

# Knepfles aux choux de Bruxelles et lard



Dernièrement, je me suis intéressée à l'émission [Petits Plats en Équilibre](#) sur TF1. Je suis tombée un jour sur la recette des Knepfles aux choux de Bruxelles et lard. Les [knepfles](#) sont des sortes de gnocchi alsaciens: je n'ai pas réussi à en trouver alors je les ai remplacés par des gnocchi. Dans la recette originale, Laurent Mariotte suggère d'[effeuiller les choux de Bruxelles](#) et de ne garder que les feuilles mais j'ai préféré les préparer en entier.

Voici la recette écrite mais vous pouvez également consulté la recette filmée de l'émission [ici](#).

*Pour 3-4 personnes*

*20 choux de Bruxelles, 600g de knepfles fraîches ou sèches (ou de gnocchi), 260g de lard, 200ml de vin blanc (du Riesling si possible), 100-120 ml de crème liquide, sel et poivre, pecorino rajouté à la fin*



Si vous le souhaitez, effeuillez les choux de Bruxelles.  
Faites cuire les knepfles 13 minutes dans une casserole d'eau bouillante salée.

Découpez le lard pour préparer la sauce au lard.  
Faire revenir les lardons dans une poêle bien chaude et déglacez avec le vin blanc. Quand le vin a bien réduit, rajoutez la crème liquide. Salez et poivrez.



Pendant que la crème chauffe, faites blanchir les feuilles des choux de Bruxelles.

Une fois que tout est cuit, versez les knepfles puis la sauce au lard et les feuilles de choux.

J'ai servi saupoudré de pecorino mais vous pouvez servir sans fromage ou bien en choisir un autre selon vos goûts.

---

## Crumble salé à la betterave



Le crumble salé à la betterave [vient d'un site allemand](#) que j'ai découvert dernièrement: 'Essen und Trinken' (littéralement 'Manger et Boire'). Le site est vraiment bien conçu et ils m'envoient une recette par jour (et aussi une recette de biscuits de Noël par jour en période de fêtes): je viens de regarder, ils proposent encore bien plus d'options dans leur page '[Newsletter](#)': une recette végétarienne, à base de pâtes, etc.

Mais revenons au crumble salé à la betterave... je l'ai trouvé très sucré voir amer le soir où je l'ai cuisiné. En revanche, le lendemain midi, il m'a semblé délicieux. La prochaine fois, je le préparerai donc un jour avant de le déguster. J'ai remplacé deux ingrédients de la recette originale: le jus d'oranges a été remplacé par du bouillon de légumes et les noix passées au mixeur sont devenues des noisettes en poudre.

## **Voici donc ma version de la recette...**

*Pour 4 personnes*

*Préparation : 10 min*

*Cuisson: 15-20 min*

*50g de noisettes en poudre; 150g de beurre froid; 1 pincée de sel; 1 c. à c. de thym séché (voire même deux dans mon cas); 200g de farine, 1kg de betteraves rouges cuites (dans des emballages plastiques si vous les cherchez déjà cuites); 180ml de bouillon de légumes; 200g de gorgonzola (ou autre fromage bleu); sel et poivre*



Préchauffez le four à 190°C.

Coupez le beurre en dés. Mélangez à la main le beurre avec les noisettes, la farine, le thym et une pincée de sel. Vous obtiendrez ainsi une pâte à crumble. Laissez-la reposer.

Graissez un plat de 24cm de diamètre. Découpez les betteraves cuites en rondelles de 1cm d'épaisseur et disposez-les au fond du plat.

Versez le bouillon de légumes. Salez et poivrez.

Ajoutez le gorgonzola en morceaux puis versez la pâte à crumble sur le dessus.

Faites cuire dans le four pendant 15 à 20 minutes en position « grill », jusqu'à ce que le crumble brunisse.

*Conseil: Si vous voulez varier les ingrédients, l'une des*

*lectrices de Trinken und Essen suggère de remplacer le thym par de l'origan et le gorgonzola par de la feta.*

---

## Brochettes de poulet et chorizo



L'été approche et voici la saison des brochettes. J'ai trouvé cette délicieuse recette de brochettes de poulet et chorizo sur le site [Le Chameau Bleu](#). La recette originale incluait un oignon que je n'ai pas ajouté dans ma version. J'ai néanmoins eu suffisamment d'ingrédients pour préparer six brochettes bien remplies.

*Pour 6 petites brochettes*

*Préparation : 20 min plus 12h de réfrigération*

*Cuisson : 15 min*

*Pour la marinade: 500g de poulet; 2,5 c. à s. d'huile d'olive; 2 gousses d'ail écrasées; le jus d'un citron; 1 c. à c. de paprika; 1/2 c. à c. de cumin moulu; quelques tiges de coriandre*

*Pour les brochettes: 1 chorizo; 1 poivron vert ou rouge*



Coupez le poulet en morceaux de 3 cm de large.

Dans un saladier, mélangez le citron, l'huile, le cumin, le paprika ainsi que les gousses d'ail écrasées et la coriandre. Salez et poivrez.

Rajoutez les morceaux de poulet. Mélangez bien.

Laissez mariner le tout au minimum 2h – ou, encore mieux, préparez la veille et réfrigérez.

Découper le chorizo en rondelles d'un demi centimètre d'épaisseur.

Formez les brochettes en alternant successivement un morceau de chorizo, de poulet puis de poivron.

Faites cuire les brochettes au grill pendant 10 à 15 minutes.



Astuce: ces brochettes peuvent également se préparer grillées au barbecue ou au four (à 220°C en mode grill). Dans ce cas, trempez les pics en bois dans de l'eau pendant 30 minutes environ. Cela évitera de les brûler durant la cuisson.

---

## Pizzadillas : Pizzas express

Je me suis inspirée d'une recette allemande du blog [Wunderweib](#) pour réaliser ces pizzadillas express (prêtes en 30 minutes).

*Pour 3 pizzadillas*

*Préparation: 5-10 minutes*

*Cuisson: 20-25 minutes*

*3 tortillas; 400g de sauce tomates basilic; 1 boule de mozzarella; de l'emmental; 1 poivron; du jambon serrano, du salami; de l'origan*



Préchauffez le four à 200°C.

Faites chauffer de l'huile dans une poêle. Faites dorer chaque tortilla pendant une minute puis retournez-les et faites cuire encore 1 à 2 minutes.





Posez les tortillas sur des plaques de cuisson. Préparer chaque pizzadilla en recouvrant les tortillas de 2-3 c. à s. de sauce tomates.

Recouvrez avec les ingrédients choisis: pour ma part, j'ai mis du salami et du jambon serrano que j'ai recouvert de morceaux de mozzarella et de lamelles de poivron rouge.

Ensuite j'ai saupoudré de l'emmental et de l'origan sur chaque pizzadilla.



Faites cuire au four pendant environ 10 minutes.

Conseil: Vous pouvez utiliser différents types de garnitures (salami, jambon, thon, champignons, poivrons, courgettes, brocolis, tomates, oignons, poivrons, ananas, etc) et de fromages divers types de fromages (parmesan / mozzarella / Gouda) pour votre pizza.

---

# Purée de carottes et lentilles corail



J'ai préparé cette purée de carottes et lentilles corail (du site [Le Journal des Femmes](#)) pour accompagner des [pavés de saumon au chèvre et à la moutarde](#). Cette combinaison a fonctionné à merveille. A vous de la tester maintenant!

*Pour 2 personnes*

*Préparation : 5 min.*

*Cuisson : 20 min.*

*3 carottes ; 120 g de lentilles corail ; 1 cube de bouillon de légumes ; une noisette de beurre ; une pincée de cumin ; une peu de crème liquide ou lait (facultatif) ; sel, poivre*

Faites cuire les carottes dans de l'eau avec un demi cube de bouillon pendant environ 20 min. jusqu'à ce qu'elles soient bien fondantes.

En parallèle, portez une petite casserole d'eau à ébullition

avec l'autre moitié de cube de bouillon de légumes, puis plongez les lentilles corail. Laissez cuire 15 minutes sur feu doux et égouttez.

Mixez les carottes avec les lentilles, le beurre, une pincée de cumin. Salez et poivrez selon le goût.

Enfin, ajoutez un peu de crème jusqu'à obtention de la texture désirée.

Conseil: Retirez bien tout le bouillon de légumes pour évitez que votre purée ne ressemble à une soupe. Si votre purée est trop liquide, ajoutez 1 ou 2 c. à s. de maïzena ou alors un peu de semoule pré-cuite puis mixée avec la purée.

---

## **Riz asiatique aux Corayas**

J'ai découvert le riz asiatique aux Corayas au dos d'un paquet de surimi allemand. Pas de lien direct cette fois-ci car je n'ai pas trouvé la version française sur Internet. En revanche, je vais vous donner mon astuce « surimi »: Coraya n'ayant pas encore de site officiel, je cherche mes recettes de surimi sur le site [Love surimi](#) que je vous recommande vivement.

*Pour 4 personnes*

*Préparation: 10 min*

*Cuisson : 20 min*



*180g de bâtonnets de Coraya au surimi ; 100g de riz basmati ; 200ml de lait de coco ; 1 c. à c. de pâte de curry rouge ; 1 c. à c. de bouillon de légumes ; 2 c. à s. de jus de citron ; 400g de petites courgettes en tranches ; 50g de cacahuètes salées ; sel ; de la citronnelle (pour décorer)*



Faire cuire le riz basmati dans de l'eau bouillante salée.  
Faire chauffer le lait de coco avec la pâte de curry, le bouillon de légumes, le jus de citron et les tranches de courgette.



Rajouter au mélange précédent les cacahuètes et les bâtonnets de surimi, faire chauffer rapidement et saler.  
Servir avec le riz et décorer avec de la citronnelle.