

Ce livre foisonne d'idées originales pour confectionner pizzas et toasts chauds. Vous n'aurez que l'embarras du choix entre les délicieuses garnitures, les divers fonds de pizzas et pains pour toasts.

FIORÉDITIONS

Anne Wilson

# PIZZAS ET TOASTS

ISBN 88-7525-037-5



9 788875 250379

## Précision utiles

Très facile



Facile



Difficile



Les mesures utilisées sont les grammes, litres, cuillères à café, cuillères à soupe et, moins commun, les tasses ou bols.

Une tasse ou un bol équivaut à 250 ml.

Vous pouvez trouver le bol doseur adéquat dans le commerce ou utiliser à la place une tasse avec un contenu de 250 ml. Les œufs utilisés dans les recettes pèsent en moyenne 60 g.

Le contenu des boîtes de conserves dans les commerces varie, prenez donc la taille qui s'approche de celle qui est utilisée dans nos recettes.

### Quantités indiqués

Tasse/Bol = 250 ml  
Cuil. à soupe = 20 ml  
Cuil. à café = 5 ml

Copyright © 2003 Murdoch Books® a division of Murdoch Magazines Pty Limited,  
GPO Box 1203, Sydney NSW 2001, Australie

Tous droits réservés. Aucune partie de ce livre ne peut être reproduite sous quelque forme ou par quelque moyen électronique ou mécanique que ce soit, y compris des systèmes de stockage d'information ou de recherche documentaire, sans l'autorisation écrite de l'éditeur.

Titre original : *Pizzas & Melts*

Copyright © 2003 pour l'édition française  
Publishing 2000 – Fioredizioni Srl

Tél. +39 06 30 36 28 98 Fax. +39 06 30 36 14 13  
email: publishing2000@tin.it

Impression et reliure : Sing Cheong Printing Co. Ltd.  
Imprimé à Hong Kong, Chine

ISBN 88-7525-037-5  
10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

Anne Wilson

# PIZZAS ET TOASTS



## Pizzas pour buffets

Ces délicieuses gourmandises sont idéales pour les repas réunissant de nombreux convives. Amusantes à confectionner et offrant une large palette de saveurs, elles seront appréciées de tous.

### Pita à l'ail et à l'olive

Retirez l'enveloppe de deux grosses têtes d'ail que vous posez dans un plat allant au four et arrosez d'huile d'olive. Faites cuire 1 heure dans le four préchauffé à 180 °C. Après les avoir laissées refroidir, pressez la chair dans un saladier et écrasez-la avec une fourchette. Étalez cette pâte sur 4 petits pitas, et garnissez avec 120 g d'olives de Kalamata dénoyautées et hachées, ainsi qu'1 tasse de mozzarella râpée. Posez sur une plaque de cuisson et faites cuire 15 minutes au four jusqu'à ce que le fromage soit fondu et doré. Coupez chaque pita en 6 petites portions et servez aussitôt. Pour 24 portions.

### Toasts aux crevettes et au pesto

Coupez une baguette de la veille en morceaux de 1 cm que vous posez sur une plaque de cuisson. Faites cuire 10 minutes à four moyen (180 °C), en les retournant une fois, jusqu'à ce qu'ils soient croustillants, sans les faire brûler. Laissez refroidir et étalez sur le pain 3/4 de tasse de pesto que vous recouvrez avec 350 g de petites crevettes (4 par morceau) et 250 g de mozzarella finement coupée. Laissez 10 minutes au four, jusqu'à ce que le fromage soit fondu (la mozzarella ne dore pas comme les autres fromages). Pour 45 portions.

### Triangles de saumon fumé

Prenez 2 fonds de pâte feuilletée. Coupez chacun en 9 carrés, puis chacun en deux dans la diagonale pour obtenir 18 triangles. Posez-les sur une plaque de cuisson graissée et laissez-les 5 minutes au four à 180 °C. Aplatissez-les légèrement à la sortie du four. Coupez un morceau de brie de 125 g en 36 portions que vous posez sur les triangles. Garnissez de saumon fumé et faites cuire au four 7 minutes pour faire dorer la pâte. Décorez d'aneth et servez aussitôt. Pour 36 portions.

De haut en bas et de gauche à droite : pita à l'ail et à l'olive, toasts au pesto et aux crevettes, triangles de saumon fumé.



### Biscuits aux piments doux

Tranchez finement 125 g de piments doux que vous faites dorer dans une poêle non adhésive; épongez avec du papier absorbant. Coupez 150 g de tomates-cerises en 4 tranches chacune. Garnissez des biscuits salés ronds de poivron doux, tomate et 100 g de cheddar finement coupé. Faites cuire sous le grill chaud et servez aussitôt. Pour 65 portions.

### Mini-pizzas aux lardons

Coupez finement 6 tranches de lard et faites-les dorer dans une poêle non adhésive; épongez-les sur du papier absorbant. Répartissez 2/3 de tasse de sauce à pizza entre 4 petits fonds de pizza (environ 15 cm de diamètre) et étalez-la régulièrement. Garnissez de lardons et d'1 tasse de mozzarella finement râpée. Faites cuire 15 minutes à four moyen (180 °C) et décorez de ciboulette fraîche. Coupez chaque fond de pizza en 8 morceaux avant de servir. Pour 32 portions.

### Carrés de pissaladière

Émincez finement 5 oignons moyens que vous faites dorer 20 minutes à feu doux dans 1 cuillerée à soupe d'huile. Laissez refroidir. Prenez 2 fonds de pâte feuilletée et répartissez dessus 1/3 de tasse de pâte d'olive. Coupez chaque fond de pâte en 36 petits carrés que vous garnissez avec un peu d'oignon. Coupez 18 tomates-cerises en quatre. Posez-les sur l'oignon et recouvrez de petits morceaux d'anchois. Mettez sur une plaque de cuisson graissée, puis faites cuire 15-20 minutes au four préchauffé à 180 °C, jusqu'à ce que les pizzas soient croustillantes. Servez aussitôt. Pour 72 portions.

### Mini-pizzas au jambon et à l'ananas

Prenez 2 fonds de pizza ronds de 30 cm de diamètre (le plus fins possible) et découpez dedans des cercles de 6 cm de diamètre avec un emporte-pièce. Garnissez avec 1/4 de tasse de sauce à pizza, 150 g de mozzarella, 100 g de jambon haché et 1/2 tasse d'ananas égoutté et écrasé. Faites cuire 15 minutes au four préchauffé à 180 °C. Servez aussitôt. Pour 30 portions.

De haut en bas et de gauche à droite : pizzas aux lardons, biscuits aux piments doux, pizzas au jambon et à l'ananas, carrés de pissaladière.



## Pâte et sauce à pizza

On trouve dans le commerce des fonds de pizzas et des sauces. Si vous préférez les fabriquer vous-même, aidez-vous de ces recettes simples, faciles et rapides à réaliser.



### Fond de pizza

**Préparation :**  
20 minutes  
**Cuisson :** voir recettes  
Poser 1 fond de pizza épais ou 2 minces de 30 cm de diamètre



7 g de levure de boulanger en sachet  
1/2 cuillerée à café de sel  
1/2 cuillerée à café de sucre  
1 tasse d'eau chaude  
2 1/2 tasses de farine  
2 cuillerées à soupe d'huile d'olive  
2 cuillerées à café de semoule de blé ou de polenta

1. Mettez la levure, le sel, le sucre et l'eau dans un petit saladier. Couvrez de film plastique et laissez reposer 10 minutes, jusqu'à ce que le mélange devienne mousseux. Tamisez la farine dans un saladier. Faites une fontaine au centre, ajoutez la préparation à la levure et mélangez

sous forme de pâte.  
2. Pétrissez la pâte pendant 5 minutes sur un plan de travail fariné, pour qu'elle devienne élastique. Étalez-la sous la forme d'un cercle de 35 cm ou divisez-la d'abord en deux si vous désirez obtenir deux fonds de pizza de même dimension.

3. Badigeonnez d'huile un moule de 30 cm que



Laissez reposer la préparation pour obtenir un mélange mousseux.

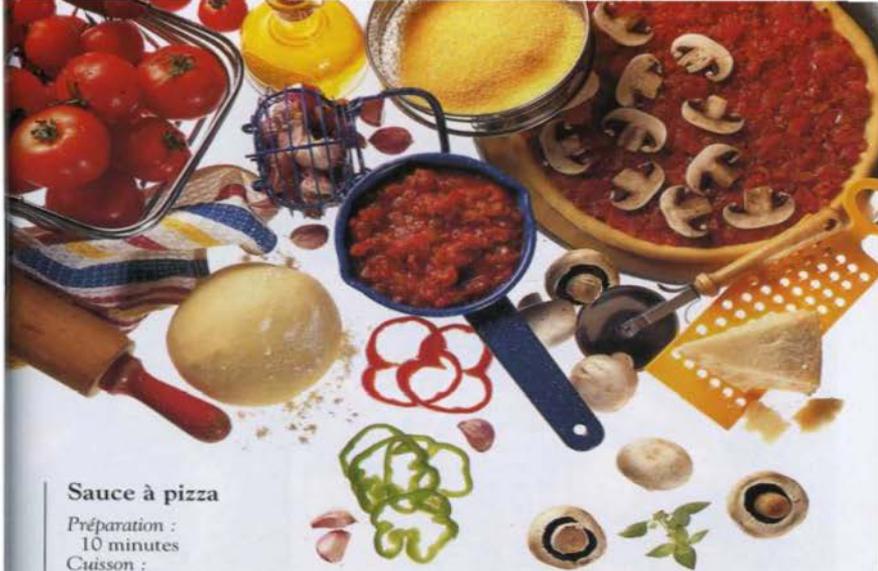


Repliez le bord de la pâte pour le consolider.

vous saupoudrez de semoule ou de polenta. Foncez le moule et repliez le bord de la pâte pour le consolider. Garnissez et faites cuire suivant la recette.  
**Variantes :**  
**Pour un fond de pizza complet :** prendre 1 tasse et demie de farine blanche et 1 tasse de farine complète.

**Pour un fond de pizza à la polenta :** prendre 2 tasses de farine et 1/2 tasse de polenta.

**Note :** vous pouvez préparer la pâte 1 jour à l'avance. Mettez-la dans un saladier graissé, couvrez de film plastique et laissez au frais. Avant de l'utiliser, laissez-la un peu à température ambiante et pétrissez-la pendant 2 minutes avant de l'étaler. Vous pouvez également mettre la pâte au congélateur où elle se conserve 4 mois. Faites-la décongeler pendant la nuit dans le réfrigérateur et laissez-la à température ambiante avant de l'utiliser.



### Sauce à pizza

**Préparation :**  
10 minutes  
**Cuisson :**  
15 minutes  
**Pour 1 tasse 1/2 de sauce**



1 cuillerée à soupe d'huile d'olive  
1 oignon moyen, finement haché  
2 gousses d ail écrasées  
425 g de tomates en conserve, concassées  
1 cuillerée à café de basilic séché  
1 cuillerée à café d'origan séché  
1 cuillerée à café de sucre  
Sel et poivre

1. Faites revenir l'oignon pendant 5 minutes dans l'huile chaude à feu doux. Ajoutez l'ail et remuez pendant 1 minute.  
2. Incorporez les tomates, les herbes et le sucre, et continuez à faire mijoter pendant 10 minutes jusqu'à ce que le mélange épaississe. Poivrez et salez. Laissez refroidir avant usage.

**Note :** la sauce se conserve 2 jours au

réfrigérateur dans un récipient hermétique ou 2 mois au congélateur. Vous pouvez en préparer une quantité importante que vous utiliserez en plusieurs fois.



Incorporez les tomates et les herbes pour épaissir la sauce.

Même si l'on peut se procurer dans le commerce des fonds de pizzas et des sauces, rien ne vaut le plaisir de les fabriquer soi-même avec des ingrédients frais.

## Pizzas

Voici d'excellentes recettes de pizzas, telles la pizza surprise ou celle au jambon et à l'ananas. Vous n'aurez que l'embaras du choix entre les garnitures originales et les fonds variés, comme le pita ou la focaccia.

### Pizza surprise

Préparation :  
20 minutes  
Cuisson :  
33 minutes  
Pour 4 personnes



Fond de pizza de 30 cm  
acheté  
1 portion de sauce à pizza  
achetée  
1 cuillerée à soupe d'huile  
d'olive  
1 poivron vert moyen,  
haché  
100 g de petits champignons  
de Paris émincés  
1 tasse de mozzarella râpée  
45 g de jambon coupé en  
lanières de 1 cm  
45 g de cabanossi finement  
coupé  
30 g de salami en tranches,  
coupées en quatre  
2 tranches d'ananas,  
égouttées et coupées en  
morceaux  
2 cuillerées à soupe d'olives  
noires dénoyautées et  
hachées

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Graissez un moule de 30 cm de diamètre. Posez dedans le fond de pizza et étalez la sauce régulièrement. Faites revenir le poivron et les champignons pendant 2 minutes dans l'huile chaude, à feu moyen, et réservez.
2. Parsemez les trois quarts du fromage sur le fond de pizza. Posez dessus la préparation au poivron. Répartissez ensuite le jambon, le cabanossi, le salami, l'ananas et les olives. Saupoudrez avec le reste de fromage.
3. Faites cuire 30 minutes au four jusqu'à ce que la pâte soit dorée et le fromage fondu. Coupez en morceaux et servez.

**Note :** vous pouvez varier la garniture à votre guise avec piments, anchois, bœuf haché.

*Pizza surprise.*





### Mini-pizzas au poulet sauce satay

Préparation :

20 minutes

Cuisson :

25 minutes

Pour 6 personnes



2 blancs de poulet  
6 petits pitas ovales  
1 oignon rouge moyen,  
finement émincé  
400 g d'épis de maïs en  
consERVE, coupés en deux  
1/4 de tasse de basilic frais  
ciselé

#### Sauce satay

2 cuillerées à café d'huile

1 petit oignon finement

haché

1/4 de cuillerée à café de  
curcuma

1/4 de cuillerée à café de  
piment en poudre

1/4 de cuillerée à café d'ail  
en poudre

1/2 cuillerée à café de sucre  
roux

2 cuillerées à café de sauce  
de soja

1/3 de tasse de beurre de  
cacahuètes

1/4 de tasse de lait de coco

1. Préchauffez le four à  
chaleur moyenne  
(210 °C ou 190 °C pour  
un four à gaz).  
Remplissez une grande  
poêle d'eau à mi-hauteur

et portez à ébullition.  
Ajoutez le poulet et  
laissez frémir 7 minutes,  
en le retournant une  
fois. Retirez-le et laissez-  
le refroidir.

2. Pour préparer la  
sauce satay, faites  
revenir l'oignon pendant  
2 minutes dans l'huile  
chaude. Ajoutez le  
curcuma, le piment et  
l'ail que vous remuez  
pendant 1 minute.  
Incorporez le sucre, la  
sauce de soja, le beurre  
de cacahuètes et le lait  
de coco; mélangez à feu  
doux pendant 1 minute  
pour obtenir une  
préparation homogène.  
Versez dans un saladier  
et laissez refroidir.

3. Coupez le poulet en  
fines lamelles. Réservez  
un tiers de la sauce.  
Trempez le poulet dans  
le reste de sauce et  
remuez délicatement.

4. Étalez la sauce  
réservee sur le pita.  
Disposez dessus l'oignon,  
les épis de maïs et le  
poulet. Faites cuire au  
four 15 minutes, jusqu'à  
ce que le pain soit  
croustillant. Saupoudrez  
de basilic et servez.

**Note :** le pita se vend  
dans différentes tailles et  
constitue d'excellents  
fonds de pizzas.

### Pizza aux fruits de mer

Préparation :

10 minutes

Cuisson :

20 minutes

Pour 4-6 personnes



Fond de pizza acheté  
de 30 cm

1/2 tasse de sauce à pizza  
achetée

170 g de miettes de crabe en  
consERVE, bien égouttées

200 g de petites crevettes  
décoriquées

100 g d'huîtres

3/4 de tasse de mozzarella  
râpée

Poivre noir fraîchement  
moulu

1 cuillerée à soupe d'origan  
frais

1. Préchauffez le four à  
chaleur moyenne  
(210 °C ou 190 °C pour  
un four à gaz). Posez le  
fond de pizza sur une  
plaque de cuisson et  
étalez la sauce dessus.

2. Répartissez les miettes  
de crabe, les crevettes,  
les huîtres, puis le  
fromage.

3. Saupoudrez de poivre  
et faites cuire 20 minutes  
au four, jusqu'à ce que le  
fromage soit fondu et la  
pâte croustillante.  
Parsemez d'origan et  
servez aussitôt.

Pizza aux fruits de mer (en haut)

et mini-pizzas au poulet sauce satay (en bas).

## Pizza végétarienne

Préparation :

20 minutes + fond et sauce

Cuisson :

25 minutes

Pour une pizza de 30 cm



1/2 portion de sauce à pizza

(p. 5)

1 fond de pizza mince à la polenta (p. 4)

1 petit poivron rouge, finement haché

1 petit poivron vert, finement haché

75 g de champignons de Paris émincés

1 tasse de morceaux d'ananas, bien égouttés

270 g de grains de maïs en conserve, bien égouttés

1 tasse de mozzarella râpée

1 cuillerée à café d'herbes séchées mélangées

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne

(210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Étalez la sauce sur le fond de pizza.

Parsemez de poivron rouge et vert et disposez les champignons dessus.

2. Répartissez les morceaux d'ananas et les grains de maïs sur les champignons, puis saupoudrez de fromage et d'herbes.

3. Faites cuire 25 minutes au four, jusqu'à ce que la pâte soit dorée. Attendez

5 minutes avant de couper pour servir.

## Pizza à la viande

Préparation :

20 minutes + fond et sauce

Cuisson :

35 minutes

Pour 4-6 personnes



4 tranches de bacon, coupées

en morceaux de 2 cm

350 g de bœuf haché

1 portion de sauce à pizza

(p. 5)

1 fond de pizza épais (p. 4)

100 g de tranches de salami, coupées en morceaux

150 g de tranches de jambon, coupées en dés de 2 cm

1 tasse de mozzarella râpée

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne

(210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Faites dorer le bacon pendant

4 à 5 minutes à feu moyen dans une poêle non adhésive, puis

épongez-le avec du papier absorbant.

2. Mettez le bœuf dans la poêle et faites-le revenir pendant

5 minutes à feu moyen jusqu'à ce que presque tout le liquide se soit évaporé. Séparez les

morceaux avec une fourchette. Versez la sauce et mélangez bien.

Faites refroidir la

préparation dans un saladier.

3. Étalez-la sur le fond de pizza. Disposez dessus les lardons, le salami, le jambon, et saupoudrez de fromage.

Faites cuire 25 minutes au four, jusqu'à ce que la pâte soit dorée. Attendez

5 minutes avant de couper pour servir.

## Pizza à l'œuf et au bacon

Préparation :

15 minutes

Cuisson :

25 minutes

Pour 4 personnes



8 tranches de bacon

1 tasse de sauce à pizza achetée

4 fonds de pizza individuels achetés

1 tasse de cheddar râpé

4 petits œufs

1/4 de tasse de cheddar râpé en extra

Origan frais pour la décoration

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne

(210 °C ou 190 °C au gaz). Retirez la couenne du lard et coupez des

morceaux de 2 cm. Faites dorer le bacon

pendant 5 minutes à feu moyen, puis épongez-les avec du papier

absorbant.



Pizza à la viande (haut), pizza à l'œuf et au bacon (centre) et pizza végétarienne (bas).

2. Étalez la sauce sur les fonds de pizza que vous posez sur une plaque de cuisson. Répartissez dessus le bacon et saupoudrez de fromage.

Creusez le fromage au milieu et cassez-y délicatement un œuf. Parsemez un peu de fromage dessus.

3. Laissez 20 minutes au four, jusqu'à ce que l'œuf soit cuit, le fromage fondu et la pâte dorée. Décorez d'origan et servez.

## Tourte à la viande et aux légumes

Préparation :

15 minutes  
+ fond et sauce

Cuisson :

30 minutes

Pour 4-6 personnes



1 portion de pâte à pizza, non étalée (p. 4)  
250 g de porc et veau hachés  
1/2 portion de sauce à pizza (p. 5)

1 poivron rouge moyen, finement haché

1 poivron vert moyen, finement haché

75 g de champignons de Paris émincés

350 g de tomates olivettes coupées en tranches

1/3 de tasse d'olives vertes farcies, coupées en rondelles

1 1/2 tasse de mozzarella râpée

1/2 tasse de parmesan coupé en lamelles  
1 cuillerée à soupe d'huile d'olive

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Huilez un moule à bords hauts de 26 cm de diamètre. Recouvrez le fond et les parois de polenta et faites tomber l'excédent. Étalez la pâte, puis posez-la dans le moule en recouvrant les parois presque jusqu'en haut. Repliez le bord pour le consolider.

2. Faites dorer la viande pendant 3-5 minutes à feu moyen dans une poêle non adhésive; séparez les morceaux avec une fourchette. Laissez égoutter le jus, puis faites refroidir.

3. Étalez la sauce à pizza sur le fond. Répartissez

la viande, le poivron rouge et vert, puis les champignons. Disposez les tranches de tomates sur le dessus. Parsemez d'olives, de mozzarella et de parmesan.

4. Badigeonnez d'huile d'olive le bord de la pâte. Faites cuire 25 minutes à four moyen jusqu'à ce que le fromage soit fondu et la pâte dorée. Attendez 5 minutes avant de couper pour servir.

**Note :** la croûte de cette pizza est plus épaisse que celle des autres.



Tourte à la viande et aux légumes



Étalez la pâte et foncez-en un moule, en repliant le bord pour le consolider.



Séparez les morceaux de viande avec une fourchette pendant la cuisson à feu moyen.



Répartissez les morceaux de poivron et de champignons sur la viande.



Après avoir saupoudré la garniture de fromage, badigeonnez d'huile le bord de la pâte.



## Pizza grecque

Préparation :

20 minutes + sauce

Cuisson :

20 minutes

Pour 4 personnes



500 g d'épinards

50 g d'olives de Kalamata

1/2 portion de sauce à pizza  
(p. 5)

4 pitas ronds de 17 cm de  
diamètre

1/3 de tasse de raisins secs

1/4 de tasse de pignons de pin  
200 g de feta

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Coupez et jetez les tiges des épinards; lavez les feuilles dans l'eau froide. Mettez-les dans une grande casserole et mouillez d'eau. Faites cuire à feu doux et à couvert, en remuant, jusqu'à ce qu'elles soient tendres, puis laissez refroidir.

2. Pressez les épinards pour en extraire l'eau et détaillez-les en fines lanières. Dénoyotez les olives avant de les couper en quatre. Étalez la sauce à pizza sur les pitas, puis répartissez dessus les épinards.

3. Parsemez olives, raisins secs et pignons de

pin sur les épinards, puis émiettez la feta. Posez les pizzas sur une plaque de cuisson et faites cuire 15 minutes au four, jusqu'à ce que le fromage soit doré et la pâte croustillante. Servez aussitôt.

## Pizza aux légumes et au fromage de chèvre

Préparation :

30 minutes + fond

Cuisson :

35 minutes

Pour 4-6 personnes



1 poivron rouge moyen

2 cuillerées à café d'huile

1 petit oignon finement  
haché

2 gousses d'ail écrasées

2 courgettes moyennes

2 aubergines moyennes

2 tomates moyennes,

coupées en tranches

1 fond de pizza mince (p. 4)

1/4 de tasse de basilic frais,

finement ciselé

Sel et poivre

100 g de patate douce,

coupée en tranches fines

Huile d'olive

100 g de fromage de chèvre,

coupé en morceaux

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210° ou 190 °C pour un four à

gaz). Coupez le poivron en quatre dans la longueur. Retirez les graines et la membrane, posez les morceaux sur une plaque de cuisson, la peau sur le dessus, et laissez 5 minutes sous le grill chaud, jusqu'à ce qu'elle noircisse. Laissez refroidir après avoir recouvert d'un torchon. Pelez le poivron et coupez la chair en lanières de 1 cm.

2. Faites revenir l'oignon pendant 4 minutes dans l'huile chaude à feu doux. Ajoutez l'ail et faites cuire encore 1 minute. Laissez refroidir.

3. Coupez les courgettes et les aubergines en longues lamelles fines, puis celles-ci en deux. Disposez les tomates sur le fond de pizza et étalez dessus la préparation aux oignons. Saupoudrez de basilic, sel et poivre.

4. Répartissez la patate douce, les courgettes et les aubergines, puis arrosez d'huile d'olive. Ajoutez enfin le poivron et le fromage de chèvre. Badigeonnez le bord de la pâte d'huile d'olive et faites cuire 25 minutes au four, jusqu'à ce que la croûte soit dorée. Coupez en morceaux et servez aussitôt

**Note :** la saveur forte du fromage de chèvre ne convenant pas à tout le monde, vous pouvez le remplacer par de la feta.

Pizza grecque (en haut) et pizza aux légumes et au fromage de chèvre (en bas).

## Pizza Santa Fe

Préparation :  
15 minutes + fond  
Cuisson :  
25 minutes  
Pour 4 personnes



350 g de tomates concassées  
3 oignons de printemps,  
finement émincés  
2 cuillerées à soupe de  
coriandre fraîche, ciselée  
1 cuillerée à soupe d'huile  
d'olive  
1 cuillerée à café de vinaigre  
de vin rouge  
1 gousse d'ail écrasée  
1 fond de pizza mince à la  
polenta (p. 4)  
60 g de salami espagnol,  
coupé en menus morceaux  
1/4 de tasse de piments  
jalapeño en conserve,  
égouttés et coupés  
1/4 de tasse de cheddar râpé  
Origan pour la décoration

1. Préchauffez le four à  
chaleur moyenne  
(210 °C ou 190 °C pour  
un four à gaz). Mélangez  
dans un saladier les  
tomates, les oignons, la  
coriandre, l'huile, le  
vinaigre et l'ail; laissez  
reposer 10 minutes.  
2. Égouttez la  
préparation avant de  
l'étaler sur le fond de  
pizza. Parsemez le salami  
et les piments, puis  
saupoudrez de fromage.  
Faites cuire 25 minutes  
au four, jusqu'à ce que la  
croûte soit dorée et

croustillante. Décorez  
d'origan. Coupez en  
morceaux et servez  
aussitôt.

## Pizza au poulet

Préparation :  
20 minutes  
+ fond et sauce  
Cuisson :  
25 minutes  
Pour 4 personnes



1/2 portion de pâte à pizza à  
la polenta, non étalée  
(p. 4)  
1/2 portion de sauce à pizza  
(p. 5)  
1/4 de tasse de sauce pour  
barbecue  
1/2 poulet rôti acheté  
1 oignon rouge moyen,  
émincé  
1 tasse de gruyère râpé  
80 g de tomates-cerises,  
coupées en quatre  
1 cuillerée à soupe d'huile  
d'olive  
1 cuillerée à soupe de persil  
frais haché

1. Préchauffez le four à  
chaleur moyenne  
(210 °C ou 190 °C pour  
un four à gaz). Huilez  
1 plaque de cuisson que  
vous saupoudrez de  
polenta. Divisez la pâte  
en deux et étalez-la sous  
forme de 2 ronds de  
17 cm que vous posez sur  
la plaque. Mélangez  
intimement la sauce à  
pizza et la sauce pour

barbecue, puis recouvrez-  
en les fonds de pizza.  
3. Retirez toute la viande  
du poulet, jetez les os et  
coupez la viande en  
morceaux. Garnissez les  
fonds d'oignon et de la  
moitié du fromage.  
Répartissez le poulet,  
puis disposez les tomates  
dessus.  
3. Saupoudrez le reste de  
fromage sur les pizzas.  
Badigeonnez d'huile le  
bord de la pâte et faites  
cuire 25 minutes au four  
jusqu'à ce qu'elle soit  
dorée. Parsemez de persil  
et servez.

## Pizza aux quatre fromages

Préparation :  
15 minutes  
+ fond et sauce  
Cuisson :  
10 minutes  
Pour 4-6 personnes



125 g de camembert  
150 g de bleu  
100 g de mozzarella  
1/2 portion de sauce à pizza  
(p. 5)  
Fond de pizza acheté de  
26 cm de diamètre  
1/3 de tasse de parmesan en  
lamelles  
1 cuillerée à café d'huile  
d'olive

1. Préchauffez le four à  
chaleur moyenne



À partir du haut : pizza Santa Fe, pizza aux quatre fromages, pizza au poulet.

(210 °C ou 190 °C pour  
un four à gaz). Coupez le  
camembert en dés de  
1 cm et la mozzarella en  
tranches minces;  
émiettez le bleu.  
2. Étalez la sauce à pizza

sur le fond, puis  
répartissez le camembert  
et le bleu. Disposez  
par-dessus les tranches  
de mozzarella et  
saupoudrez de parmesan.  
Badigeonnez d'huile le

bord de la pâte.  
3. Faites cuire  
10 minutes au four,  
jusqu'à ce que les  
fromages soient fondus.  
Laissez reposer 5 minutes  
avant de servir.



Pizza Tex-Mex.



Huilez une plaque de cuisson non adhésive et saupoudrez-la de polenta ou de semoule.



Mélangez la sauce et les haricots avec l'oignon et la viande.



Étalez la pâte en consolidant le bord, et garnissez avec la préparation à base de viande.



Lorsque la pizza est cuite, disposez dessus les tranches d'avocat en deux rangées.

## Pizza Tex-Mex

Préparation : 20 minutes + fond

Cuisson : 30 minutes

Pour 6-8 personnes



2 cuillerées à café d'huile

1 oignon moyen, finement haché

500 g de bœuf haché

1 1/2 tasse de sauce à tacos

425 g de haricots rouges en conserve, rincés et égouttés

1 portion de pâte à pizza, non étalée (p. 4)

1 tasse de mozzarella râpée

2 avocats moyens, coupés en tranches

1/2 tasse de crème fraîche

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Huilez une plaque de cuisson non adhésive (25 x 38 cm) et saupoudrez-la de polenta ou de semoule.

2. Faites revenir l'oignon pendant 2 minutes dans l'huile chaude d'une poêle. Ajoutez la viande, que vous faites cuire 5 minutes; elle doit être dorée et presque tout le liquide évaporé.

Incorporez la sauce à tacos et les haricots que vous mélangez, puis laissez refroidir la préparation dans un saladier.

3. Étalez la pâte sous forme de rectangle de 25 x 38 cm que vous posez sur la plaque; repliez le bord pour le consolider. Recouvrez le fond avec la préparation que vous saupoudrez de fromage. Faites cuire 25 minutes au four jusqu'à ce que la croûte soit dorée.

4. Disposez les tranches d'avocat en deux rangées sur la longueur de la pizza que vous coupez en carrés. Servez aussitôt avec une cuillerée de crème fraîche.

## Petites pizzas au pesto

Préparation :  
20 minutes + fond

Cuisson :  
20 minutes  
Pour 6 personnes



1/2 portion de pâte à pizza, non étalée (p. 4)  
6 tranches de prosciutto, coupées en diagonale en lamelles de 2 cm  
6 fonds d'artichauts coupés en quatre  
100 g de bocconcini coupé en tranches

### Pesto

1 tasse de feuilles de basilic frais  
1/4 de tasse de pignons de pin  
2 gousses d'ail  
1/4 de tasse de parmesan rapé  
1/3 de tasse d'huile d'olive

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C). Huilez une plaque de cuisson et saupoudrez-la de polenta ou de semoule. Divisez la pâte en 6 parts que vous étalez sous forme de cercles de 13 cm de diamètre.  
2. Pour le pesto, mixez pendant 1 minute le basilic, les pignons, l'ail et le fromage. Versez l'huile en filet en mixant jusqu'à obtention d'un

mélange onctueux.  
3. Garnissez chaque morceau de pâte de pesto. Disposez dessus le prosciutto, les artichauts et la mozzarella. Faites cuire 20 minutes au four, jusqu'à ce que le fromage soit fondu et la pâte dorée et croustillante. Servez aussitôt.

## Pizza à l'oignon et aux olives

Préparation :  
25 minutes + fond

Cuisson :  
55 minutes  
Pour 4 personnes



2 cuillerées à soupe d'huile d'olive  
3 gros oignons émincés  
2 gros poivrons rouges  
3/4 de tasse d'olives de Kalamata dénoyautées  
2 gousses d'ail écrasées  
1 cuillerée à soupe de câpres  
1/4 de tasse d'huile d'olive  
1/2 portion de pâte à pizza, non étalée (p. 4)  
1/2 tasse de parmesan rapé

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Huilez une plaque de cuisson et saupoudrez-la de semoule ou de polenta. Faites revenir l'oignon pendant 15 minutes à

feu doux dans l'huile chaude d'une poêle. Poursuivez la cuisson pendant 15 minutes sur feu moyen pour dorer l'oignon, puis laissez refroidir.

2. Coupez les poivrons en quatre dans la longueur. Retirez les graines et la membrane; posez-les sur une plaque, la peau sur le dessus, et laissez 5 minutes sous le gril chaud jusqu'à ce qu'elle noircisse. Lorsqu'ils sont froids, pelez-les et coupez-les en lanières de 1 cm.

3. Mixez les olives, l'ail et les câpres pendant 30 secondes. Versez l'huile en filet en faisant marcher l'appareil, jusqu'à obtention d'un mélange homogène. Divisez la pâte en quatre et étalez chaque portion sous forme de carré de 15 cm de côté. Étalez dessus la préparation aux olives, en laissant une bordure de 2 cm, et posez les pizzas sur la plaque.

4. Répartissez les oignons et le fromage sur les olives. Disposez dessus les lanières de poivron en diagonale. Faites cuire 20 minutes au four jusqu'à ce que la croûte soit dorée. Coupez en morceaux et servez aussitôt.

Pizza à l'oignon et aux olives (en haut) et petites pizzas au pesto (en bas).





### Pizza à la tomate et à la mozzarella

Préparation :

15 minutes

Cuisson :

25 minutes

Pour 2 personnes



250 g de tomates-cerises

coupées en deux

4 bocconcini coupés en quatre

1 gousse d'ail écrasée

1 cuillerée à soupe d'huile d'olive

1 focaccia ovale de 24 cm  
1/2 portion de sauce à pizza (p. 5)

Sel et poivre noir moulu

2 cuillerées à café d'origan frais

1 cuillerée à café de romarin frais

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Mixez bien les tomates, le fromage, l'ail et l'huile.

2. Posez la focaccia sur une plaque, nappez-la de sauce et faites cuire 5 minutes au four.

Sortez-la et garnissez-la de préparation à la tomate et au fromage ; salez et poivrez.

Poursuivez la cuisson pendant 20 minutes au four, jusqu'à ce que la

focaccia soit croustillante et le fromage fondu. Saupoudrez d'origan et de romarin. Coupez en morceaux et servez aussitôt.

### Pizza à la feta

Préparation :

20 minutes + fond

Cuisson :

25 minutes

Pour 4-6 personnes



3/4 de tasse de tomates séchées

1 gousse d'ail écrasée

1 cuillerée à soupe de

pinignons de pin

1/4 de tasse d'huile d'olive

200 g d'épinards

1 fond de pizza complet

mince (p. 4)

1 oignon rouge moyen,

finement émincé

2 tomates moyennes,

coupées en morceaux

8 filets d'anchois coupés en

menus morceaux

150 g de feta marinée

égouttée et émiettée

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C). Couvrez les tomates séchées d'eau bouillante et laissez reposer 5 minutes, puis égouttez

bien. Mixez pendant 20 secondes les tomates séchées. Versez l'huile en mince filet en faisant marcher l'appareil, jusqu'à obtention d'un mélange homogène.

2. Jetez les tiges des épinards et lavez bien les feuilles à l'eau froide.

Mettez-les dans une casserole et mouillez d'eau. Faites cuire à feu doux et à couvert en remuant, jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Laissez refroidir, puis égouttez sur du papier absorbant.

3. Étalez la préparation à la tomate sur le fond de pizza. Disposez dessus une couche d'épinards.

Parsemez d'oignon et répartissez les tomates coupées en quatre.

4. Ajoutez les anchois et la feta émiettée. Faites cuire 25 minutes au four jusqu'à ce que la croûte soit dorée. Coupez la pizza en morceaux et servez aussitôt.



Pizza à la feta (en haut) et pizza à la tomate et à la mozzarella (en bas).

## Pizza au piment doux

Préparation :

15 minutes

Cuisson :

20 minutes

Pour 4 personnes



Fond de pizza acheté de 30 cm

1 portion de sauce à pizza achetée

1 tasse de mozzarella ou cheddar râpé

80 g de piment doux coupé en tranches fines

50 g de salami, coupé en tranches fines

40 g de mortadelle, coupée en quatre

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C). Posez le fond de pizza sur une plaque légèrement huilée.
2. Étalez la sauce sur le fond de pizza. Saupoudrez avec 3/4 de tasse de mozzarella ou de cheddar. Disposez dessus le piment doux, le salami et la mortadelle, et parsemez du reste de fromage.
3. Faites cuire 20 minutes au four, jusqu'à ce que le fromage soit fondu et la pâte croustillante et dorée. Coupez en morceaux et servez.

**Note :** vous pouvez utiliser d'autres sortes de charcuteries telles que pancetta et prosciutto et divers salamis.

## Pizza aux pétoncles

Préparation :

25 minutes + fond

Cuisson :

35 minutes

Pour 4 personnes



150 g de pétoncles

1 1/2 tasse d'eau

1 cuillerée à soupe de jus de citron

1 cuillerée à soupe de beurre

2 branches de thym

1 cuillerée à soupe d'huile d'olive

25 g de prosciutto, coupé en lamelles de 1 cm

1 fond de pizza mince (p. 4)

100 g de mozzarella coupée en tranches de 5 mm

2 cuillerées à café de thym frais haché

2 cuillerées à café de ciboulette fraîche hachée

### Sauce

1 cuillerée à soupe d'huile d'olive

1 gousse d'ail écrasée

2 oignons de printemps hachés

3 grosses tomates pelées, épépinées et concassées

1 cuillerée à café de zeste de citron râpé

Sel et poivre

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Lavez les

pétoncles. Faites chauffer l'eau dans une casserole moyenne; ajoutez le jus de citron, le beurre et le thym. Portez à ébullition et faites pocher les pétoncles 2 minutes à feu doux. Retirez-les avec un écumoire, égouttez-les avec du papier absorbant et réservez.

Faites revenir le prosciutto pendant 2 minutes dans l'huile chaude d'une poêle à feu moyen, puis égouttez-le avec du papier absorbant.

**2. Pour préparer la sauce,** faites mijoter l'ail et l'oignon pendant 2 minutes dans

1 cuillerée à soupe d'huile d'olive. Ajoutez les tomates et le zeste de citron que vous laissez 6 minutes sur le feu jusqu'à ce que la sauce réduise. Salez, poivrez, puis laissez refroidir.

**3. Étalez la sauce** sur le fond de pizza. Disposez dessus les tranches de mozzarella, les pétoncles et le prosciutto; saupoudrez de thym et de ciboulette. Faites cuire 25 minutes au four jusqu'à ce que la croûte soit dorée. Coupez en morceaux et servez.

**Note :** on fait pocher les pétoncles pour éviter qu'ils sèchent pendant la cuisson de la pizza.



Pizza au piment doux (en haut) et pizza aux pétoncles (en bas).

## Pizza au saumon fumé

Préparation :  
25 minutes + fond  
Cuisson :  
35 minutes  
Pour 4 personnes



1/2 portion de pâte à pizza  
(p. 4)  
1/4 de tasse d'huile d'olive  
2 grosses tomates, coupées  
en tranches fines  
180 g de fromage frais  
crémeux, coupé en tranches  
1 oignon rouge moyen,  
coupé en menus morceaux  
100 g de saumon fumé  
1 cuillerée à soupe de jus de  
citron  
1 cuillerée à soupe de câpres  
2 cuillerées à café d'aneth  
frais finement haché  
Poivre

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Huilez une plaque de 30 cm et saupoudrez-la de polenta. Étalez la pâte sous forme de cercle de 30 cm que vous posez sur la plaque. Salez, badigeonnez d'huile et piquez la pâte avec une fourchette, puis faites-la cuire 20 minutes au four.  
2. Disposez les tranches de tomate, le fromage frais et les oignons sur le fond de pizza. Faites cuire 15 minutes au four, jusqu'à ce que la croûte

soit dorée.  
3. Arrosez le saumon de jus de citron, puis attendez 5 minutes avant de l'ajouter sur la pizza. Parsemez de câpres, d'aneth, et poivre.  
Coupez en morceaux et servez aussitôt.

## Pizza aux champignons

Préparation :  
25 minutes + fond  
Cuisson :  
45-50 minutes  
Pour 4 personnes



2 cuillerées à soupe d'huile d'olive  
2 cuillerées à soupe d'oignons de printemps hachés  
425 g de champignons de Paris, essuyés et émincés  
1 fond de pizza mince (p. 4)  
125 g de mozzarella coupée en tranches fines  
1 cuillerée à soupe de coriandre fraîche hachée

### Sauce

1 cuillerée à soupe d'huile d'olive  
2 gousses d'ail écrasées  
1 cuillerée à soupe de concentré de tomates  
475 g de tomates en conserve écrasées  
1 cuillerée à café de sucre  
1 cuillerée à café de coriandre en poudre

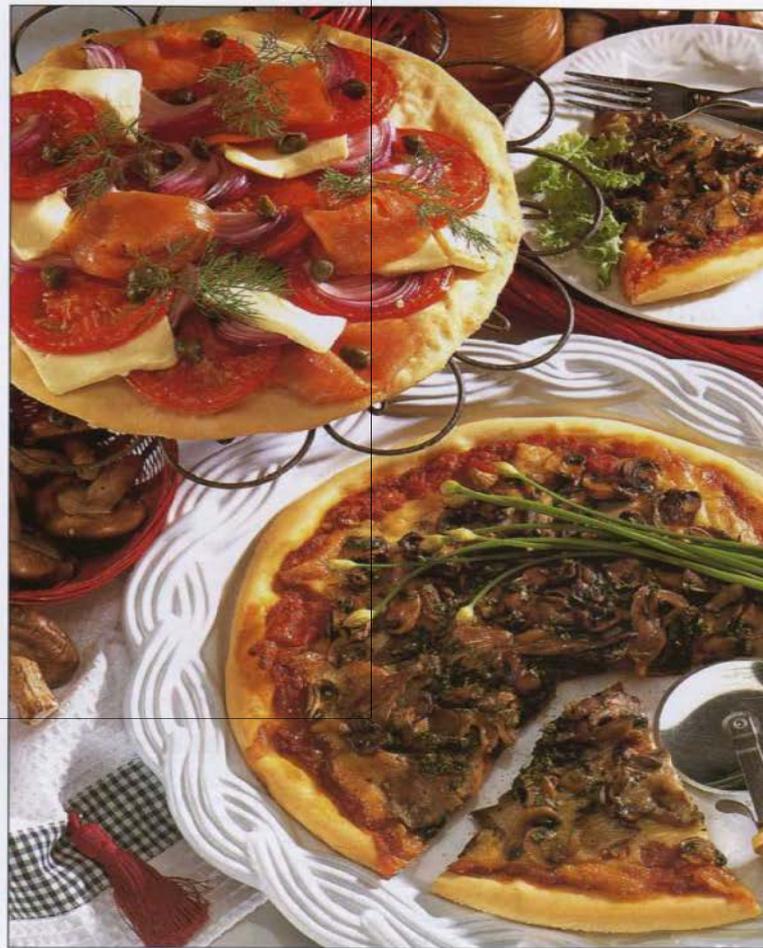
1/2 cuillerée à café de cumin en poudre  
1/4 de cuillerée à café de paprika  
Sel et poivre

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Faites revenir les oignons et les champignons pendant 4 minutes à feu doux dans 2 cuillerées à soupe d'huile, puis égouttez-les avec du papier absorbant.

2. **Pour préparer la sauce**, faites mijoter l'ail pendant 2 minutes dans une casserole moyenne. Ajoutez le concentré de tomates que vous remuez pendant 1 minute. Incorporez les tomates, le sucre, la coriandre, le cumin, le paprika, le sel et le poivre. Portez à ébullition, puis laissez frémir 20 minutes, jusqu'à ce que la sauce réduise. Réservez.

3. Étalez la sauce sur le fond de pizza. Garnissez avec la mozzarella et la préparation aux champignons; saupoudrez de coriandre finement hachée. Faites cuire 25 minutes au four, jusqu'à ce que la croûte soit dorée. Coupez la pizza en morceaux et servez.

Pizza au saumon fumé (en haut) et pizza aux champignons (en bas).



## Pizza aux crevettes et aux pommes de terre

Préparation :  
40 minutes + fond  
Cuisson :  
1 heure 30  
Pour 4 personnes



2 pommes de terre moyennes, non pelées et coupées en 8 morceaux  
Huile pour graisser  
Sel  
1 gros poivron rouge  
375 g (12) crevettes moyennes  
2 cuillerées à soupe d'huile d'olive  
3 gousses d'ail écrasées  
1 petit piment rouge, finement haché  
1 fond de pizza mince (p. 4)  
125 g de mozzarella, coupée en fines tranches  
1/4 de tasse de basilic frais, émincé

**Sauce**  
50 g de tomates séchées  
1 tasse d'eau bouillante  
1 tomate moyenne, pelée, épépinée et concassée  
2 cuillerées à soupe d'huile d'olive

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Badigeonnez d'huile les pommes de terre, posez-les sur une plaque de cuisson et salez. Faites cuire 30 minutes au four.

Laissez refroidir, retirez la chair et réservez la peau.

2. Coupez le poivron en deux, retirez les graines et la membrane; laissez 5-7 minutes sous le gril préchauffé, la peau sur le dessus, jusqu'à ce qu'elle noircisse et se boursoufle. Faites refroidir après avoir recouvert d'un torchon. Pelez le poivron et détaillez la chair en lamelles de 1 cm. Réservez.

3. Décortiquez les crevettes et retirez les veines, mais laissez les queues. Faites revenir l'ail et 1/2 cuillerée à café de piment pendant 1-2 minutes dans l'huile chaude d'une poêle non adhésive; ajoutez les crevettes et laissez cuire à feu moyen pendant 1 minute de chaque côté. Réservez.

4. Pour préparer la sauce, faites tremper les tomates séchées 8 minutes dans l'eau chaude. Mixez les tomates égouttées, la tomate concassée et l'huile d'olive pour obtenir une consistance onctueuse.

5. Étalez la sauce sur le fond de pizza et disposez dessus la mozzarella, puis les crevettes, le poivron et la peau des pommes de terre. Saupoudrez de basilic et du reste de piment. Faites cuire

35 minutes au four, jusqu'à ce que la croûte soit dorée. Coupez en morceaux et servez aussitôt.

## Petites tourtes

Préparation :  
20 minutes  
Cuisson :  
20 minutes  
Pour 2 personnes



1/2 portion de pâte à pizza (p. 4)  
1 tasse de mozzarella râpée  
2 tomates moyennes, coupées en tranches fines  
1 oignon rouge moyen, finement émincé  
100 g de jambon coupé en dés  
2 cuillerées à café d'origan séché  
Sel et poivre  
1 tasse de cheddar râpé  
Huile

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Huilez une plaque de 30 cm de diamètre et saupoudrez-la de polenta. Divisez la pâte en deux portions que vous étalez sous forme de deux cercles de 24 cm. Répartissez sur la moitié de chacun la moitié de la mozzarella, des tomates, de l'oignon et du jambon. Saupoudrez d'origan, sel,



Petites tourtes (en haut) et pizza aux crevettes et aux pommes de terre

poivre et cheddar.  
2. Badigeonnez d'huile le bord de chaque fond de pizza et repliez l'autre moitié en forme de demi-cercle. Pincez les

bords. Posez les deux tourtes sur la plaque, enduisez d'huile d'olive et salez. Faites cuire les tourtes 20 minutes au four, jusqu'à ce qu'elles

soient dorées et croustillantes. Coupez-les en deux et servez aussitôt.

## Pizza au jambon et à l'ananas

Préparation :  
25 minutes + sauce  
Cuisson :  
25 minutes  
Pour 4 personnes



1 1/2 tasse de farine avec levure  
30 g de beurre  
1/2 tasse de lait  
1/2 portion de sauce à pizza (p. 5)  
1 1/2 tasses de mozzarella râpée  
150 g de jambon coupé en dés  
225 g de tranches d'ananas en conserve, bien égouttées

1. Préchauffez le four à température moyenne (210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Huilez une plaque de 30 cm de diamètre. Mixez la farine et le beurre pendant 20 secondes; la préparation doit ressembler à de fines miettes de pain. Versez le lait et mixez encore pendant 30 secondes. Posez la préparation sur un plan de travail fariné et pétrissez-la pendant 1 minute. Étalez la pâte sous forme de cercle de 30 cm que vous mettez sur la plaque. Repliez le bord pour le consolider.  
2. Étalez la sauce à pizza sur la pâte et saupoudrez

d'1 tasse de mozzarella. Répartissez le jambon, l'ananas coupé en morceaux, puis le reste de fromage.  
3. Faites cuire 25 minutes au four, jusqu'à ce que la croûte soit dorée. Coupez en morceaux et servez aussitôt.

## Pizza surprise aux fruits de mer

Préparation :  
35 minutes + fond  
Cuisson :  
40 minutes  
Pour 4 personnes



250 g de crevettes  
80 g de pétoncles  
150 g de poulpe  
200 g de moules dans leur coquille  
1 1/2 tasse d'eau  
1/2 tasse de vin blanc  
1/2 cuillerée à café de piment frais haché  
1 fond de pizza mince (p. 4)  
1 tasse de mozzarella râpée  
1 cuillerée à soupe de câpres  
1 cuillerée à soupe de persil frais finement haché

### Sauce

1 cuillerée à soupe d'huile d'olive  
1 gousse d'ail écrasée  
2 cuillerées à soupe d'oignons de printemps

finement hachés  
1 cuillerée à soupe de concentré de tomates  
3 grosses tomates pelées, épépinées et concassées  
1 cuillerée à soupe de xérès  
1 cuillerée à soupe de persil frais, finement haché

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Décortiquez les crevettes et retirez les veines. Lavez les pétoncles ainsi que le poulpe – retirez les entrailles et coupez la chair en deux. Grattez les moules. Faites chauffer l'eau, le vin et le piment dans une casserole moyenne. Portez à ébullition, puis faites frémir les crevettes pendant 2 minutes. Égouttez-les. Faites pocher les pétoncles pendant 1 minute 30, le poulpe pendant 2 minutes, et égouttez-les. Faites cuire ensuite les moules à couvert pendant 3 minutes jusqu'à ce qu'elles s'ouvrent; jetez celles qui restent fermées. Laissez les coquilles ou enlevez-les. Réservez les fruits de mer.  
2. **Pour préparer la sauce**, faites revenir l'ail et l'oignon pendant 2 minutes dans l'huile chaude. Ajoutez le



Pizza au jambon et à l'ananas (en haut) et pizza surprise aux fruits de mer

concentré de tomates et remuez pendant 1 minute. Incorporez les tomates, le xérès, le persil, et laissez frémir 6 minutes, jusqu'à ce que la sauce épaississe

et réduise un peu. Laissez refroidir.  
3. Étalez la sauce sur le fond de pizza et saupoudrez de fromage. Répartissez dessus les

fruits de mer, les câpres et le persil. Faites cuire 30 minutes au four, jusqu'à ce que la croûte soit dorée. Servez aussitôt.

## Pizza aux légumes

Préparation :

20 minutes + fond et sauce

Cuisson :

25 minutes

Pour 4-6 personnes



100 g de brocolis coupés  
1 botte d'asperges, coupées en sections de 3 cm  
1 carotte moyenne, coupée en bâtonnets  
1/2 portion de sauce à pizza (p. 5)  
1 fond de pizza complet mince (p. 4)  
2 courgettes moyennes, coupées en bâtonnets  
130 g de grains de maïs en conserve, bien égouttés  
1/2 tasse de germes de soja  
2 tomates moyennes, concassées  
3/4 de tasse de cheddar allégé, râpé

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Faites blanchir les brocolis, les asperges et la carotte dans l'eau chaude pendant 2 minutes. Égouttez, plongez dans l'eau glacée et égouttez de nouveau. Épongez avec du papier absorbant.  
2. Étalez la sauce à pizza sur la pâte. Répartissez dessus les brocolis, les asperges, la carotte, les courgettes, puis les grains de maïs,

les germes de soja et la tomate.

3. Saupoudrez de fromage et faites cuire 25 minutes au four, jusqu'à ce que le fromage soit fondu et la croûte dorée. Servez aussitôt.

## Pizza au salami

Préparation :

20 minutes + fond

Cuisson :

40 minutes

Pour 4 personnes



### Sauce

1 cuillerée à café d'huile d'olive  
2 gousses d'ail écrasées  
1 piment rouge finement haché  
1 cuillerée à soupe de concentré de tomates  
400 g de tomates en conserve écrasées  
1/4 de cuillerée à café de paprika doux  
1 cuillerée à soupe d'origan séché  
2 grandes feuilles de basilic frais, ciselées  
1 cuillerée à café de poivre noir  
Sel

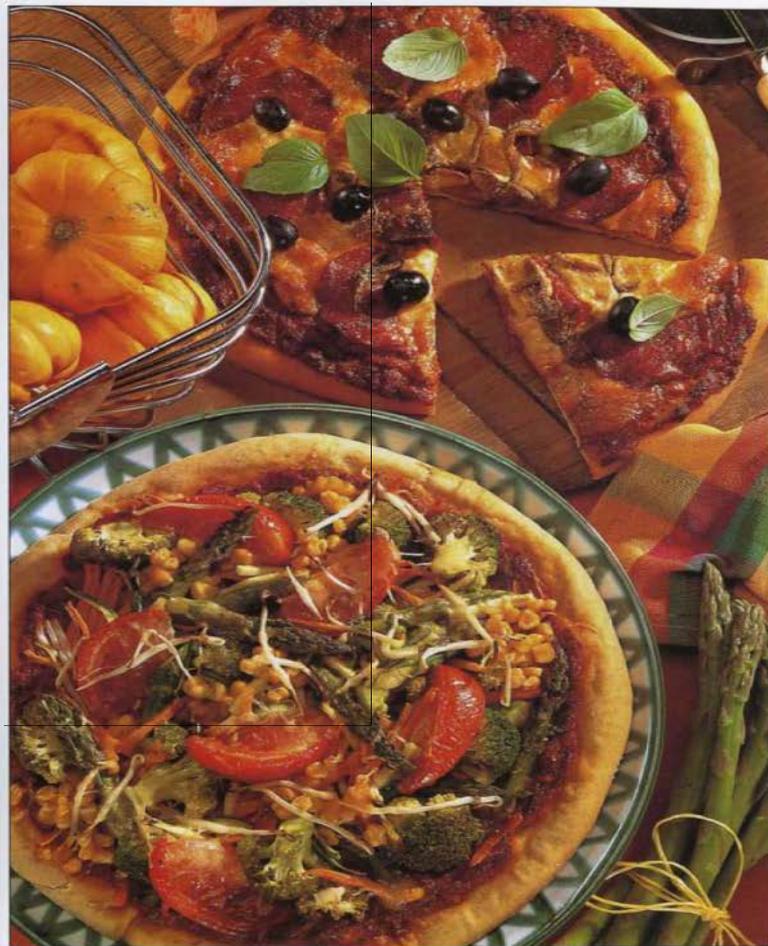
1 fond de pizza mince (p. 4)  
150 g de mozzarella, coupée en tranches de 5 mm

12-14 minces tranches de salami italien  
45 g de filets d'anchois en conserve, égouttés et coupés en menus morceaux  
1 tasse d'olives noires dénoyautées  
Origan frais pour la décoration

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C pour un four à gaz).  
**Pour préparer la sauce,** faites revenir l'ail et le piment pendant 1 minute dans l'huile chaude. Ajoutez le concentré de tomates et remuez pendant 1 minute. Incorporez les tomates, le paprika, l'origan, le basilic, le sel et le poivre. Portez à ébullition et faites frémir 12 minutes. Laissez refroidir.  
2. Étalez la sauce sur la pâte et garnissez avec le fromage, le salami, les anchois et les olives. Faites cuire 25 minutes au four, jusqu'à ce que la croûte soit dorée. Décorez d'origan. Coupez en morceaux... et servez aussitôt.

**Note :** il existe différentes espèces de salami italien, offrant des saveurs variées.

Pizza au salami (en haut)  
et pizza aux légumes (en bas)



## Pizza à la pomme et au gingembre

Préparation :

35 minutes

Cuisson :

30 minutes

Pour 6 personnes



Pâte

2 cuillérées à café de levure de boulanger en sachet

2 cuillérées à café de sucre

1/3 de tasse d'eau chaude

1 1/2 tasse de farine

25 g de beurre ramolli

1 œuf légèrement battu

Garniture

1/2 tasse de raisins secs

2 cuillérées à soupe de cognac

30 g de beurre

1 1/2 cuillérée à café de gingembre en poudre

2 cuillérées à soupe d'eau

2 cuillérées à soupe de sirop d'érable

1 pomme rouge moyenne, évidée et coupée en quartiers

1 pomme verte moyenne, évidée et coupée en quartiers

2 cuillérées à café de beurre fondu

Crème fraîche épaisse pour le service

1. Pour préparer la pâte,

mélangez la levure, le sucre et l'eau dans un saladier. Couvrez et laissez 10 minutes dans un endroit chaud; le mélange doit devenir mousseux.

2. Tamisez la farine dans un saladier et faites une fontaine au centre. Ajoutez la préparation

précédente, le beurre et l'œuf; mélangez pour obtenir une pâte onctueuse. Posez sur un plan de travail fariné et pétrissez pendant 5 minutes jusqu'à ce que la pâte devienne élastique. Mettez dans un saladier huilé, couvrez et laissez reposer une heure dans un endroit chaud; la pâte doit doubler de volume.

3. Pour préparer la garniture, faites tremper les raisins secs dans le cognac. Faites fondre le beurre, ajoutez le gingembre et remuez. Versez l'eau et le sirop d'érable, et faites frémir pendant 4 minutes pour que la préparation épaississe. Laissez refroidir.

4. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Graissez une plaque ronde de 30 cm avec le beurre fondu. Pétrissez la pâte avant de l'étaler sous forme de cercle de 26 cm. Posez-la sur la plaque et repliez le bord pour la consolider. Égouttez les raisins secs; parsemez sur la pâte. Disposez dessus les quartiers de pommes que vous arrosez de sirop. Badigeonnez le bord de la pâte avec du beurre fondu. Faites cuire 25 minutes au four. Servez chaud avec de la crème épaisse.



## Pizza aux myrtilles et à la banane

Préparation :

30 minutes

Cuisson :

25 minutes

Pour 6 personnes



Fond

1 1/2 tasse de farine

30 g de beurre

1/2 tasse de lait

Garniture

1/2 tasse de mascarpone

2 cuillérées à café de sucre

roux

2 petites bananes coupées en rondelles

200 g de myrtilles

1/2 tasse de noix de pécan hachées

2 cuillérées à café de beurre fondu

1. Pour préparer la pâte, préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Graissez une plaque de 30 cm avec le beurre fondu. Mixez la farine et le beurre pendant 20 secondes; la préparation doit ressembler à des miettes de pain. Versez le lait et mixez encore pendant 30 secondes. Posez la pâte sur un plan de travail fariné, pétrissez pendant 1 minute. Étalez la pâte sous forme de cercle de 28 cm que vous posez sur la plaque et repliez le bord pour le consolider.



Pizza à la pomme et au gingembre (en haut) et pizza aux myrtilles et à la banane (en bas)

2. Pour préparer la garniture, garnissez la pâte de mascarpone et saupoudrez de sucre. Disposez les morceaux de banane en deux cercles, au bord de la pizza et

près du centre. Remplissez de myrtilles les espaces intermédiaires. 3. Parsemez de noix de pécan et de sucre, puis badigeonnez le bord de

la pâte de beurre fondu. Faites cuire 25 minutes au four, jusqu'à ce que la croûte soit dorée. Servez chaud avec de la crème ou de la glace.

## Toasts

On trouve dans le commerce une grande variété de pains et de fromages, les deux éléments de base des toasts présentés dans les pages qui suivent. Associés à des ingrédients de toutes sortes, ils composeront des repas savoureux et faciles à préparer, pour toutes les occasions.

### B.L.T. au fromage

Préparation :

15 minutes

Cuisson :

10 minutes

Pour 2 personnes



4 tranches fines de bacon  
8 tranches épaisses de pain blanc

50 g de beurre  
4 tranches de cheddar

4 feuilles de laitue en chiffonnade

1 grosse tomate coupée en tranches fines

2 cuillères à soupe de sauce tomate

Poivre

Chips pour la présentation

1. Laissez le bacon  
2 à 3 minutes de chaque

côté sous le grill préchauffé et faites dorer le pain des côtés. Tartinez éventuellement de beurre.

2. Posez le fromage sur 4 tranches de pain et faites griller jusqu'à ce qu'il fonde. Recouvrez les autres tranches de laitue, tomate et bacon. Nappez de sauce tomate et poivrez. Posez-les sur les assiettes et couvrez avec les autres tranches, le fromage vers le bas. Accompagnez de chips et servez.

**Note :** né aux États-Unis, ce sandwich au bacon, à la laitue et à la tomate est connu dans le monde entier sous le nom de B.L.T.

Toast au poulet et aux asperges (voir recette page suivante)  
et B.L.T. au fromage





## Toasts au poulet et aux asperges

Préparation :  
15 minutes  
Cuisson :  
7 minutes  
Pour 4 personnes



4 tranches épaisses de pain complet  
50 g de beurre  
1/2 poulet rôti acheté  
340 g d'asperges en conserve, égouttées  
125 g de camembert coupé en tranches

1. Préchauffez le gril à chaleur moyenne et faites dorer le pain des deux côtés. Tartinez éventuellement de beurre.
2. Retirez la chair du poulet et détaillez-la grossièrement avant de la répartir sur les tranches de pain. Disposez dessus les asperges, en les coupant si besoin.
3. Posez le camembert sur le poulet et les asperges. Laissez les toasts 5 minutes sous le gril, jusqu'à ce que le fromage soit fondu et le poulet chaud. Servez aussitôt.

*Sandwichs d'aubergine (en haut)  
et sandwichs du laboureur (en bas)*

## Sandwichs d'aubergine

Préparation :  
20 minutes  
+ laisser dégorger  
Cuisson :  
20 minutes  
Pour 4 personnes



1 grosse aubergine  
Sel  
2 cuillerées à soupe d'huile d'olive  
1/3 de tasse de ricotta  
1 tomate moyenne, coupée en tranches épaisses  
1/4 de tasse de basilic frais ciselé  
1/4 de tasse de parmesan râpé  
1/4 de tasse de chapelure fraîche

1. Coupez l'aubergine en 8 rondelles d'environ 1 cm d'épaisseur. Posez-les sur une planche à découper et salez-les généreusement. Laissez dégorger 20 minutes, puis rincez à l'eau froide et épongez sur du papier absorbant.
2. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Huilez une plaque de cuisson et posez dessus 4 rondelles d'aubergine que vous badigeonnez d'huile. Étalez de la ricotta sur chaque rondelle, puis

garnissez avec une tranche de tomate et du basilic.

3. Couvrez avec une autre rondelle d'aubergine enduite d'huile, puis saupoudrez de parmesan et de chapelure. Faites cuire 20 minutes au four jusqu'à ce que l'aubergine soit tendre et dorée. Servez aussitôt.

## Sandwichs du laboureur

Préparation :  
15 minutes  
Cuisson :  
5 minutes  
Pour 2 personnes



2 petits pains complets  
2 cuillerées à café de moutarde à l'ancienne  
1/4 de tasse de concombres au vinaigre  
1 grosse tomate coupée en tranches fines  
125 g de rôti de bœuf en tranches  
2 tasses d'édam râpé

1. Coupez les petits pains en deux et faites-les dorer légèrement.
2. Garnissez la moitié inférieure de moutarde et de concombres. Posez dessus la tomate, le bœuf et le fromage. Laissez 2 minutes sous le gril, jusqu'à ce que le fromage soit fondu. Couvrez avec l'autre moitié et servez.

## Croque-monsieur au jambon et au fromage

Préparation :

10 minutes

Cuisson :

5 minutes

Pour 2 personnes



4 tranches de pain de mie  
60 g de beurre ramolli  
2 cuillères à café de  
moutarde à l'ancienne  
4 tranches de jambon  
60 g de gruyère coupé en  
tranches fines

1. Tartinez soigneusement de beurre un côté de chaque tranche de pain. Assemblez les côtés beurrés de deux tranches et tartinez de moutarde le dessus de la tranche supérieure. Garnissez de jambon et de plusieurs

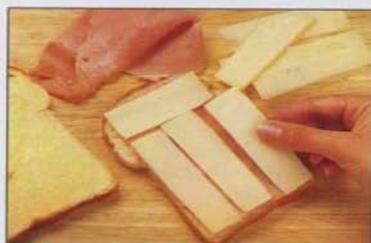
morceaux de fromage.  
2. Préchauffez une grande poêle dans laquelle vous posez la tranche supérieure, le côté beurré sur le dessous. Couvrez avec l'autre tranche, le côté beurré vers le haut.  
3. Faites cuire 2 minutes à feu moyen, jusqu'à ce que le dessous soit doré et que le fromage commence à fondre. Retournez le croque-monsieur avec une spatule pour qu'il dore de l'autre côté. Mettez sur une assiette et coupez en deux. Procédez de la même manière avec l'autre croque-monsieur et servez.

**Note :** il est important de respecter la cuisson à feu moyen, sinon le pain sera brûlé avant que le fromage ne commence à fondre.

Croque-monsieur au jambon et au fromage



Tartinez soigneusement un côté de chaque tranche de pain.



Garnissez de jambon et de fromage le pain recouvert de moutarde.



Posez la tranche garnie dans la poêle et couvrez avec l'autre tranche, le côté beurré sur le dessus.



Retournez ensuite le croque-monsieur pour le faire cuire de l'autre côté.



### Croissants aux champignons et aux lardons

Préparation :  
10 minutes  
Cuisson :  
20 minutes  
Pour 4 personnes



4 tranches de bacon  
1 cuillerée à soupe d'huile  
30 g de beurre  
100 g de champignons de Paris émincés  
4 gros croissants  
1/3 de tasse de fromage frais crémeux  
1 cuillerée à soupe de basilic frais, ciselé

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (180 °C). Retirez la couenne du bacon et détaillez-le en petits morceaux. Faites dorer le bacon pendant 5 minutes à feu moyen dans l'huile chaude d'une poêle, puis égouttez-les.
2. Faites fondre le beurre dans la poêle. Ajoutez les champignons, que vous remuez pendant 5 minutes à feu moyen. Retirez-les de la poêle et jetez le jus.
3. Coupez le haut du croissant et videz l'intérieur que vous

remplissez avec un quart du fromage frais crémeux. Posez dessus les lardons, les champignons, puis fermez avec le couvercle. Faites cuire 10 minutes au four. Décorez de basilic frais et servez aussitôt.

### Muffins à la dinde

Préparation :  
10 minutes  
Cuisson :  
5 minutes  
Pour 4 personnes



4 muffins  
1 avocat moyen, écrasé en purée  
8 morceaux de filet de dinde cuit  
1/2 tasse de sauce aux canneberges  
125 g de brie coupé en tranche  
Aneth frais pour la décoration

1. Préchauffez le grill à température élevée. Coupez les muffins en deux et faites-les griller. Tartinez d'avocat chaque moitié et posez dessus les morceaux de dinde.
2. Ajoutez une cuillerée de sauce aux canneberges

et des morceaux de brie.  
3. Laissez 3 à 4 minutes sous le grill, jusqu'à ce que le fromage commence à fondre. Décorez d'aneth et servez aussitôt.

### Toasts au salami et au fromage

Préparation :  
10 minutes  
Cuisson :  
5 minutes  
Pour 2-4 personnes



2 pains turcs plats  
50 g de beurre  
8 tranches de salami  
50 g de champignons de Paris  
2 cuillerées à café d'herbes  
4 tranches de gruyère

1. Préchauffez le grill à température moyenne. Coupez le pain en morceaux de 4 cm de largeur et faites-les griller. Tartinez de beurre.
2. Coupez les tranches de salami en deux, puis en fines lamelles que vous répartissez sur les morceaux de pain. Émincez finement les champignons et posez-les sur le salami.
3. Saupoudrez d'herbes, puis couvrez avec le fromage. Laissez 3 à 4 minutes sous le grill, jusqu'à ce que le fromage fonde. Servez aussitôt.

Croissants aux champignons et aux lardons,  
muffins à la dinde, toasts au salami et au fromage.

## Petits pains mexicains

Préparation :  
10 minutes  
Cuisson :  
13 minutes  
Pour 4 personnes



4 petits pains ronds  
2 cuillères à café d'huile  
1 petit oignon finement haché  
1 petite tomate concassée  
130 g de grains de maïs en conserve, égouttés  
400 g de haricots mexicains  
2/3 de tasse de cheddar râpé

1. Préchauffez le four à température moyenne (180 °C). Coupez la partie supérieure des pains et videz la mie en laissant une paroi de 1,5 cm d'épaisseur.
2. Faites revenir l'oignon pendant 3 minutes à feu moyen dans l'huile chaude. Ajoutez la tomate, le maïs, les haricots et mélangez bien.
3. Remplissez les pains de cette préparation. Saupoudrez de fromage et posez les chapeaux. Faites cuire 10 minutes au four, jusqu'à ce que le fromage soit fondu et les pains croustillants. Servez aussitôt.

## Toasts au saumon

Préparation :  
15 minutes  
Cuisson :  
3 minutes  
Pour 2-4 personnes



4 tranches de pain de mie  
210 g de saumon en conserve, égoutté  
1/4 de tasse de mozzarella finement râpée  
1/4 de tasse de cheddar finement râpé  
1/4 de tasse de sauce tomate  
2 oignons de printemps finement émincés  
1 cuillère à soupe de persil frais finement haché  
Origan frais pour la garniture

1. Préchauffez le gril à température moyenne et faites griller les tranches de pain d'un côté.
2. Émiettez le saumon dans un saladier, puis ajoutez les fromages, l'oignon et le persil. Mélangez intimement.
3. Étalez la préparation sur le côté non grillé du pain. Retirez la croûte et coupez chaque tranche en 3 morceaux. Laissez 3 minutes sous le gril, jusqu'à ce que le fromage fonde. Décorez d'origan et servez aussitôt.

## Tartines au poulet et à l'avocat

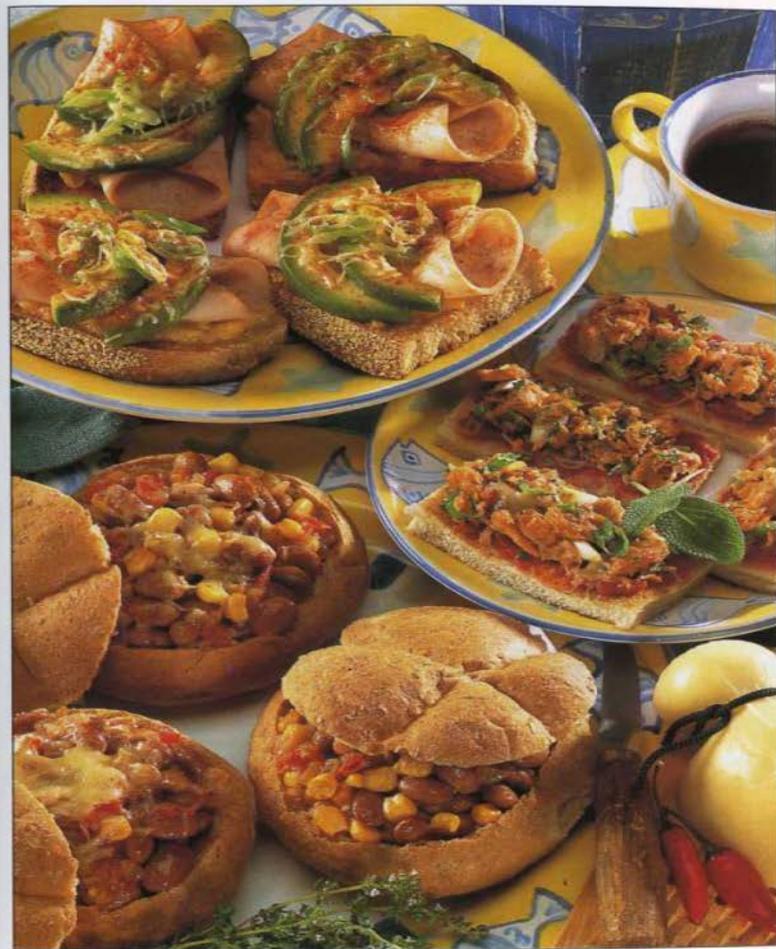
Préparation :  
15 minutes  
Cuisson :  
5 minutes  
Pour 2-4 personnes



4 tranches épaisses de pain aux céréales  
130 g de crème de maïs en conserve  
8 morceaux de blanc de poulet fumé  
1/2 avocat en tranches  
2 oignons de printemps finement hachés  
3/4 de tasse de cheddar râpé  
Paprika

1. Préchauffez le gril à température moyenne et faites griller légèrement le pain des deux côtés.
2. Étalez la crème de maïs sur chaque tranche, puis couvrez avec le poulet et l'avocat. Parsemez d'oignons, de fromage et de paprika.
3. Laissez 2 minutes sous le gril, jusqu'à ce que le fromage fonde. Servez aussitôt.

Tartines au poulet et à l'avocat, toasts au saumon et petits pains mexicains.



## Bagels au saumon fumé

Préparation :  
5 minutes  
Cuisson :  
5 minutes  
Pour 4 personnes



4 bagels  
80 g de Boursin  
2 oignons de printemps  
finement hachés  
1 cuillerée à café de zeste de citron finement râpé  
1 cuillerée à café d'aneth ciselé  
100 g de saumon fumé en tranches

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (180 °C). Coupez les bagels en deux et faites-les griller légèrement à l'intérieur.
2. Mélangez le fromage, l'oignon, le zeste de citron et l'aneth, puis étalez la préparation sur la moitié inférieure des bagels. Couvrez avec le saumon.
3. Posez l'autre moitié des pains et faites cuire 5 minutes au four, jusqu'à ce qu'ils soient croustillants et chauds.

## Croûtes aux champignons

Préparation :  
15 minutes  
Cuisson :  
10 minutes  
Pour 4 personnes



4 gros champignons  
1 gousse d'ail écrasée  
40 g de beurre fondu  
1 avocat coupé en tranches  
1 tasse de cheddar râpé  
1 cuillerée à café de persil frais, finement haché  
5 tranches épaisses de pain blanc

1. Préchauffez le four à 180 °C. Graissez une plaque de cuisson d'huile ou de beurre. Équeutez les champignons et essuyez-les avec du papier absorbant; retirez si besoin la peau.
2. Posez les champignons sur la plaque, chapeaux vers le haut. Mélangez l'ail et le beurre et enduisez-les de cette préparation. Posez dessus les tranches d'avocat saupoudrées de fromage et de persil.
3. Découpez des cercles dans les tranches de pain avec un emporte-pièce. Posez-les sur la plaque. Faites cuire 10 minutes afin que le fromage soit fondu et les champignons tendres. Servez sur les morceaux de pain légèrement dorés.

## Pain italien

Préparation :  
15 minutes + 1 heure au réfrigérateur  
Cuisson :  
15 minutes  
Pour 6 personnes



1 pain italien rond  
1/4 de tasse d'huile d'olive  
6 branches de salami  
1 tasse de fonds d'artichauts en conserve, égouttés et coupés en quatre  
1/2 tasse de tomates séchées à l'huile, égouttées et coupées en morceaux  
1 petit oignon rouge, finement émincé  
1/4 de tasse de basilic frais  
1/3 de tasse d'olives noires dénoyautées, coupées en deux  
150 g de mozzarella coupée en tranches

1. Coupez la partie supérieure du pain et retirez la mie en laissant une paroi de 2 cm. Badigeonnez l'intérieur d'huile.
2. Posez dans le pain le salami, les artichauts, la tomate, l'oignon, le basilic, les olives et la mozzarella. Fermez avec le chapeau et enveloppez dans du papier d'aluminium. Posez sur le pain une petite planche avec un poids.
3. Laissez au moins 1 heure au réfrigérateur, puis à température



À partir du haut : pain italien, bagels au saumon fumé et croûtes aux champignons

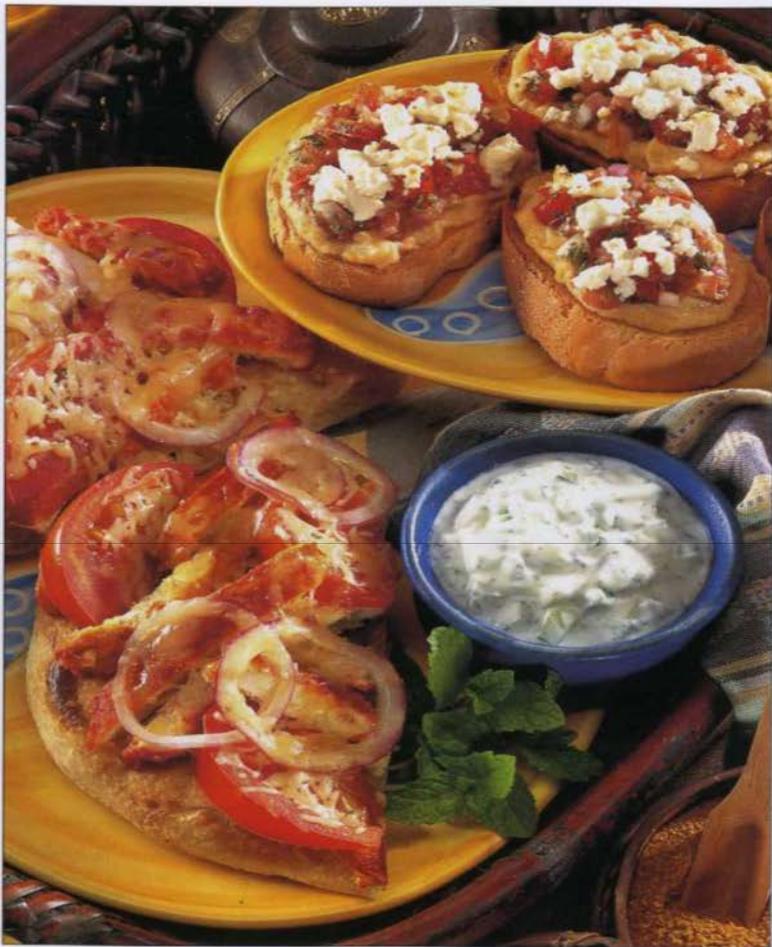
ambiante.

4. Préchauffez le four à chaleur moyenne (180 °C) et faites cuire 15 minutes au four.

Servez aussitôt.

Note : vous pouvez enfourner le pain dès qu'il est prêt, mais il sera

plus savoureux après être resté au réfrigérateur environ 4 heures.



## Délice de poulet tandoori

**Préparation :**  
15 minutes + 20 minutes  
au réfrigérateur  
**Cuisson :**  
20-30 minutes  
Pour 2-4 personnes



1/4 de tasse de yaourt  
1 cuillerée à soupe de  
concentré de tomates  
1 cuillerée à soupe de sauce  
tandoori  
2 cuillerées à café de jus de  
citron  
2 blancs de poulet  
2 pains naan, coupés en  
deux  
1 petit oignon rouge,  
finement émincé  
1 tomate moyenne, coupée  
en menus morceaux  
1 tasse de cheddar râpé

**Accompagnement**  
6 feuilles de laitue en  
chiffonnade  
1/4 de tasse de yaourt  
2 cuillerées à soupe de  
menthe fraîche, finement  
hachée  
1/2 concombre pelé,  
finement haché

1. Mélangez dans un  
saladier le yaourt, le  
concentré de tomates, la  
sauce tandoori et le jus  
de citron. Retirez le gras  
et les nerfs des blancs de

poulet, puis piquez-les à  
la fourchette. Mélangez  
le poulet et la  
préparation au yaourt  
dans un saladier.  
Couvrez et laissez  
20 minutes au  
réfrigérateur.

2. Mettez le poulet dans  
un plat graissé allant au  
four. Faites cuire 20 à  
30 minutes au four  
préchauffé à 180 °C,  
puis laissez refroidir.

3. **Pour préparer  
l'accompagnement,**  
mélangez la laitue, le  
yaourt, la menthe et le  
concombre pendant la  
cuisson du poulet.  
Laissez au réfrigérateur  
jusqu'à utilisation.  
4. Détaillez les blancs de  
poulet en fines lamelles.  
Posez le pain naan sur  
une plaque recouverte de  
papier d'aluminium et  
garnissez chaque moitié  
de poulet, oignon,  
tomate et fromage.  
Laissez 1 à 2 minutes  
sous le grill préchauffé  
jusqu'à ce que le fromage  
fonde. Servez aussitôt,  
avec l'accompagnement.

**Note :** vous pouvez  
acheter de la sauce  
tandoori dans les  
épiceries. Elle relèvera  
vos curries de sa saveur  
et sa couleur  
caractéristiques.

## Tartines à la feta

**Préparation :**  
15 minutes  
**Cuisson :**  
5 minutes  
Pour 4 personnes



2 tomates moyennes,  
finement hachées  
1 petit oignon rouge, finement  
haché  
2 cuillerées à soupe de  
coriandre fraîche hachée  
1 cuillerée à soupe d'huile  
d'olive  
2 cuillerées à café de jus de  
citron  
4 tranches épaisses de pain  
italien  
1/2 tasse d'houmous  
100 g de feta

1. Mélangez les tomates,  
l'oignon, la coriandre,  
l'huile et le jus de citron.  
2. Faites griller légèrement  
le pain des deux côtés.  
Tartinez un côté  
d'houmous et garnissez  
de préparation à la  
tomate.  
3. Émiettez la feta sur la  
tomate, laissez 5 minutes  
sous le grill chaud jusqu'à  
ce que le fromage soit  
doré, et servez aussitôt.



Tartines à la feta (en haut)  
et délice de poulet tandoori (en bas)

## Toasts à la bolognaise

Préparation :

10 minutes

Cuisson :

50 minutes

Pour 2-4 personnes



1 cuillerée à soupe d'huile d'olive  
1 oignon moyen, finement haché  
2 gousses d'ail écrasées  
1 cuillerée à soupe de persil frais finement haché  
250 g de bœuf haché maigre  
2 cuillerées à soupe de concentré de tomates  
400 g de tomates en conserve, concassées  
1/4 de tasse de vin blanc  
1/4 de tasse de basilic frais finement ciselé  
1/2 cuillerée à café de piment en poudre  
Sel et poivre  
1 pain italien coupé en tranches épaisses  
1/2 tasse de parmesan en lamelles  
Brins de persil frais pour la décoration

1. Faites revenir l'oignon pendant 4 minutes dans l'huile chaude. Ajoutez l'ail et le persil, et laissez mijoter 2 minutes.  
2. Incorporez la viande que vous faites dorer pendant 5 minutes, jusqu'à ce que le liquide soit en partie absorbé. Séparez les morceaux

avec une fourchette. Versez le concentré de tomates que vous remuez pendant 2 minutes. Mélangez les tomates, le vin blanc, le basilic, le piment en poudre; salez et poivrez. Portez à ébullition, puis laissez frémir 30 minutes, jusqu'à ce que la sauce épaississe et réduise.  
3. Faites griller les tranches de pain des deux côtés. Recouvrez de sauce bolognaise et saupoudrez de parmesan. Laissez 4-5 minutes sur le grill préchauffé, jusqu'à ce que le fromage fonde. Décorez de persil et servez aussitôt.

## Croûte à la saucisse

Préparation :

25 minutes

Cuisson :

45 minutes

Pour 2-4 personnes



1 cuillerée à soupe d'huile d'olive  
2 gousses d'ail écrasées  
1 cuillerée à soupe de persil frais, finement haché  
4 saucisses italiennes  
1 oignon rouge moyen, émincé  
1/2 poivron vert, coupé en fines lanières  
1 cuillerée à soupe de concentré de tomates

400 g de tomates en conserve, concassées  
1 cuillerée à soupe de sauce au piment fort  
1 cuillerée à soupe de vinaigre balsamique  
1 cuillerée à soupe de basilic frais haché  
1 cuillerée à café de thym frais haché  
1 pain aux céréales  
1 tasse de mozzarella râpée

1. Faites revenir l'ail et le persil pendant 2 minutes dans l'huile chaude d'une poêle à feu moyen. Ajoutez les saucisses et faites-les dorer en les retournant, puis réservez. Incorporez l'oignon et le poivron que vous faites cuire pendant 4 minutes. Versez le concentré de tomates et remuez pendant 1 minute. Mélangez enfin les tomates, la sauce au piment, le vinaigre, le basilic et le thym. Portez à ébullition, puis baissez le feu.  
2. Coupez les saucisses en rondelles de 1 cm et remettez-les dans la poêle; laissez frémir 25 minutes dans la sauce jusqu'à ce qu'elle épaississe et réduise.  
3. Coupez le pain en tranches de 2 cm que vous faites griller des deux côtés. Recouvrez de préparation à la tomate et à la saucisse, puis saupoudrez de mozzarella. Laissez



Toasts à la bolognaise (en haut) et croûtes à la saucisse (en bas)

2 minutes sous le grill, jusqu'à ce que le fromage fonde. Servez aussitôt.

**Note :** les saucisses italiennes offrent une variété de saveurs, formes et dimensions.

Pour cette préparation, choisissez de petites saucisses au porc.

## Tourte mexicaine au poulet

Préparation :

15 minutes

Cuisson :

5 minutes

Pour 2 personnes



2 tortillas

1/3 de tasse de sauce à tacos  
1 tasse de poulet rôti détaillé  
en lanières

1 tasse de cheddar ou  
mozzarella râpés

2 oignons de printemps  
finement hachés

Crème fraîche et paprika  
pour le service

1. Faites chauffer une  
poêle non adhésive.  
Posez dedans une tortilla  
que vous nappez de  
sauce à tacos et faites  
cuire 2 à 3 minutes à feu  
moyen.



Tourte mexicaine au poulet

2. Garnissez la tortilla de  
poulet, de fromage et  
d'oignon. Couvrez avec  
l'autre tortilla et faites  
cuire 2 minutes.

3. Retournez la tortilla  
et poursuivez la cuisson  
de l'autre côté jusqu'à ce  
que le fromage fonde et  
que la préparation soit  
chaude. Coupez-la en  
morceaux et servez avec  
une cuillerée de crème  
fraîche saupoudrée de  
paprika.

**Note :** les tortillas sont  
des pains plats, ronds et  
minces à base de farine  
de blé ou de maïs.



Détaillez le poulet en menus morceaux,  
râpez la mozzarella et hachez finement les oignons.



Posez une tortilla dans la poêle et nappez de sauce  
à tacos. Faites cuire 1 à 2 minutes.



Garnissez la tortilla de poulet, fromage et oignon,  
puis couvrez avec une autre tortilla.



Retournez délicatement la tortilla pour la faire  
cuire de l'autre côté.



### Barquettes au thon

Préparation :  
15 minutes  
Cuisson :  
10-15 minutes  
Pour 2 personnes



185 g de thon en conserve,  
bien égoutté  
6 oignons de printemps  
finement hachés  
1 tasse de cheddar râpé  
1/4 de tasse de crème fraîche  
2 cuillerées à soupe de  
mayonnaise  
1 cuillerée à soupe de persil  
frais haché  
1/4 de cuillerée à café de  
paprika doux  
2 petits pains parisiens  
1/4 de tasse d'olives  
fourrées, coupées en  
rondelles (facultatif)  
1/2 tasse de cheddar râpé

1. Préchauffez le four à chaleur moyenne (210 °C ou 190 °C pour un four à gaz). Mélangez dans un saladier le thon, l'oignon, le fromage, la mayonnaise, le persil et le paprika.
2. Découpez le haut des pains et retirez la moitié de la mie. Divisez en deux la préparation au thon et remplissez-en les pains; ajoutez sur le

Sandwichs à la mozzarella (en haut)  
et barquettes au thon (en bas)

dessus des olives et du fromage.

3. Posez les pains sur une plaque recouverte de papier d'aluminium et faites cuire 10 à 15 minutes au four, jusqu'à ce qu'ils soient croustillants et le fromage fondu. Servez aussitôt.

### Sandwichs à la mozzarella

Préparation :  
15 minutes + laisser  
trempier 30 minutes  
Cuisson :  
10 minutes  
Pour 2-4 personnes



45 g de filets d'anchois en conserve, bien égouttés  
4 tranches de mozzarella d'1 cm d'épaisseur  
1 grosse tomate coupée en tranches  
8 tranches épaisses de pain blanc, sans la croûte  
1-2 cuillerées à café d'origan séché  
Sel et poivre  
3 œufs légèrement battus  
Huile pour friture  
Basilic frais  
Tomates-cerises coupées en deux pour la présentation

1. Coupez les filets d'anchois, les tranches



de mozzarella et de tomates en deux. Coupez aussi le pain dans la longueur. Garnissez les 8 morceaux de pains avec la mozzarella, les anchois et la tomate, puis saupoudrez d'origan, sel et poivre. Couvrez avec les 8 autres morceaux de pain pour obtenir 8 petits sandwichs.

2. Mettez les œufs battus dans un plat rectangulaire. Plongez les sandwichs et appuyez dessus pour que le pain absorbe l'œuf. Laissez tremper 30 minutes en retournant délicatement les sandwichs toutes les 10 minutes.

3. Faites dorer les sandwichs des deux côtés pendant 2 à 3 minutes dans l'huile chaude, à feu moyen. Retirez-les avec une écumoire et égouttez-les sur du papier absorbant. Servez chaud, décoré de basilic et de tomates-cerises.

## Triangles au crabe

Préparation :  
15 minutes  
Cuisson :  
5 minutes  
Pour 4 personnes



1 morceau de citronnelle de 1 cm, haché  
1 gousse d'ail hachée  
2 oignons de printemps hachés  
1 morceau de gingembre frais de 1 cm  
1 cuillerée à café de coriandre moulue  
200 g de chair de crabe en conserve, bien égoutée  
100 g de ricotta  
8 tranches de pain blanc  
Persil frais pour la décoration

1. Dans un robot ménager, mixez pendant 30 secondes la citronnelle, l'ail, les oignons, le gingembre et la coriandre. Mettez le hachis dans un saladier et mélangez avec le crabe et la ricotta.
2. Faites dorer le pain sous le grill préchauffé, puis tartinez le côté non grillé avec 1 cuillerée à soupe de préparation au crabe.
3. Laissez de nouveau 2 à 3 minutes sous le grill et coupez en deux dans la diagonale. Servez décoré de persil.

## Crostini

Préparation :  
15 minutes  
Cuisson :  
8 minutes  
Pour 4 personnes



Environ 30 cm de baguette  
1/4 de tasse d'huile d'olive  
1 gousse d'ail écrasée  
1 cuillerée à soupe de concentré de tomates  
1 cuillerée à soupe d'anchois écrasés  
100 g de mozzarella, coupé en tranches fines  
Basilic frais pour la décoration

1. Préchauffez le four à température moyenne (180 °C). Coupez le pain en morceaux de 1,5 cm que vous posez sur une plaque de cuisson. Laissez 5 minutes au four, jusqu'à ce qu'ils soient croustillants.
2. Mélangez l'huile et l'ail et badigeonnez-en les morceaux de pain. Tartinez de concentré de tomates et d'anchois mélangés, puis ajoutez la mozzarella.
3. Laissez de nouveau les crostini 3 minutes dans le four, jusqu'à ce que le fromage fonde, puis décorez de basilic.

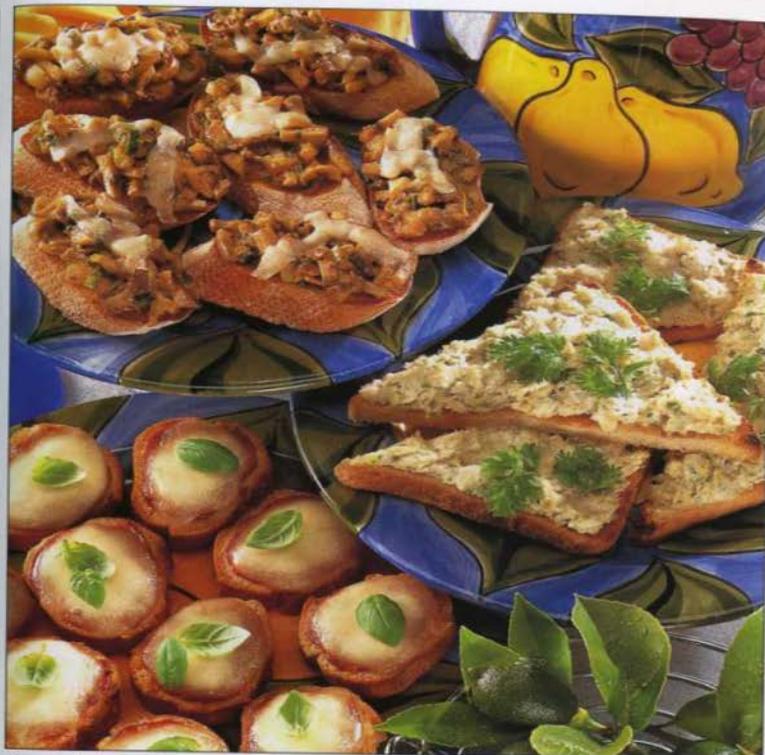
## Délice aux champignons

Préparation :  
20 minutes  
Cuisson :  
30 minutes  
Pour 4 personnes



30 g de beurre  
4 oignons de printemps finement hachés  
250 g de champignons de Paris, coupés en menus morceaux  
1/2 cuillerée à café de grains de poivre vert  
1/2 cuillerée à café de coriandre en poudre  
1/2 cuillerée à café de cumin en poudre  
1/2 cuillerée à café de paprika doux  
1 cuillerée à soupe de moutarde  
2 cuillerées à soupe de xérès doux  
1/2 tasse de crème fraîche épaisse  
Sel et poivre  
1 baguette  
1/4 de tasse de persil frais, finement haché  
1/2 tasse de parmesan en fines lamelles

1. Faites revenir les oignons pendant 2 minutes dans le beurre à chaleur moyenne. Ajoutez les champignons, le poivre, la coriandre, le cumin, le paprika, et poursuivez la cuisson pendant 8 minutes. Incorporez la moutarde et

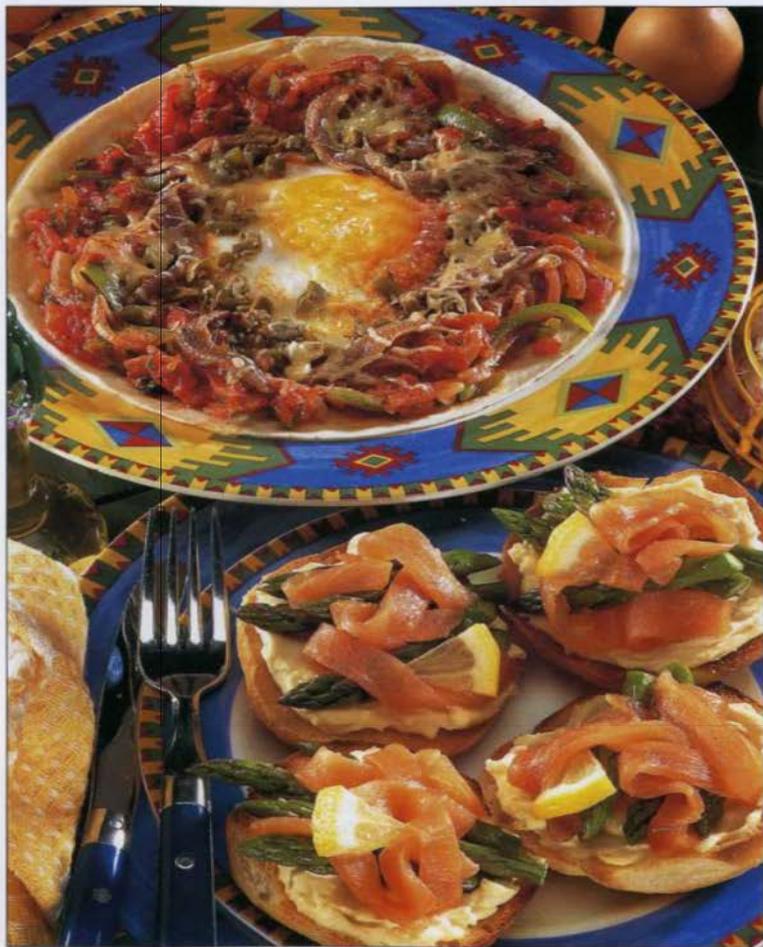


À partir du haut : délice aux champignons, triangles au crabe et crostini

le xérès, réduisez le feu et laissez mijoter 2 minutes. Versez la crème et laissez frémir 8-10 minutes à feu doux, jusqu'à ce que la sauce épaississe et réduise. Retirez du feu, puis laissez refroidir.

2. Coupez la baguette en morceaux de 1 cm que vous faites dorer des deux côtés sous le grill préchauffé. Garnissez chaque morceau de 2-3 cuillerées à café de préparation aux

champignons, puis saupoudrez de persil et de parmesan.  
3. Laissez de nouveau 2 minutes sous le grill, jusqu'à ce que le parmesan fonde, et servez aussitôt.



## Huevos Rancheros

Préparation :

20 minutes

Cuisson :

20 minutes

Pour 2 personnes



2 cuillerées à soupe d'huile d'olive

1 oignon rouge moyen, émincé

1 petit poivron vert, finement émincé

2 gousses d'ail écrasées

1 cuillerée à soupe de persil frais ciselé

440 g de tomates en conserve, concassées

1/2 cuillerée à café de piment en poudre

2 œufs

2 tortillas de 20 cm

Sel et poivre noir

fraîchement moulu

1 tasse de cheddar râpé

45 g de filets d'anchois en conserve, égouttés

1 cuillerée à soupe de câpres hachées

### 1. Faites revenir

l'oignon et le poivron pendant 4-5 minutes dans l'huile chaude d'une poêle, à feu doux. Ajoutez l'ail et le persil, et laissez mijoter 2 minutes. Incorporez les tomates et le piment, portez à ébullition, puis laissez frémir 6 minutes.

2. Formez deux cavités avec une cuillère dans la préparation à la tomate, et cassez un œuf dans chacun. Laissez sur le feu jusqu'à ce que les œufs soient cuits.

3. Étalez les tortillas sur une plaque de cuisson recouverte de papier d'aluminium et posez sur chaque tortilla un œuf avec la moitié de la préparation à la tomate. Saupoudrez de sel, poivre et fromage râpé. Décorez de filets d'anchois et de câpres. Laissez 2 minutes sous le grill préchauffé, jusqu'à ce que le fromage fonde.

## Croûtes à la truite et au raifort

Préparation :

15 minutes

Cuisson :

5 minutes

Pour 2-4 personnes



100 g de fromage frais crémeux

1-2 cuillerées à soupe de sauce au raifort

2 cuillerées à soupe de crème fraîche

2 petits pains ronds

340 g d'asperges en conserve, égouttées

100 g de truite fumée

Citron pour la décoration

1. Fouettez vigoureusement le fromage frais, la sauce au raifort et la crème fraîche. Coupez les pains en deux et faites-les dorer des deux côtés sous le grill préchauffé.

2. Tartinez les surfaces coupées de chaque pain avec 2 à 3 cuillerées à soupe de la préparation. Faites chauffer sous le grill, puis garnissez d'asperges (coupez-les si besoin est) et de morceaux de truite.

3. Décorez de morceaux de citron et servez aussitôt.

**Note :** vous pouvez utiliser des asperges fraîches à la place de celles en conserve. Pour les préparer coupez les tiges et plongez les asperges dans l'eau bouillante pendant 2 minutes. Égouttez aussitôt. Coupez les asperges en deux dans le sens de la longueur si elles sont très épaisses.



Huevos Rancheros (en haut)  
et croûte à la truite et au raifort (en bas)



## Tartines de veau Parmigiana

Préparation :

20 minutes

Cuisson :

20 minutes

Pour 2-4 personnes



200 g de veau détaillé en tranches fines

1 œuf légèrement battu

2 tasses de chapelure

Huile pour friture

1 pain

1/2 portion de sauce à pizza

(p. 5)

120 g de mozzarella,

coupée en tranches

Poivre noir fraîchement moulu

1. Retirez le gras et les nerfs des tranches de veau, puis plongez-les dans l'œuf et enrobez-les de chapelure. Couvrez et laissez

10 minutes au réfrigérateur.

2. Faites dorer une partie du veau pendant 2 à 3 minutes de chaque côté dans l'huile chaude à feu moyen, puis égouttez sur du papier absorbant. Procédez de la même façon avec le reste de la viande.

3. Coupez le pain en

tranches épaisses que vous faites griller des deux côtés. Tartinez de beurre, puis garnissez chaque tranche d'une tranche de veau, 2 cuillerées à soupe de sauce à pizza et d'une tranche de mozzarella. Laissez 3 à 4 minutes sous le gril préchauffé, jusqu'à ce que la sauce soit chaude et le fromage fondu. Saupoudrez de poivre et servez aussitôt.

## Muffins au jambon et aux œufs

Préparation :

10 minutes

Cuisson :

5 minutes

Pour 2 personnes



4 œufs

2 cuillerées à soupe de lait

1 cuillerée à soupe de ciboulette fraîche hachée

30 g de beurre

2 muffins complets

2 tranches de jambon fumé,

haché

1/2 tasse de cheddar râpé

Thym frais pour la

décoration

1. Fouettez vigoureusement les œufs, le lait et la ciboulette dans un saladier. Faites fondre le beurre dans une casserole et ajoutez la préparation; remuez doucement pendant 2 à 3 minutes à feu doux pour obtenir des œufs brouillés. Réservez.
2. Coupez les muffins en deux et faites-les griller 1 à 2 minutes de chaque côté. Tartinez de beurre et garnissez chaque moitié de jambon fumé, œuf et fromage. Laissez 1 à 2 minutes sous le gril préchauffé, jusqu'à ce que le fromage fonde. Décorez de thym et servez aussitôt.

**Note :** vous pouvez remplacer le jambon par du prosciutto, du salami, du saumon ou de la truite fumée, et le fromage par de la sauce hollandaise.



Muffins au jambon et aux œufs (en haut)  
et tartines de veau Parmigiana (en bas)



### Régal à la banane et au chocolat

Préparation :  
15 minutes  
Cuisson :  
5 minutes  
Pour 2 personnes



4 tranches épaisses de pain  
aux fruits secs  
1/2 tasse de ricotta  
2 grosses bananes coupées  
en rondelles  
30 g de chocolat noir, râpé  
Glace pour le service

1. Préchauffez le gril à température moyenne et faites griller le pain des deux côtés.
2. Tartinez de fromage et garnissez de rondelles de banane que le chocolat fonde et que la banane soit chaude. Servez aussitôt avec éventuellement de la glace.

**Note :** fromage italien doux, à la texture lisse, la ricotta entre dans la composition des mets salés et sucrés.

### Tartines briochées à l'abricot

Préparation :  
10 minutes  
Cuisson :  
1-2 minutes  
Pour 2-4 personnes



4 tranches de pain brioché  
150 g de fromage frais crémeux  
1/3 de tasse d'abricots secs  
hachés  
1 cuillerée à soupe de  
gingembre confit haché  
2 cuillerées à soupe  
d'amandes effilées

1. Faites griller le pain brioché des deux côtés.
2. Mélangez intimement le fromage, les abricots et le gingembre. Étalez la préparation sur les tartines et décorez d'amandes.
3. Laissez 30 à 40 secondes sous le gril préchauffé, jusqu'à ce que le fromage soit fondu et les amandes dorées. Servez aussitôt.



Tartines briochées à l'abricot (en haut)  
et régál à la banane et au chocolat (en bas)

# Index

## DESSERTS

- pizza à la pomme et au gingembre, 34
- pizza aux myrtilles et à la banane, 34
- régal à la banane et au chocolat, 63
- tartines briochées à l'abricot, 63

## FRUITS DE MER

- bagels au saumon fumé, 46
- barquettes au thon, 55
- croûte à la truite et au raifort, 59
- pizza aux crevettes et aux pommes de terre, 28
- pizza aux fruits de mer, 9
- pizza aux pétoncles, 24
- pizza surprise aux fruits de mer, 30
- toast au saumon, 44
- triangles au crabe, 56

## JAMBON

- croque-monsieur au jambon et au fromage, 40
- muffins au jambon et aux œufs, 61
- pizza au jambon et à l'ananas, 30

## LÉGUMES

- croissants aux champignons et aux lardons, 43
- croûtes aux champignons, 46
- délice aux champignons, 56
- pizza à la tomate et à la mozzarella, 23
- pizza à l'oignon et aux olives, 20
- pizza aux champignons, 26
- pizza aux légumes, 32
- pizza aux légumes et au fromage de chèvre, 15
- pizza végétarienne, 11
- sandwichs d'aubergine, 39
- tartines au poulet et à l'avocat, 44
- tartine au poulet et aux asperges, 39

## PIZZAS

- champignons (aux), 26
- crevettes et pommes de terre (aux), 28
- feta (à la), 23
- fruits de mer (aux), 9
- grecque, 15
- jambon et à l'ananas (au), 30
- légumes (aux), 32
- légumes et fromage de chèvre (aux), 15
- myrtilles et à la banane (aux), 34
- œuf et au bacon (à l'), 11
- oignon et olives (à l'), 20
- pesto (au), 20
- petites tourtes, 28
- pétoncles (aux), 24
- piment doux (au), 24
- pomme et gingembre (à la), 34
- poulet (au), 16
- poulet sauce satay (au), 9
- quatre fromages (au), 16
- salami (au), 32
- Santa Fe, 16
- saumon fumé (au), 26
- surprise, 6
- surprise aux fruits de mer, 30
- tomate et mozzarella (à la), 23
- viande (à la), 11
- Tex-Mex, 19
- tourte à la viande et aux légumes, 12
- végétarienne, 11

## POULET ET DINDE

- délicé de poulet tandoori, 49
- muffins à la dinde, 43
- pizza au poulet, 16
- pizza au poulet sauce satay, 9
- tartines au poulet et à l'avocat, 44
- toasts au poulet et aux asperges, 39
- tourte mexicaine au poulet, 52

## TOASTS

- bagels au saumon fumé, 46
- barquettes au thon, 55
- B.L.T au fromage, 36
- croissants aux champignons et aux lardons, 43
- croque-monsieur au jambon et au fromage, 40
- crostini, 56
- croûtes à la saucisse, 50
- croûtes à la truite et au raifort, 59
- croûtes aux champignons, 46
- délice aux champignons, 56
- délice de poulet tandoori, 49
- Hucvos Rancheros, 59
- muffins à la dinde, 43
- muffins au jambon et aux œufs, 61
- pain italien, 47
- petits pains mexicains, 44
- régal à la banane et au chocolat, 63
- sandwichs à la mozzarella, 55
- sandwichs d'aubergine, 39
- sandwichs du laboureur, 39
- tartines à la feta, 49
- tartines au poulet et à l'avocat, 44
- tartines briochées à l'abricot, 63
- tartines de veau Parmigiana, 61
- toasts à la bolognaise, 50
- toasts au poulet et aux asperges, 39
- toasts au salami et au fromage, 43
- toasts au saumon, 44
- tourte mexicaine au poulet, 52
- triangles au crabe, 56

