn / 100° / vitesse 2**.
- Servir la sauce avec le saucisson de Lyon en rondelles et les pommes vapeur.



# Terrine bressane

Préparation : 10 mn + Thermomix : 10 sec + Cuisson au four : 2 h 30

250 g d'escalope de poulet  
200 g de lardons fumés  
150 g de chair à saucisse  
200 g de foie de volaille  
1 œuf  
1 oignon  
1 gousse d'ail  
1 poignée de persil  
1 c. à soupe de Cognac  
1 c. à café de poivre vert ou  
1 poignée de pistaches décortiquées  
Sel  
Poivre  
quelques bardes de lard gras  
1 feuille de laurier

- Préchauffer le four à 150° (th. 5).
- Mettre tous les ingrédients (exceptés le laurier et les bardes de lard) dans le bol et mixer **10 à 20 sec / vitesse 8** (jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène).
- Garnir une terrine des bardes de lard et la remplir de la préparation. Bien tasser et mettre la feuille de laurier dessus. Couvrir la terrine et souder les bords avec un mélange de farine et d'eau.
- Cuire au four au bain-marie environ 2 h 30 à 150° (th. 5).
- Laisser refroidir avant d'ouvrir et démouler.

## Conseil Thermomix

Pour un résultat plus raffiné, hachez la moitié du poulet et des foies de volaille et coupez l'autre moitié en fines lamelles. Faites revenir les foies de volaille dans du beurre et flambez-les au Cognac. Ajoutez des cèpes ou des girolles émincés à la préparation.

## Conseil du sommelier ●●●

Bougueil AOC : la dominante aromatique fumée et épicée de la terrine s'accordera parfaitement au fruité intense du vin, les tannins s'intégreront à la texture fondante.



# Index Alphabétique

## A

- Aligot .....18
- Andouillettes au Vouvray .....28

## B

- Bavaois de mangues .....37
- Bœuf bourguignon .....24
- Broyé du Poitou .....78

## C

- Cancoillotte .....40
- Canistrellis .....36
- Cannelés .....16
- Charlotte normande .....70
- Chaussons aux pommes .....30
- Choucroute .....6
- Choux farcis .....20
- Clafoutis tutti fruti .....54
- Confiture d'oignons rouges .....71
- Coquilles Saint-Jacques au coulis de corail .....68
- Couscous de crevettes et sa bisque .....80
- Cramique (brioche du Nord) .....64
- Croquants de Cordes .....62

## D

- Daube de canard au Madiran .....62

## E

- Escalope de saumon de Loire au Pouilly fumé .....72

## F

- Falette Auvergnate .....19
- Fiadone .....36
- Ficelles picardes .....74
- Filet de loup au jus de chasselas .....52
- Flamiche picarde .....76
- Flan aux asperges .....32
- Flaugarde aux poires .....19
- Foie gras de canard .....12
- Fondue forestière aux quatre fromages .....85
- Fouace .....60
- Fougasse .....82

## G

- Galetous .....56
- Galettes au sarrasin .....25
- Galettes de pommes de terre au saumon mariné .....8
- Gâteau limousin .....53
- Gâteau aux quetsches .....58
- Gâteau battu .....76
- Gâteau breton .....26
- Gâteau champenois .....31
- Gâteau de ménage .....42
- Gâteau lorrain .....58
- Gratin de fruits au sabayon de Champagne .....31
- Gratin francomtois .....44

## L

Lotte à la nîmoise .....52

## M

- Malouinade .....25
- Marmelade d'abricots à l'orange et aux amandes .50
- Marmite du pêcheur .....84
- Mouclade .....78

## O

Oeufs en meurette .....22

## P

- Pâté de pommes de terre à la viande .....53
- Pithiviers .....45
- Pommes de terre Bonnottes farcies aux escargots ..77
- Porc du verger normand .....70
- Pruneaux au Porto .....11

## R

- Ropfkuche de Rosheim .....10
- Rougail aux crevettes .....38

## S

- Saint-Honoré .....48
- Salade d'huîtres en vinaigrette .....11
- Sardines à la Corsica .....34
- Sauce bordelaise .....14
- Saucisses de Montbéliard à la crème de lentilles 42
- Saucisson de Lyon à la sauce beaujolaise .....86
- Sauté de veau Marengo .....46
- Soupe de fraises et melon à la crème de cassis .24
- Soupe à l'oignon .....46
- Soupe aux quetsches et glace à la cannelle ...8

## T

- Tapenade .....84
- Tarte au maroilles .....66
- Tarte au sucre .....63
- Tarte flambée .....10
- Terrine bressane .....88

## W

- Welsh Rarebit .....63



**Recettes rapides**



**Recettes économiques**



**Recettes légères**



**Recettes créatives**

# Index thématique

## Les entrées

Galettes de pommes de terre au saumon mariné	.8
Salade d'huîtres en vinaigrette	.11
Foie gras de canard	.12
Galetous	.56
Flamiche picarde	.76
Pommes de terre Bonnottes farcies aux escargots	.77
Mouclade	.78

## Les accompagnements

Sauce bordelaise	.14
Aligot	.18
Confiture d'oignons rouges	.71
Tapenade	.82

## Les poissons

Malouinade	.25
Sardines à la Corsica	.34
Rougail aux crevettes	.38
Lotte à la nîmoise	.52
Filet de loup au jus de chasselas	.52
Coquilles Saint-Jacques au coulis de corail	.68
Escalope de saumon de Loire au Pouilly fumé	.72
Couscous de crevettes et sa bisque	.80
Marmite du pêcheur	.84
Soupe à l'oignon	.46

## Les viandes

Sauté de veau Marengo	.4
Choucroute	.6
Falette Auvergnate	.19
Bœuf bourguignon	.24
Andouillettes au Vouvray	.28
Daube de canard au Madiran	.62
Porc du verger normand	.70

## Les plats quotidiens

Tarte flambée	.10
Choux farcis	.20
Oeufs en meurette	.22
Galettes au sarrasin	.25
Flan aux asperges	.32
Cancoillotte	.40
Saucisses de Montbéliard à la crème de lentilles	.42
Gratin francomtois	.44
Soupe à l'oignon	.46
Pâté de pommes de terre à la viande	.53
Welsh Rarebit	.62
Tarte au maroilles	.66
Ficelles picardes	.74
Fondue forestière aux quatre fromages	.85
Saucisson de Lyon à la sauce beaujolaise	.86
Terrine bressane	.88

## Les gâteaux

Gâteau champenois .....	31
Fiadone .....	36
Gâteau de ménage .....	42
Pithiviers .....	45
Saint-Honoré .....	48
Gâteau limousin .....	53
Gâteau lorrain .....	58
Tarte au sucre .....	63
Charlotte normande .....	70
Broyé du Poitou .....	78

## Les desserts

Soupe aux quetsches et glace à la cannelle ...	8
Ropfkuche de Rosheim .....	10
Pruneaux au Porto .....	11
Cannelés .....	16
Flaugnarde aux poires .....	19
Soupe de fraises et melon à la crème de cassis ..	24
Gâteau breton .....	26
Chaussons aux pommes .....	30
Gratin de fruits au sabayon de champagne ...	31
Canistrellis .....	36
Bavarois de mangues .....	37
Marmelade d'abricots à l'orange et aux amandes ..	50
Clafoutis tutti fruti .....	54
Gâteau aux quetsches .....	58
Croquants de Cordes .....	62

## Les pains

Fouace .....	60
Cramique .....	64
Gâteau battu .....	76
Fougasse .....	82

Achévé d'imprimer en février 2008  
sur les presses de l'Imprimerie Wauquier  
Bonnières-sur-Seine (France)  
Tél. : 01 30 93 13 13

ISBN 978-2-916912-02-8

## REMERCIEMENTS

Nous remercions tous nos clients et clientes, nos conseillères, conseillers et responsables Thermomix qui nous ont dévoilé leurs recettes pour faire de ce livre une vraie balade dans la France gourmande :

Cathy Joubert, Sylvana Saber, Gary Boidin, M. Dupuydenus, Jean-Yves Moron, Dominique Legrand, Elisabeth Besançon, Francis Prevot, Cathy Jung, Marie-Hélène Puel, Magalie Tillet, Lucette Jourdan, Marthe Angeli, Arlette Bonnevie, Mireille Lacaze.



Merci aussi à toutes les personnes qui ont participé aux tests recettes pour leur enthousiasme et leur sérieux :

Catherine Guede, Anne-Sophie Hamot, Annie Pelamourgues, Nathalie Gautheron, Catherine Dubois, Florent Tabutin, Angélique Marguillard, José Canadas, Grégory Gangneux, Audrey Charles, Jean-Paul Bonnaire, Anne Bernabeu et Emmanuelle Dupeuble



Un grand merci à notre partenaire Winepassion.com pour tous les « Conseils du sommelier » qui apportent la touche finale à ce livre. Retrouvez tous les vins du livre et ceux des vignobles français et étrangers sur leur site Internet : <http://www.winepassion.com>



*Le meilleur pour votre famille*

© Vorwerk International Mittelsten Scheid & Co, 2005.

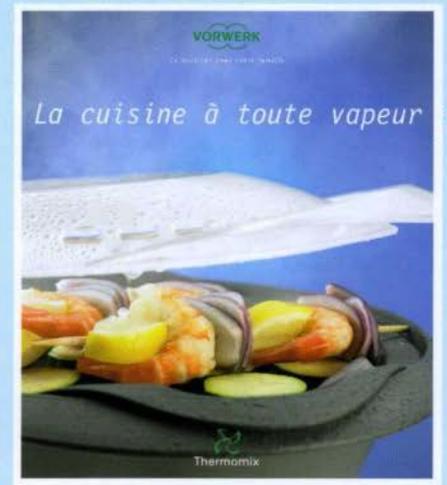
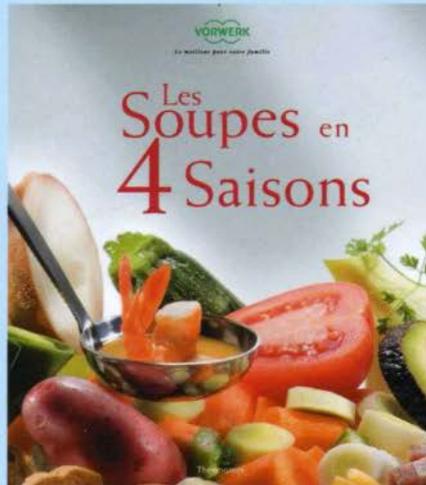
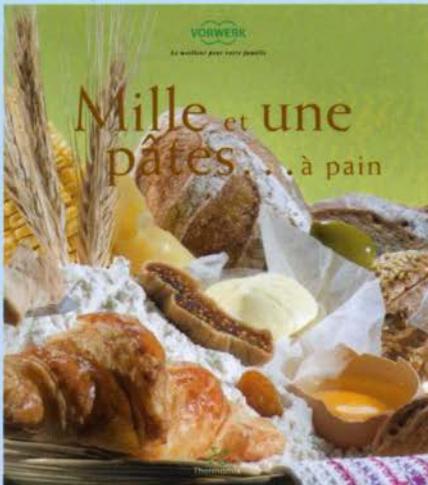
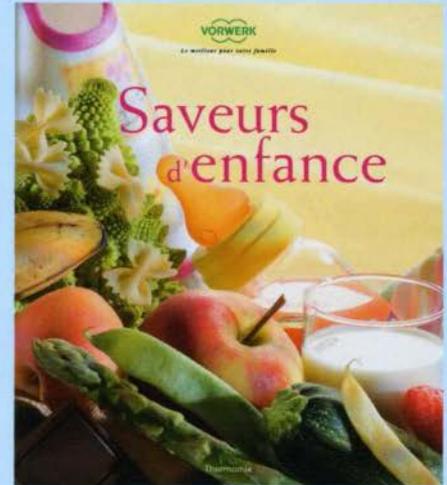
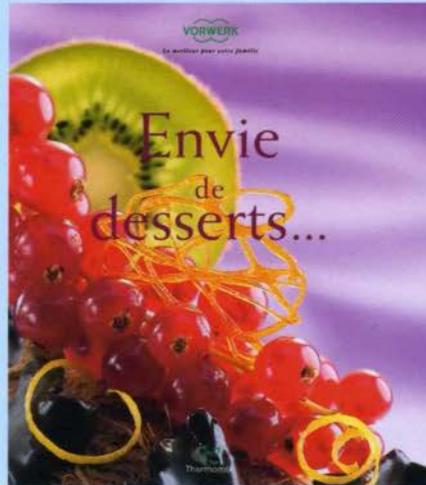
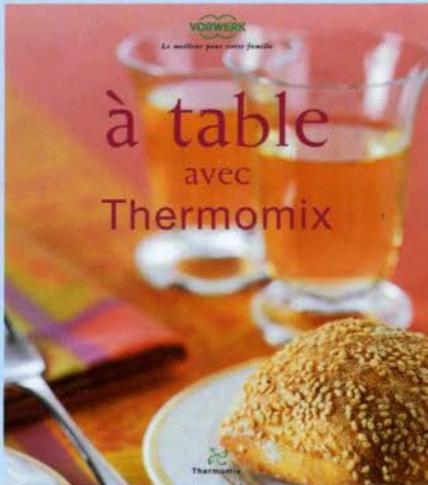
Vorwerk France  
Société en commandite simple  
5, rue Jacques Daguerre  
Case Postale 40 626  
44306 Nantes Cedex 3  
Tél : 02 5185 47 47  
[www.thermomix.fr](http://www.thermomix.fr)



**Thermomix**



*Le meilleur pour votre famille*



\*A partir de juillet 2008

Pour compléter votre bibliothèque, contactez votre conseillère,  
le service client au 02 51 85 47 47  
ou connectez vous sur notre site : [www.thermomix.fr](http://www.thermomix.fr)