

COOK PROCESSOR


LIVRE DE RECETTES

RECETTES CLASSIQUES POUR TOUS LES JOURS

KitchenAid

KITCHENAID COOK PROCESSOR



Découvrez plus de recettes et des vidéos explicatives
en téléchargeant l'application  gratuite

Vous y retrouverez les recettes classiques du livre en quelques clics, mais aussi de nombreuses autres qui viendront vous inspirer et vous aider à créer des plats savoureux au fil des saisons.

www.kitchenaid.fr/cookprocessor

COOK PROCESSOR

LIVRE DE RECETTES

RECETTES CLASSIQUES POUR TOUS LES JOURS

KitchenAid



LIVRE DE RECETTES COOK PROCESSOR RECETTES CLASSIQUES POUR TOUS LES JOURS

Je suis certain que le dernier-né de la gamme Artisan saura vous séduire.

L'Artisan Cook Processor, qui allie simplicité d'utilisation et précision avec le magnifique design propre à KitchenAid, est un robot de cuisine intelligent qui réunit les fonctions de plusieurs appareils en un seul. Vous pouvez désormais vous débarrasser de quelques casseroles, libérer de la place dans vos armoires et vous épargner quelques vaisselles, car il va simplifier bon nombre de vos tâches culinaires.

L'Artisan Cook Processor effectue de nombreuses activités : outre ses différents modes de cuisson (bouillir, frire, cuire à la vapeur, mijoter et confectionner de la pâte), il hache, pétrit, émince, réduit en purée, mixe, émulsifie, fouette et mélange. Grâce à son panneau de commande clair, il est par ailleurs incroyablement facile à utiliser.

Le présent livre de cuisine rassemble une délicieuse collection de recettes pour toutes les occasions, du petit-déjeuner à la collation du soir en passant par le déjeuner, un petit en-cas et un bon diner entre amis.

J'espère que vous aurez plaisir à vous servir de votre Artisan Cook Processor et que vous apprécierez les résultats véritablement professionnels qu'il vous permettra d'atteindre.

Dirk Vermeiren
Managing Director
KitchenAid Europa, Inc.



SOMMAIRE

AVANT-PROPOS | Dirk Vermeiren 005

SOMMAIRE 007

COMMENT FONCTIONNE LE COOK PROCESSOR ? 008

 **BOUILLIR** 014

 **FRIRE** 036

 **MIJOTER** 046

 **VAPEUR** 098

 **PURÉE** 108

 **PÂTE** 122

MANUEL 132

INDEX ALPHABÉTIQUE DES RECETTES 146

COLOPHON 152

COMMENT FONCTIONNE LE COOK PROCESSOR ?



Ce Livre de recettes est agencé de façon pratique, selon les **6 fonctions de cuisson préprogrammées** : Bouillir, Frire, Mijoter, Vapeur, Purée et Pâte. Chaque recette est expliquée étape par étape. Le livre de recettes propose donc non seulement des préparations aussi savoureuses que simples à préparer, il vous permet également de vous familiariser avec votre Cook Processor. Une fois que vous maîtriserez l'utilisation de votre appareil, vous pourrez alors effectuer vos propres réglages manuellement et l'expérimenter en réalisant vos recettes personnelles.

Les témoins lumineux indiquent à quelle vitesse le Cook Processor tourne.



Si vous utilisez les **fonctions de cuisson**, la **vitesse** est programmée automatiquement. Si vous faites le réglage manuellement, vous pouvez augmenter la vitesse progressivement ou amener le levier directement à la vitesse souhaitée.



Quelques boutons vous permettent de cuire, frire, mijoter, cuire à la vapeur, réduire en purée ou pétrir. Il suffit de choisir la fonction souhaitée.



Une fois que vous avez sélectionné le mode de cuisson désiré, vous devez ensuite **choisir le programme**. Si la recette indique par exemple Mijoter P8, alors vous devez d'abord appuyer sur Mijoter puis tourner la molette jusqu'au programme 8, c'est-à-dire jusqu'à ce que l'écran affiche P8.



Une fois que vous avez sélectionné le mode de cuisson et le programme, vous pouvez les activer ou les confirmer avec le bouton **Start/Pause**. Vous pouvez interrompre le programme à tout moment en appuyant sur Annuler ou sur le bouton Start/Pause.

Important ! La fonction de maintien au chaud est automatiquement activée à la fin d'un programme de cuisson. Si vous voulez encore effectuer quelques réglages manuels du Cook Processor à la fin du programme, vous devez d'abord appuyer sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud.



Vous pouvez vérifier à tout moment sur **l'écran** où en est le programme. L'écran montre à gauche la température, au milieu la fonction et le programme de cuisson, et à droite le temps restant. Et pendant que l'appareil fait tout le travail, vous avez les mains libres pour faire autre chose.



Avant d'appuyer sur Start, vérifiez toujours que **le couvercle** est bien fermé. Si le couvercle n'est pas bien positionné sur le bol, le Cook Processor ne fonctionnera pas. Le couvercle est doté d'un bouchon amovible. Le fait d'ôter ce bouchon permet de laisser échapper plus de vapeur du bol, ce qui peut avoir une utilité dans la recette que vous êtes en train de préparer. Si le bouchon doit être retiré, ce sera toujours indiqué explicitement dans la recette. Si rien n'est spécifié au sujet du bouchon, cela signifie qu'il doit rester en place dans le couvercle.



Choisissez le programme de cuisson souhaité en tournant **la molette**.

Lorsque vous appuyez sur **Pulse**, les ingrédients sont hachés de manière brève et puissante (vitesse 10). Le bouton Pulse ne peut être utilisé qu'en combinaison avec la lame 'MultiBlade'. Le bouton Quick Stir s'utilise pour sa part avec le mélangeur 'StirAssist', pour mélanger brièvement les ingrédients.



Le **mélangeur 'StirAssist'** est un accessoire de mélange conçu par KitchenAid, et qui tourne dans le bol.



Grâce au **mélangeur 'StirAssist'**, les ingrédients restent constamment en mouvement et n'attachent donc pas aux parois du bol.





La lame **'MultiBlade'** est une lame fonctionnelle conçue par KitchenAid qui sert à hacher des ingrédients grossièrement ou finement, selon la vitesse choisie. Plus la lame tourne vite, plus elle hache finement.



Pour les petites quantités, vous pouvez utiliser le petit bol qui s'imbrique parfaitement dans le grand bol, avec sa lame **'Mini MultiBlade'**.



Le **Fouet à œufs** permet non seulement de monter les blancs en neige ou de fouetter de la crème, mais également de préparer des sauces crémeuses et de délicieux desserts.



Le **Panier vapeur** se pose dans le bol au-dessus des autres ingrédients. Ici aussi, commencez par sortir les accessoires du bol.



Avant d'utiliser les **Plats vapeur**, vous devez enlever le couvercle et les accessoires. Posez le Plat vapeur profond sur le bol, déposez le cas échéant le Plat vapeur peu profond au-dessus et fermez avec le Couvercle vapeur.



La lame de **pétrissage** du Cook Processor permet de mélanger et pétrir de la pâte pour faire du pain, des pizzas, des gâteaux et autres délices.



SOUPE AUX OIGNONS À LA MOUTARDE



4 personnes, soupe
Préparation : 8 minutes
Temps de cuisson : 35 minutes

500 g d'oignons, pelés, coupés
en 4

20 g de beurre

2 cubes de bouillon de légumes
600 ml d'eau
1 bouquet garni
2 c. à soupe de moutarde forte



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'oignon dans le bol. Fermez le couvercle. Actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez le beurre à l'oignon. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Sélectionnez BOUILLIR P2 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez les cubes de bouillon, l'eau, le bouquet garni et la moutarde. Fermez le couvercle, sans le bouchon. Appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Ôtez le bouquet garni et servez chaud avec un peu de fromage râpé.

SOUPE AUX TOMATES AVEC BOULETTES



4 personnes, soupe
Préparation : 8 minutes
Temps de cuisson : 35 minutes

150 g d'oignons, pelés, coupés
en 4
1 kg de tomates, coupées en 4
1 poireau, coupé en morceaux
grossiers

2 c. à soupe d'huile d'olive

½ bouquet de persil plat,
haché grossièrement
2 branches d'estragon frais
2 cubes de bouillon de bœuf
750 ml d'eau
2 c. à soupe de purée de tomates
3 c. à soupe de sucre

350 g de boulettes de viande
fraîches (2 cm)

sel & poivre



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'oignon, les tomates et le poireau dans le bol. Fermez le couvercle. Actionnez pendant 15 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Ajoutez l'huile d'olive dans le bol. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Sélectionnez BOUILLIR P2 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez le persil, l'estragon, les cubes de bouillon, l'eau, la purée de tomates et le sucre. Fermez le couvercle. Appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Après l'Étape 2 : appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Ouvrez le couvercle et retirez les branches d'estragon. Fermez le couvercle. Réglez la durée sur 2 minutes, appuyez sur Start et portez lentement la vitesse à 10.

Ajoutez les boulettes crues dans la soupe. Fermez le couvercle. Réglez la température sur 110°C et la durée sur 5 minutes. Appuyez sur Start.

Salez et poivrez selon votre goût. Servez chaud.

SOUPE DE POIS À LA MENTHE



4 personnes, soupe
Préparation : 1 minute
Temps de cuisson : 35 minutes

1 gros oignon, pelé, coupé en 4
150 g de lard fumé, coupé en petits dés

500 g de petits pois, frais ou surgelés
1 l d'eau
1 cube de bouillon de poule
100 ml de crème fraîche allégée
1 poignée de feuilles de menthe fraîches
1 bouquet garni

poivre



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Déposez l'oignon et le lard dans le bol. Fermez le couvercle. Actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Sélectionnez BOUILLIR P2 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez les ingrédients restants dans le bol. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Après l'Étape 2 : appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Retirez le bouquet garni. Fermez le couvercle, avec le bouchon. Portez lentement la vitesse à 10 et laissez tourner pendant 1 à 2 minutes.

Poivrez selon votre goût et servez chaud.

IDÉE : si vous voulez une soupe finement mixée, laissez tourner pendant 5 minutes à la vitesse 10.

SOUPE AUX CAROTTES ET GINGEMBRE



4 personnes, soupe
Préparation : 8 minutes
Temps de cuisson : 20 minutes

100 g d'oignons, pelés, coupés
en 4
30 g de gingembre frais, pelé,
coupé en morceaux grossiers

600 g de carottes, pelées,
coupées en rondelles de 1 cm
1 cube de bouillon de légumes
500 ml d'eau
1 bouquet garni
400 ml de lait de coco

sel & poivre
coriandre fraîche



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade'
dans le bol. Mettez l'oignon et
le gingembre dans le bol.
Fermez le couvercle. Actionnez
pendant 5 secondes le bouton
'impulsion' Pulse. Ouvrez le
couvercle et raclez les parois
du bol.

Ajoutez les carottes, le cube de
bouillon, l'eau, le bouquet garni
et le lait de coco dans le bol.
Fermez le couvercle.
Sélectionnez BOUILLIR P1 puis
appuyez sur Start pour
confirmer.

Appuyez sur Annuler pour
désactiver la fonction de
maintien au chaud. Retirez le
bouquet garni. Réglez la durée
sur 2 à 3 minutes, appuyez sur
Start et portez la vitesse
lentement à 10.

Salez et poivrez selon votre
goût, et décorez pour terminer
avec de la coriandre fraîche.
Servez chaud.



BISQUE DE CREVETTES GRISES

8 personnes, soupe
Préparation : 5 minutes
Temps de cuisson : 35 minutes

500 g de crevettes grises non décortiquées
4 c. à soupe d'huile d'olive

2 c. à soupe de farine
½ poireau, coupé en morceaux grossiers
1 belle carotte, coupée en tronçons
1 branche de céleri vert, coupée en morceaux grossiers
½ fenouil, coupé en morceaux grossiers
2 c. à soupe de cognac (option)
2 cubes de bouillon de poisson
100 ml de vin blanc sec
2 gousses d'ail
1 l d'eau
1 c. à soupe de purée de tomates

100 g de crevettes grises décortiquées
poivre



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez les crevettes non décortiquées et l'huile d'olive dans le bol. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Sélectionnez BOUILLIR P2 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez la farine, le poireau, la carotte, le céleri, le fenouil, le cognac, le bouillon, le vin, l'ail, l'eau et la purée de tomates. Fermez le couvercle, avec le bouchon. Appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Passez la soupe au tamis, poivrez selon votre goût et décorez avec les crevettes décortiquées. Servez chaud.



MINISTRONE



8 personnes, soupe
4 personnes, plat de résistance

Préparation : 8 minutes

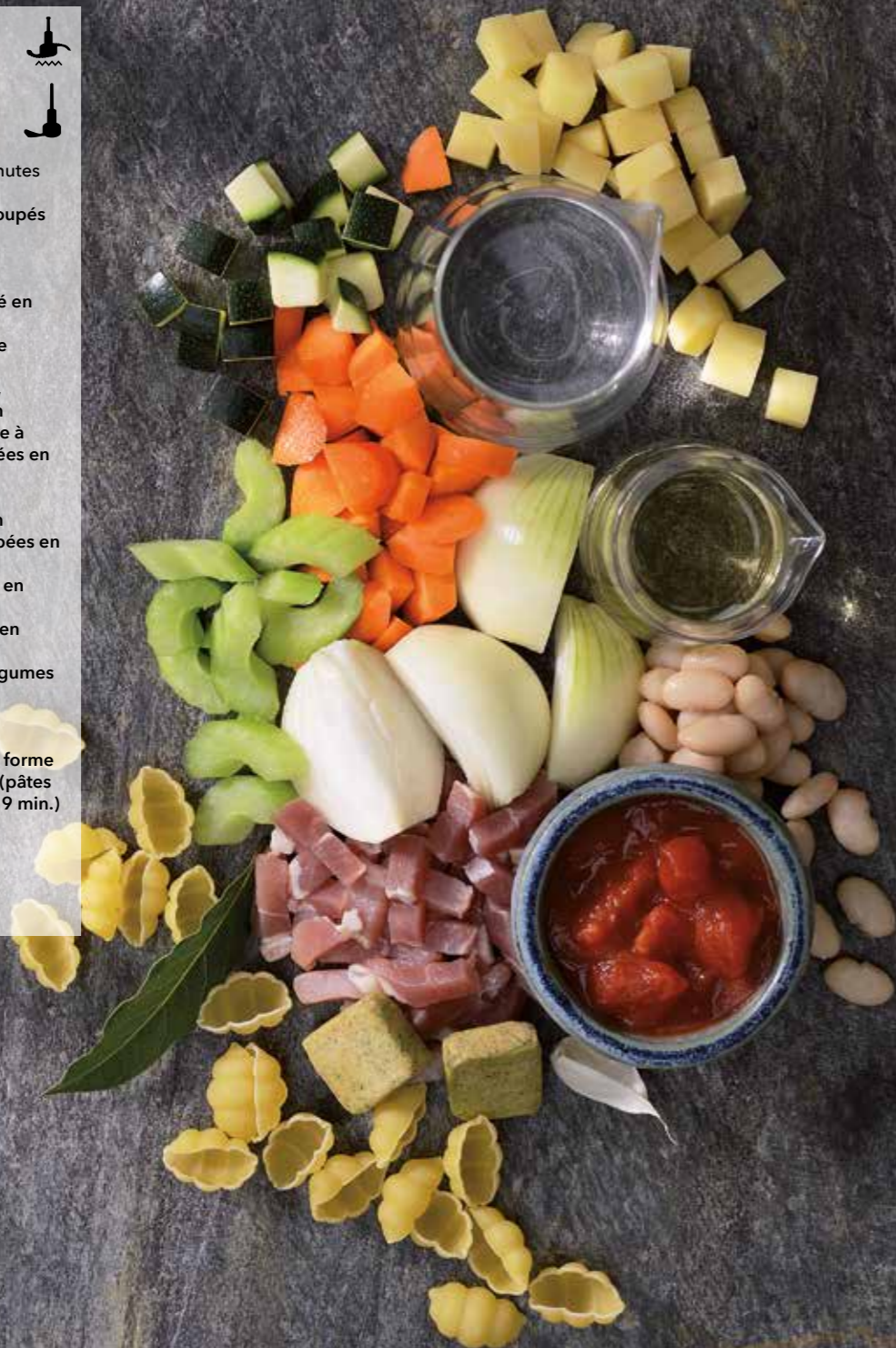
Temps de cuisson : 25 minutes

120 g d'oignons, pelés, coupés en 4
1 gousse d'ail, pelée

100 g de lard fumé, coupé en petits dés
2 c. à soupe d'huile d'olive

120 g de carottes, pelées, coupées en dés de 0,5 cm
120 g de pommes de terre à chair ferme, pelées, coupées en dés de 0,5 cm
2 branches de céleri vert, coupées en dés de 0,5 cm
120 g de courgettes, coupées en dés de 0,5 cm
200 g de dés de tomates, en conserve
100 g de haricots blancs, en conserve, égouttés
2 cubes de bouillon de légumes
1 feuille de laurier
1 l d'eau

100 g de petites pâtes en forme de coquillage, non cuites (pâtes avec durée de cuisson de 9 min.)
sel & poivre



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Déposez l'oignon et l'ail dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez l'huile d'olive et le lard dans le bol. Fermez le couvercle mais en enlevant le bouchon. Sélectionnez BOUILLIR P3 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ouvrez le couvercle. Ajoutez tous les autres ingrédients, à l'exception des coquillettes. Fermez le couvercle, sans le bouchon. Appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Après l'Étape 2 : ajoutez les coquillettes. Fermez le couvercle, sans le bouchon. Appuyez sur Start pour lancer l'Étape 3.

Rectifiez le goût avec sel et poivre. Servez chaud. Délicieux avec du parmesan râpé, une cuillerée de pesto vert (voir recette p.56) et des tranches épaisses de pain multicéréales.

IDÉE : si vous prenez des pâtes avec un temps de cuisson plus long, adaptez le temps à l'étape 3.

CAPPUCCINO DE COURGETTES



8/10 personnes, bouchées
(+/- 1 litre)

Préparation : 5 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes

2 échalotes, pelées, coupées en 4
1 gousse d'ail, pelée

2 c. à soupe d'huile d'olive
300 ml d'eau
1 cube de bouillon de légumes
2 c. à soupe de miel
450 g de courgettes, coupées en
petits dés

250 ml de crème fraîche



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'échalote et l'ail dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Ajoutez l'huile d'olive, l'eau, le cube de bouillon, le miel et les courgettes dans le bol. Fermez le couvercle. Sélectionnez BOUILLIR P1 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Réglez la durée sur 3 minutes, appuyez sur Start et portez la vitesse à 10.

Ouvrez le couvercle. Ajoutez la crème fraîche, refermez puis actionnez pendant 30 secondes le bouton 'impulsion' Pulse.

Répartissez la préparation dans 8 à 10 petits pots et décorez avec de petites feuilles de basilic frais. Servez chaud.

BOUILLON AUX GYOZA DE POULET



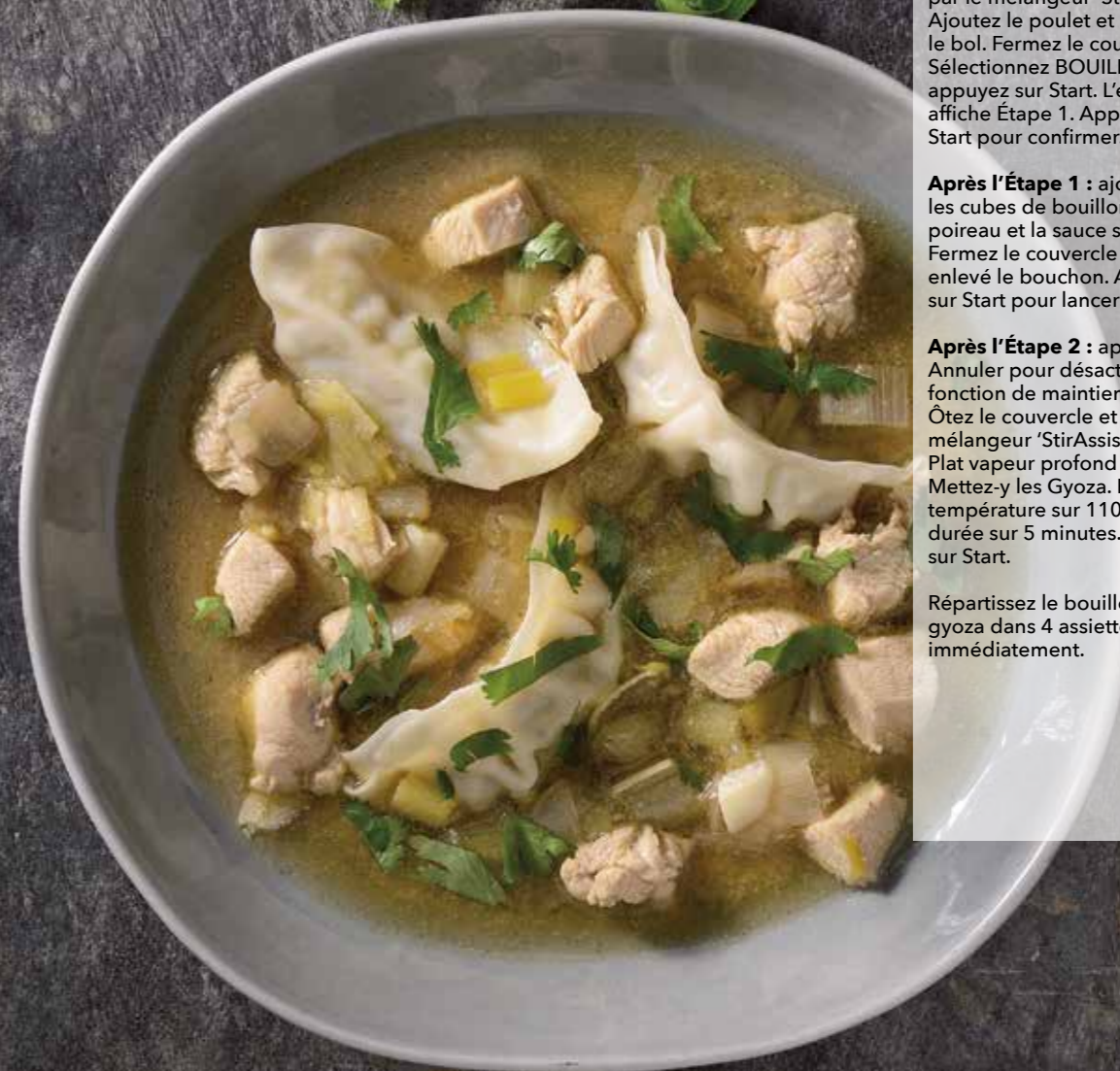
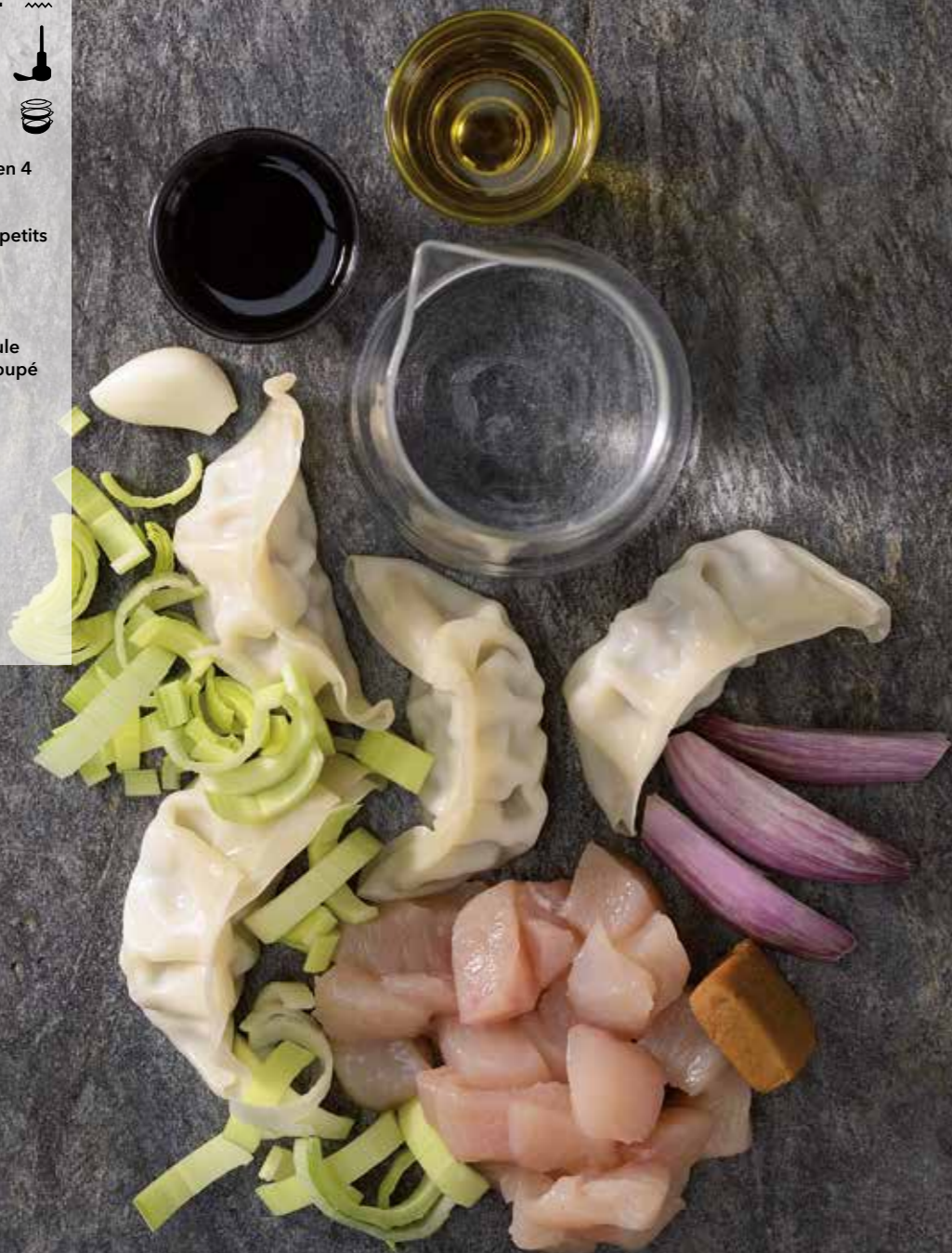
4 personnes, entrée
Préparation : 5 minutes
Temps de cuisson :
35 minutes

1 échalote, pelée, coupée en 4
1 gousse d'ail, pelée

1 filet de poulet, coupé en petits
dés de 1 cm
2 c. à soupe d'huile d'olive

700 ml d'eau
2 cubes de bouillon de poule
1/4 de blanc de poireau, coupé
en demi-rondelles fines
2 c. à soupe de sauce soja

8 gyoza (raviolis japonais)



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'échalote et l'ail dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez le poulet et l'huile dans le bol. Fermez le couvercle. Sélectionnez BOUILLIR P2 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez l'eau, les cubes de bouillon, le poireau et la sauce soja. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Après l'Étape 2 : appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Ôtez le couvercle et le mélangeur 'StirAssist'. Posez le Plat vapeur profond sur le bol. Mettez-y les Gyoza. Réglez la température sur 110°C et la durée sur 5 minutes. Appuyez sur Start.

Répartissez le bouillon et les gyoza dans 4 assiettes et servez immédiatement.

SOUPE DE TOPINAMBOURS AU ROMARIN



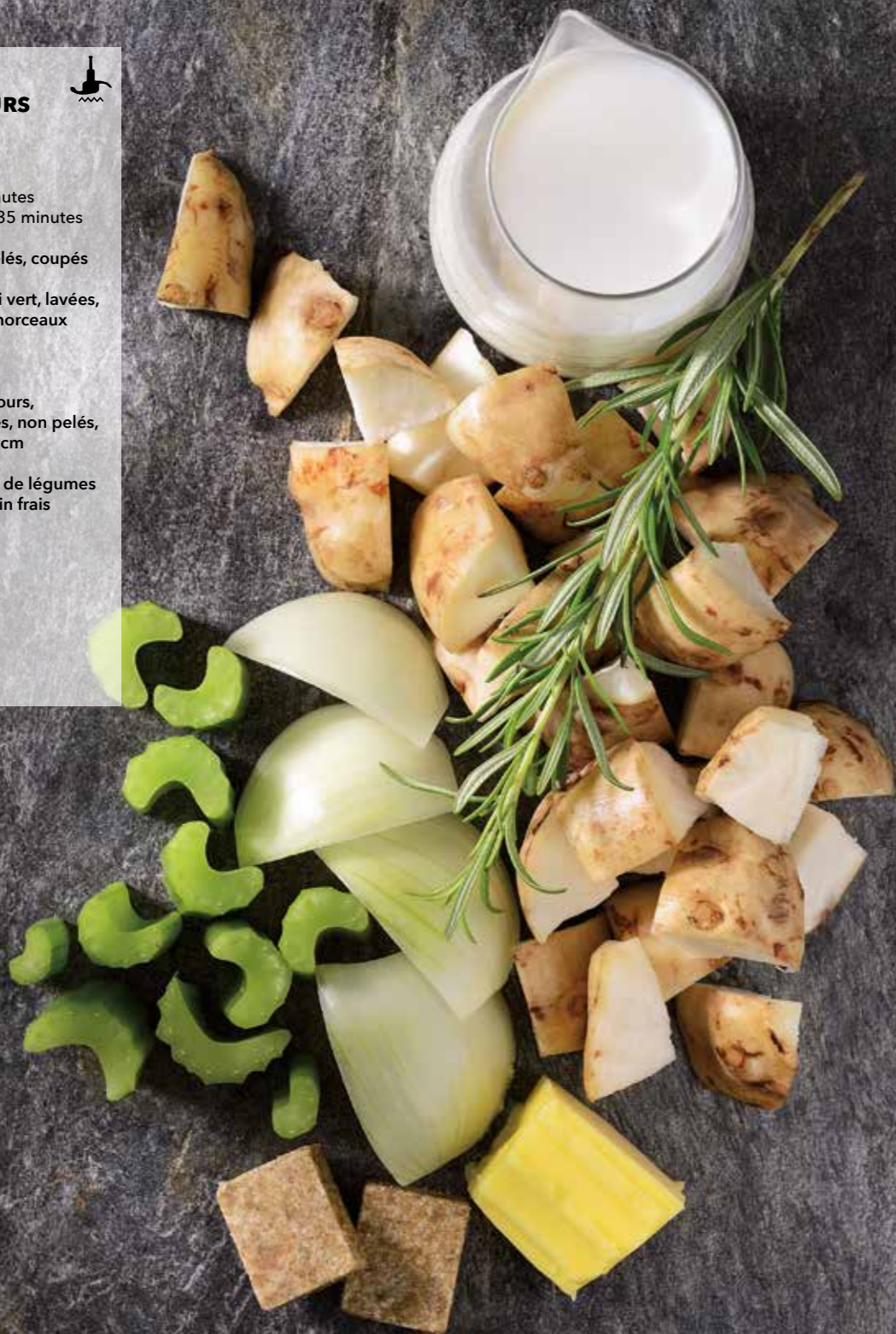
4 personnes, soupe
Préparation : 10 minutes
Temps de cuisson : 35 minutes

100 g d'oignons, pelés, coupés
en 4
2 branches de céleri vert, lavées,
débitées en petits morceaux

10 g de beurre

500 g de topinambours,
soigneusement lavés, non pelés,
coupés en dés de 3 cm
800 ml de lait
2 cubes de bouillon de légumes
1 branche de romarin frais

sel & poivre



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade'
dans le bol. Mettez les oignons
et le céleri dans le bol. Fermez
le couvercle. Actionnez
pendant 5 secondes le bouton
'impulsion' Pulse. Ouvrez le
couvercle et raclez les parois
du bol. Ajoutez le beurre,
refermez le couvercle,
sélectionnez BOUILLIR P2 puis
appuyez sur Start. L'écran
affiche Étape 1. Appuyez sur
Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez les
ingrédients restants dans le
bol. Fermez le couvercle.
Appuyez sur Start pour lancer
l'Étape 2.

Après l'Étape 2 : appuyez sur
Annuler pour désactiver la
fonction de maintien au chaud.
Ôtez les branches de romarin.
Réglez le temps sur 2 à
3 minutes, appuyez sur Start et
portez la vitesse lentement
à 10.

Rectifiez le goût avec sel et
poivre.

IDÉE : si ce n'est pas la saison
des topinambours, utilisez des
pommes de terre.

**CONFITURE
FRAISES-
GINGEMBRE**

800 g, petit-déjeuner
Préparation : 3 minutes
Temps de cuisson : 20 minutes

2 petits blocs de gingembre
confit

400 g de fraises fraîches mûres,
équeutées
400 g de sucre gélifiant

**Préparation**

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez le gingembre dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Ajoutez les fraises et le sucre gélifiant au gingembre. Fermez le couvercle en laissant le bouchon ouvert. Sélectionnez BOUILLIR P1 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Rincez des pots en verre à l'eau bouillante. Remplissez-les de confiture jusqu'au bord. Fermez immédiatement de façon hermétique. La confiture se conservera ainsi plus longtemps.

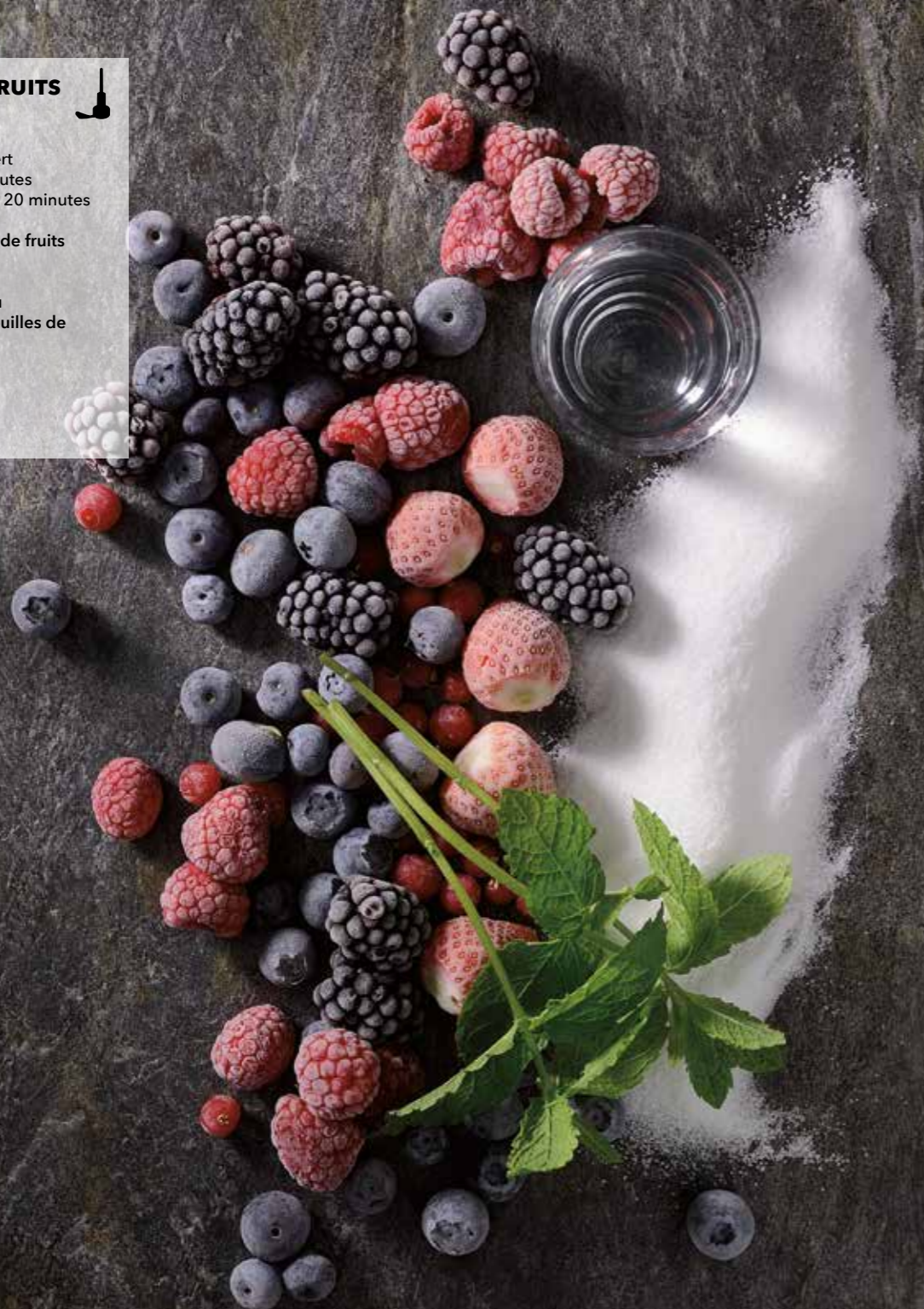
Pour une confiture sans morceaux : réglez la durée sur 2 minutes, appuyez sur Start et portez la vitesse lentement à 10.

IDÉE : Pour une confiture salée, par exemple d'oignons, remplacez les ingrédients par 300 g d'oignons (pelés, coupés en 4), 150 g de sucre et 150 ml de vin rouge. Hachez les oignons comme le gingembre, ajoutez le sucre et le vin, et suivez la recette ci-dessus.

COULIS DE FRUITS ROUGES 

4 personnes, dessert
Préparation : 2 minutes
Temps de cuisson : 20 minutes

500 g de mélange de fruits rouges, surgelés
50 g de sucre
60 ml de Cointreau
une trentaine de feuilles de menthe fraîche

**Préparation**

Installez le mélangeur 'StirAssist' dans le bol. Mettez le mélange de fruits, le sucre, le Cointreau et la menthe dans le bol. Fermez le couvercle. Sélectionnez BOUILLIR P1 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Servez chaud. Délicieux avec de la glace vanille.

IDÉE : Pour un coulis sans morceaux, actionnez pendant 10 secondes le bouton 'impulsion' Pulse après la cuisson. Actionnez le bouton 'impulsion' Pulse moins longtemps si vous voulez de plus grands morceaux.



ASPERGES À LA JAPONAISE



4 personnes, entrée
Préparation : 10 minutes
Temps de cuisson : 10 minutes

4 cm de gingembre, pelé, coupé en morceaux grossiers
2 échalotes, pelées, coupées en 4
1 gousse d'ail, pelée

500 g d'asperges blanches, pelées, coupées en morceaux de 2 cm
1 c. à soupe d'huile de sésame
2 c. à soupe de mirin
2 c. à soupe de sauce soja
1 c. à soupe de sauce d'huître
1 c. à soupe de graines de sésame blanc

1 poignée de coriandre fraîche



Préparation


Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez le gingembre, l'échalote et l'ail dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez les asperges, l'huile de sésame, le mirin, la sauce soja, la sauce d'huître et les graines de sésame dans le bol. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Sélectionnez FRIRE P1 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Décorez avec la coriandre et servez chaud.



RIZ SAUTÉ AU TOFU

4 personnes, entrée
Préparation: 5 minutes
Temps de cuisson:
15 minutes 

3 gousses d'ail, pelées
1 petit piment rouge, épépiné

250 g de riz cuit
150 g de brocolis, divisés en
petits bouquets
150 g de paksoi, coupé en petits
morceaux de 2 cm (également
utiliser les parties vertes)
100 g de poireau, coupé en
demi-lunes
3 c. à soupe de sauce d'huître
1 c. à soupe d'huile de sésame
2 c. à soupe de sauce soja
2 c. à soupe de cassonade

250 g de tofu, en petits dés
2 œufs, battus, dans un petit pot
séparé

1 poignée de coriandre, hachée
grossièrement



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'ail et le piment dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez le riz, les brocolis, le paksoi, le poireau, la sauce d'huître, l'huile de sésame, la sauce soja et le sucre. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Sélectionnez FRIRE P2 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez le tofu et les œufs dans le bol. Refermez le couvercle, sans le bouchon. Appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Décorez avec la coriandre et servez immédiatement.

IDÉE : Faites de préférence cuire le riz un jour à l'avance pour qu'il ait bien le temps d'égoutter.

**CHOP SUEY
(VÉGÉTARIEN)**



4 personnes,
accompagnement
2 personnes, plat de résistance
Préparation : 8 minutes
Temps de cuisson : 15 minutes

1 gousse d'ail, pelée
4 cm de gingembre, pelé, haché
finement

50 g de germes de soja
1 poivron rouge, coupé en
lanières
50 g de carottes, pelées, coupées
en demi-lunes
2 branches de paksoi, coupé en
morceaux de 2 cm (également
utiliser les parties vertes)
100 g de shiitakés frais, coupés
en 4
½ botte d'oignons de printemps,
coupés en rondelles obliques
50 g de mange-tout
1 c. à soupe d'huile de sésame

3 c. à soupe de sauce soja
3 c. à soupe de sauce chili
1 c. à soupe de maïzena

1 poignée de coriandre, hachée
grossièrement



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'ail et le gingembre dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 10 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez les germes de soja, le poivron rouge, les carottes, le paksoi, les shiitakés, les oignons de printemps, les mange-tout et l'huile de sésame dans le bol. Fermez le couvercle. Sélectionnez FRIRE P2 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez la sauce soja, la sauce chili et la maïzena. Refermez le couvercle puis appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Décorez avec la coriandre fraîche et servez avec du riz cuit à la vapeur.

NOUILLES AUX SCAMPIS



4 personnes, plat de résistance
Préparation : 5 minutes
Temps de cuisson : 20 minutes

3 gousses d'ail, pelées
50 g de cacahuètes non salées
1 à 2 petits piments rouges, épépinés

3 c. à soupe d'huile de tournesol
50 g de pâte de tamarin
50 g de cassonade
300 g de scampis, décortiqués
2 œufs

400 ml de lait de coco
2 c. à soupe de sauce poisson
125 g de nouilles sèches

100 g de germes de soja frais
½ botte d'oignons de printemps, coupés en fines rondelles



Préparation

Déposez les nouilles dans un bol, couvrez d'eau bouillante, laissez reposer pendant 5 minutes et égouttez.

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'ail, les cacahuètes et les piments dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 10 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez l'huile, la pâte de tamarin, le sucre, les scampis et les œufs dans le bol. Fermez le couvercle mais en enlevant le bouchon. Sélectionnez FRIRE P2 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez le lait de coco, la sauce poisson et les nouilles égouttées. Refermez le couvercle, avec le bouchon. Appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Après l'Étape 2 : appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Ajoutez les germes de soja. Réglez la durée sur 2 minutes, appuyez sur Start et réglez la vitesse sur 2.

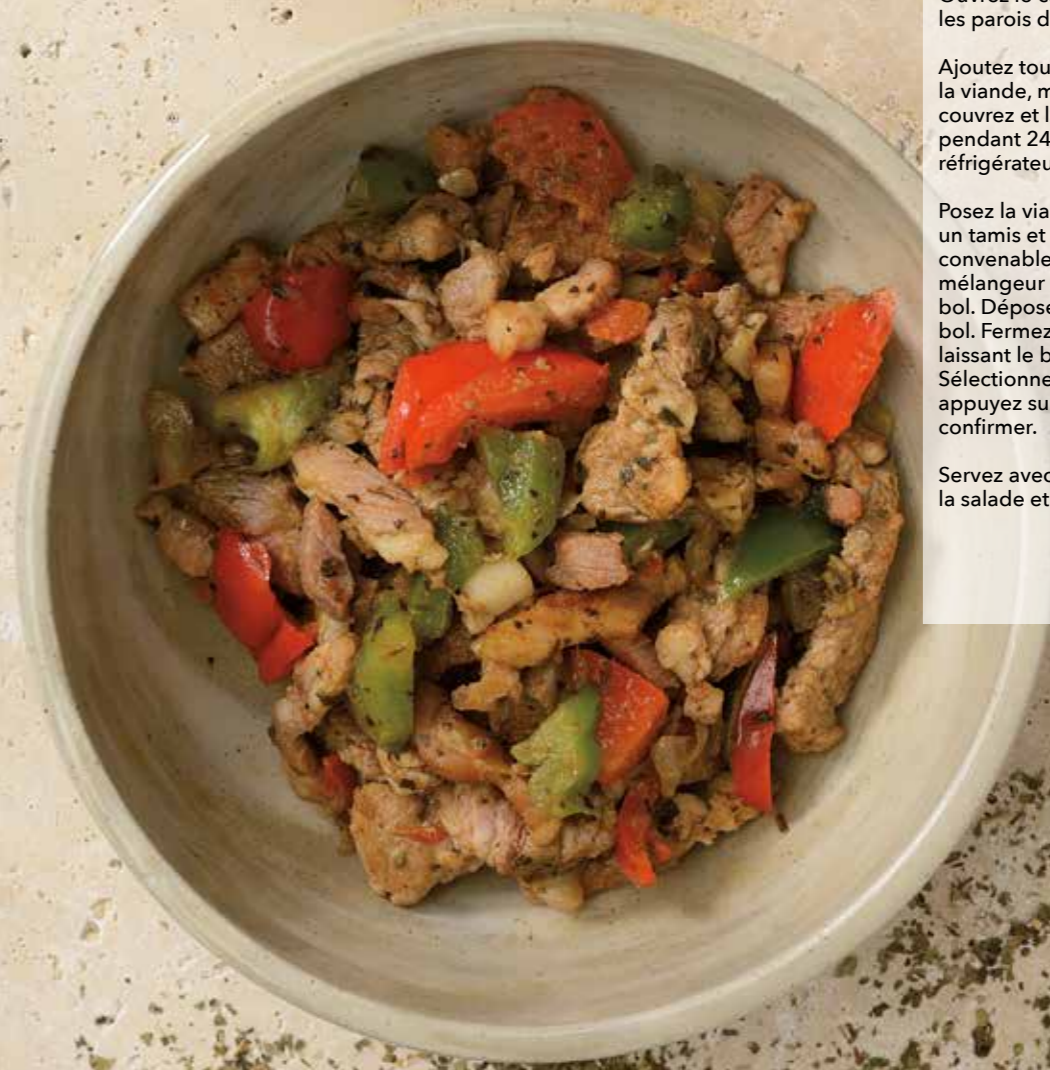
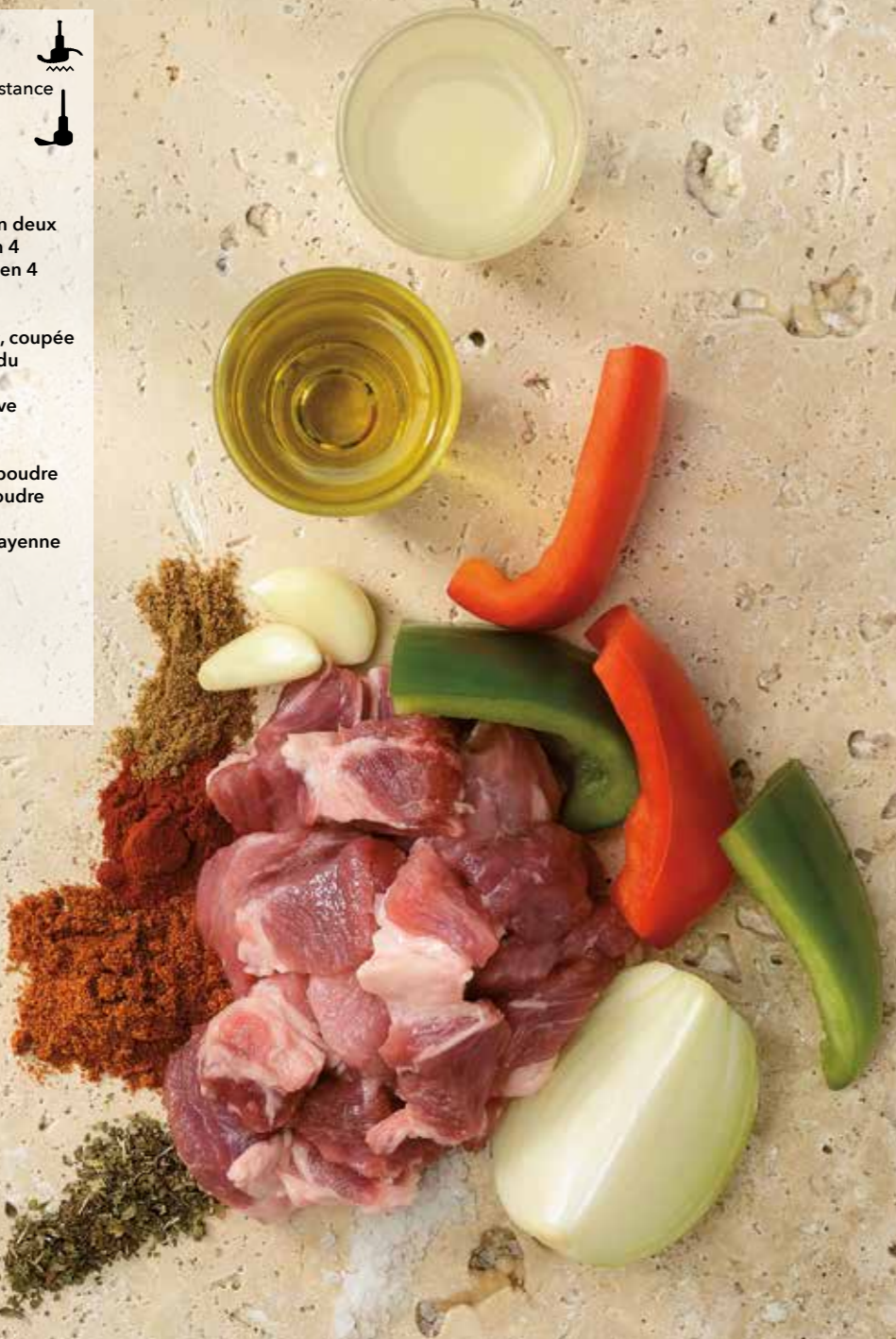
Servez immédiatement.

GYROS

4 personnes, plat de résistance
Préparation : 8 minutes
Temps de cuisson :
10 minutes + 24 heures
pour mariner

½ oignon, pelé, coupé en deux
½ poivron vert, coupé en 4
½ poivron rouge, coupé en 4
2 gousses d'ail, pelées

600 g de viande de porc, coupée
en lanières (idéalement du
sparingue)
3 c. à soupe d'huile d'olive
jus d'1 citron
pincée de gros sel marin
2 c. à thé de paprika en poudre
1 c. à thé de cumin en poudre
1 c. à thé d'origan séché
1 c. à thé de poivre de Cayenne



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'oignon, le poivron et l'ail dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 3 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Ajoutez tous les ingrédients à la viande, mélangez bien, couvrez et laissez mariner pendant 24 heures dans le réfrigérateur.

Posez la viande marinée dans un tamis et laissez-la égoutter convenablement. Installez le mélangeur 'StirAssist' dans le bol. Déposez la viande dans le bol. Fermez le couvercle en laissant le bouchon ouvert. Sélectionnez FRIRE P1 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Servez avec des petits pains, de la salade et une sauce à l'ail.

SAUCE BÉARNAISE

4/6 personnes, sauce
Préparation : 3 minutes
Temps de cuisson : 8 minutes

40 g de gastrique
4 jaunes d'œufs

170 g de vrai beurre, en petits dés
30 g de feuilles d'estragon fraîches, hachées grossièrement
sel & poivre



Préparation

Installez le Fouet à œufs dans le bol. Mettez la gastrique et les jaunes d'œufs dans le bol. Veillez à ce que la gastrique soit bien refroidie. Fermez le couvercle. Sélectionnez MIJOTER P8 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez à nouveau sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : mettez le beurre et l'estragon dans le bol. Réfermez le couvercle puis appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Après l'Étape 2 : salez et poivrez selon votre goût. Servez chaud.

IDÉE : Préparez vous-même votre gastrique. Installez le mélangeur 'StirAssist'. Mettez 200 ml de vinaigre, 200 ml d'eau, 200 ml de vin blanc, 1 c. à soupe de grains de poivre blanc, 20 g d'estragon frais et 1 échalote hachée finement dans le bol. Fermez le couvercle. Réglez la température sur 120°C et la durée sur 10 minutes. Appuyez sur Start et réglez la vitesse sur 2. Versez dans un tamis puis dans une bouteille (se conserve pendant plusieurs mois).

SAUCE CURRY

4 personnes, sauce
Préparation : 3 minutes
Temps de cuisson :
10 minutes



1 pomme, coupée en 4, sans le cœur
1 oignon, pelé, coupé en 4

2 c. à soupe de maïzena
100 ml d'eau
1 cube de bouillon de légumes
300 ml de crème fraîche
2 c. à soupe de curry en poudre
ou 1 c. à soupe de pâte de curry
2 c. à soupe de sauce soja



Préparation

Délayez la maïzena dans l'eau.

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez la pomme et l'oignon dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez l'eau avec la maïzena, le cube de bouillon, la crème fraîche, le curry et la sauce soja dans le bol. Fermez le couvercle en laissant le bouchon ouvert. Sélectionnez MIJOTER P3 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Servez chaud.

IDÉE : Pour un poulet curry : ajoutez 300 g de filet de poulet coupé en dés avec la crème fraîche.

SAUCE CRÈME POIVRE VERT



4/6 personnes, sauce
Préparation : 2 minutes
Temps de cuisson : 10 minutes

60 g de grains de poivre vert,
égouttés et rincés
3 c. à soupe de maïzena
200 ml d'eau
250 ml de crème fraîche
1 c. à soupe d'Oxo
1 c. à soupe de ketchup
sel



Préparation

Délayez la maïzena dans l'eau. Installez le mélangeur 'StirAssist' dans le bol. Mettez tous les ingrédients dans le bol. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Sélectionnez MIJOTER P3 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Salez selon votre goût et servez immédiatement.

IDÉE : Délicieux avec de la viande rouge grillée, des frites maison et une petite salade de witloofs.

SAUCE TOMATE



4/6 personnes, sauce
Préparation : 2 minutes
Temps de cuisson :
10 minutes



250 g d'oignons, pelés, coupés
en 4
2 gousses d'ail, pelées
4 tomates, coupées en 4

80 ml d'huile d'olive
400 g de dés de tomates, en
consève
2 cubes de bouillon de légumes
3 branches de romarin frais
3 branches de thym

sel & poivre



Préparation

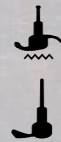
Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'oignon, l'ail et les tomates dans le bol. Fermez le couvercle. Actionnez pendant 10 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez l'huile d'olive, les dés de tomates, le thym, le romarin et les cubes de bouillon dans le bol. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Sélectionnez MIJOTER P3 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Ôtez les branches de romarin et de thym. Salez et poivrez.



RATATOUILLE



4 personnes,
accompagnement
Préparation : 8 minutes
Temps de cuisson :
25 minutes

100 g d'oignons, pelés, coupés
en 4
2 gousses d'ail, pelées
240 g de tomates fraîches,
coupées en 4

3 c. à soupe d'huile d'olive
1 poivron jaune, coupé en
morceaux de 2 à 3 cm
1 poivron rouge, coupé en
morceaux de 2 à 3 cm
2 branches de thym frais
1 branche de romarin frais
2 cubes de bouillon de légumes

200 g de courgettes, coupées en
dés de 2 à 3 cm
200 g d'aubergines, coupées en
dés de 2 à 3 cm



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade'
dans le bol. Mettez l'oignon,
l'ail et les tomates dans le bol.
Fermez le couvercle. Actionnez
pendant 5 secondes le bouton
'impulsion' Pulse.

Remplacez la lame 'MultiBlade'
par le mélangeur 'StirAssist'.
Ajoutez l'huile d'olive, les
poivrons, le thym, le romarin et
les cubes de bouillon dans le
bol. Fermez le couvercle après
avoir enlevé le bouchon.
Sélectionnez MIJOTER P11
puis appuyez sur Start. L'écran
affiche Étape 1. Appuyez sur
Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez les
aubergines et les courgettes.
Refermez le couvercle, sans le
bouchon. Appuyez sur Start
pour lancer l'Étape 2.

Ôtez les branches de romarin
et de thym. Servez chaud.

IDÉE : Délicieux avec des dés
de lard cuit et du riz complet.

PESTO DE ROQUETTE



4 personnes, sauce
Préparation : 1 minute
Temps de cuisson : 8 minutes

2 gousses d'ail, pelées

60 g de pignons de pin
2 c. à soupe d'huile d'olive

80 g de roquette fraîche
60 g de parmesan, coupé en morceaux

140 ml d'huile d'olive
sel & poivre



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'ail dans le bol. Fermez le couvercle. Actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Ajoutez les pignons de pin et 2 c. à soupe d'huile d'olive. Refermez le couvercle. Sélectionnez MIJOTER P1 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Ajoutez la roquette, le parmesan, sel & poivre. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Portez lentement la vitesse à 10 et laissez tourner pendant 1 minute. Ajoutez l'huile progressivement pendant que la machine tourne. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol. Fermez le couvercle et mixez une nouvelle fois à vitesse maximale pendant 30 secondes.

IDÉE : pour un pesto genovese, remplacez la roquette par du basilic.

RILLETES DE PORC

4 à 8 personnes, bouchées
Préparation : 8 minutes
Temps de cuisson : 1 heure
30 minutes

1 oignon, pelé, coupé en 4
2 gousses d'ail, pelées

400 g de viande de porc, coupée
en morceaux de 4 cm (de
préférence du spiringue, pas de
la viande maigre)
200 g de lard fumé, coupé en
petits dés
50 g + 50 g de saindoux
1 cube de bouillon de viande
100 ml de vin blanc
1 c. à soupe de moutarde à
l'ancienne



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'oignon et l'ail dans le bol. Fermez le couvercle. Actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Ajoutez la viande, le lard, 50 g de saindoux, le cube de bouillon, le vin blanc et la moutarde dans le bol. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Sélectionnez MIJOTER P4 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Ajoutez encore 50 g de saindoux. Refermez le couvercle. Réglez la vitesse sur 5 et laissez tourner pendant 30 à 45 secondes.

Servez comme petites bouchées, sur des toasts, avec un verre de bon vin.

IDÉE : Pour des rillettes encore plus onctueuses, ajoutez un peu plus de saindoux.

CHUTNEY DE MANGUE



4 à 6 personnes,
accompagnement
Préparation : 8 minutes
Temps de cuisson : 45 minutes

1 gousse d'ail, pelée
2 échalotes, pelées, coupées en 4
1 petit piment rouge, épépiné
5 cm de gingembre, pelé, coupé
en petits morceaux
1 poignée de coriandre fraîche

2 mangues, sans noyau, pelées,
coupées en morceaux grossiers
1 c. à thé de garam masala
180 g de cassonade
100 ml de vinaigre ordinaire
80 g de raisins blancs secs



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'ail, les échalotes, le piment, le gingembre et la coriandre dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse.

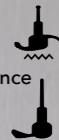
Ajoutez les mangues, le garam masala, le sucre, le vinaigre et les raisins secs dans le bol. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Sélectionnez MIJOTER P2 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Versez le chutney dans un pot et laissez refroidir.

IDÉE : Délicieux pour accompagner le poulet tikka masala (voir recette p. 72)

RISOTTO

4 personnes, plat de résistance
Préparation : 2 minutes
Temps de cuisson :
30 minutes



90 g d'oignons, pelés, coupés
en 4

40 g d'huile d'olive
300 g de riz Carnaroli

150 g de vin blanc sec
500 ml de bouillon de légumes

20 g de beurre de ferme frais
80 g de copeaux de parmesan



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'oignon dans le bol. Fermez le couvercle. Actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez l'huile dans le bol. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Sélectionnez MIJOTER P9 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez le riz dans le bol. Fermez le couvercle, sans le bouchon. Appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Après l'Étape 2 : ajoutez le vin blanc. Refermez, sans le bouchon. Appuyez sur Start pour lancer l'Étape 3.

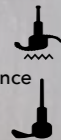
Après l'Étape 3 : ajoutez le bouillon. Refermez, sans le bouchon. Appuyez sur Start pour lancer l'Étape 4.

Après l'Étape 4 : appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Ajoutez le beurre et le parmesan. Fermez le couvercle. Réglez la vitesse sur 1 et laissez tourner pendant 1 minute. Si le fromage n'est pas tout à fait mélangé avec le riz, mélangez vous-même manuellement encore un peu.

Servez immédiatement.

IDÉE : vous pouvez ajouter des légumes ou des gambas à l'Étape 3.

BOUILLABAISSSE



4 personnes, plat de résistance
Préparation : 5 minutes
Temps de cuisson :
20 minutes

1 oignon, pelé, coupé en 4
3 gousses d'ail, pelées
½ fenouil, coupé en morceaux
120 g de tomates, coupées en 4

2 capsules de safran
30 ml d'huile d'olive
350 ml de vin blanc sec
¼ de blanc de poireau, coupé en rondelles
2 cubes de bouillon de poisson
1 bouquet garni
1 c. à soupe de pastis
400 ml d'eau
1 c. à soupe de purée de tomates

250 g de moules, lavées
250 g de filets de grondin,
coupés en morceaux de 4 cm
250 g de filets de lotte, coupés
en morceaux de 4 cm
250 g de filets de dorade, coupés
en morceaux de 4 cm



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'oignon, l'ail, le fenouil et les tomates dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez le safran, l'huile, le vin, le poireau, les cubes de bouillon, le bouquet garni, le pastis, l'eau et la purée de tomates dans le bol. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Sélectionnez MIJOTER P3 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Retirez le mélangeur 'StirAssist' et ajoutez les poissons ainsi que les moules. Fermez le couvercle, avec le bouchon. Réglez la température sur 110°C et la durée sur 8 à 10 minutes. Appuyez sur Start.

Ôtez le bouquet garni. Servez chaud avec une rouille (voir recette p. 136) et des toasts.

PENNE BOLOGNAISE



4/6 personnes, plat de résistance
Préparation : 2 minutes
Temps de cuisson : 50 minutes

200 g d'oignons, pelés, coupés en 4
1 gousse d'ail, pelée

5 c. à soupe d'huile d'olive
500 g de viande hachée
100 g de lard fumé, coupé en petits dés

800 g de dés de tomates, en conserve
2 cubes de bouillon de viande
1 poignée de basilic frais
500 ml d'eau

500 g de penne, non cuites
sel & poivre



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'oignon et l'ail dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez l'huile d'olive, la viande hachée et le lard dans le bol. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Sélectionnez MIJOTER P7 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez les tomates, les cubes de bouillon, le basilic et l'eau. Fermez le couvercle mais enlevez le bouchon. Appuyez sur Start.

Après l'Étape 2 : ajoutez les pâtes à la sauce. Fermez le couvercle, avec le bouchon. Puis appuyez sur Start pour lancer l'Étape 3.

Salez et poivrez. Répartissez dans les assiettes et servez. Saupoudrez le cas échéant de parmesan râpé.

WATERZOOI DE POULET



4 personnes, plat de résistance
Préparation : 10 minutes
Temps de cuisson : 50 minutes

2 jaunes d'œufs
100 ml de crème fraîche

1 oignon, pelé, coupé en 4

20 g de beurre

4 cuisses de poulet (hauts de cuisse séparés des pilons), coupées en morceaux
1 bouquet garni
1 cube de bouillon de poule
250 ml de crème fraîche
250 ml d'eau

2 carottes, pelées, coupées en bâtonnets fins
½ poireau, coupé en bâtonnets fins
2 branches de céleri vert, coupées en bâtonnets fins
2 grosses pommes de terre, pelées, coupées en morceaux grossiers



Préparation

Mélangez la crème fraîche avec les jaunes d'œufs et réservez.

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'oignon dans le bol. Fermez le couvercle. Actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez le beurre dans le bol. Fermez le couvercle. Sélectionnez MIJOTER P7 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

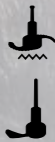
Après l'Étape 1 : ajoutez le poulet, le bouquet garni, le cube de bouillon, la crème fraîche et l'eau. Fermez le couvercle puis appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Après l'Étape 2 : ajoutez les carottes, le poireau, le céleri et les pommes de terre dans le bol. Fermez le couvercle puis appuyez sur Start pour lancer l'Étape 3.

Après l'Étape 3 : appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Ajoutez le mélange de crème fraîche et de jaunes d'œufs. Fermez le couvercle. Réglez la durée sur 2 minutes, appuyez sur Start et réglez la vitesse sur 2.

Ôtez le bouquet garni et servez chaud dans des assiettes creuses.

POULET AU CURRY VERT THAÏ



4 personnes, plat de résistance
Préparation : 3 minutes
Temps de cuisson : 25 minutes

5 cm de gingembre frais, pelé, coupé en morceaux grossiers

400 ml de lait de coco
1 tige de citronnelle, coupée en deux dans le sens de la longueur (ou 1 c. à thé de pâte de citronnelle)
6 feuilles de citron kaffir
1 c. à soupe de pâte de curry vert
1 cube de bouillon de poule
600 g de filet de poulet, coupé en lanières
1 poivron vert, coupé en lanières
2 c. à soupe de sauce poisson thaïe

12 tomates cerises

1 poignée de coriandre, hachée grossièrement



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez le gingembre dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

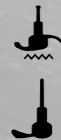
Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez le lait de coco, la citronnelle, les feuilles de citron kaffir, la pâte de curry, le cube de bouillon, le poulet, le poivron et la sauce poisson. Fermez le couvercle en laissant le bouchon ouvert. Sélectionnez MIJOTER P11 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez les tomates cerises dans le bol. Refermez le couvercle puis appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Décorez avec la coriandre. Servez chaud avec du riz jasmín cuit à la vapeur.

IDÉE : Pour un curry plus relevé, utilisez 2 c. à soupe de pâte de curry vert.

POULET TIKKA MASALA



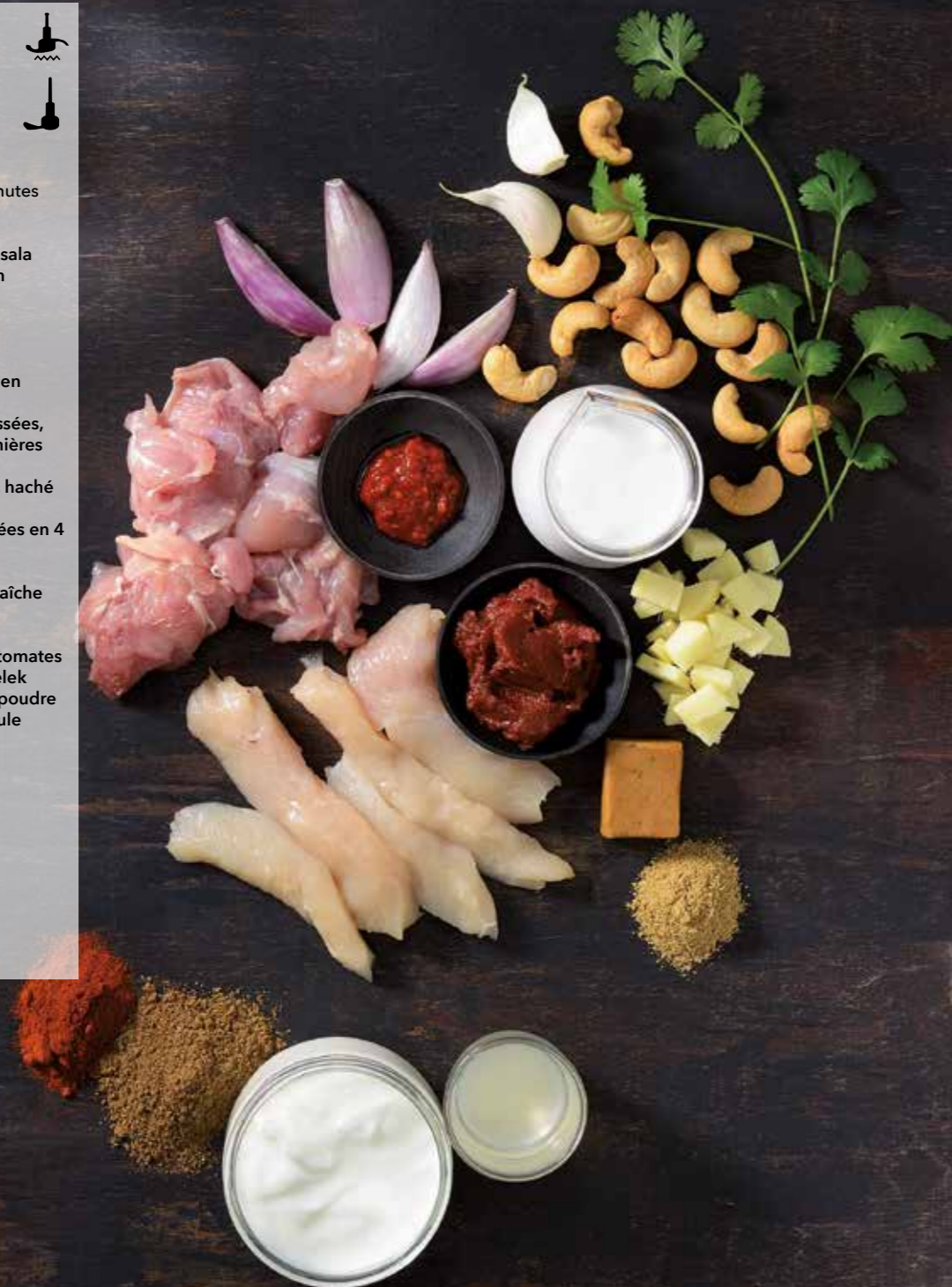
4 personnes, plat de résistance
Préparation : 10 minutes
+ 2 heures pour mariner
Temps de cuisson : 45 minutes

125 g de yaourt entier
2 c. à soupe de garam masala
1 c. à soupe de paprika en poudre
sel & poivre
jus d'1 citron

2 filets de poulet, coupés en lanières épaisses
2 cuisses de poulet, désossées, sans peau, coupées en lanières

5 cm de gingembre, pelé, haché grossièrement
3 échalotes, pelées, coupées en 4
100 g de noix de cajou
4 gousses d'ail, pelées
1 poignée de coriandre fraîche

400 ml de lait de coco
2 c. à soupe de purée de tomates
1 c. à soupe de sambal oelek
1 c. à soupe de cumin en poudre
1 cube de bouillon de poule



Préparation

Mélangez le garam masala, le paprika, le sel, le poivre et le jus de citron avec le yaourt. Déposez le poulet et le mélange au yaourt dans un plat. Mélangez avec soin, couvrez et laissez mariner pendant 2 heures au réfrigérateur.

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez le gingembre, les échalotes, les noix de cajou, l'ail et la coriandre dans le bol. Fermez le couvercle. Actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Retirez le poulet du plat et jetez l'excédent de marinade. Ajoutez le poulet, le lait de coco, la purée de tomates, le sambal oelek, le cumin et le cube de bouillon dans le bol. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Sélectionnez MIJOTER P2 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Servez chaud.

IDÉE : Délicieux avec du riz basmati cuit à la vapeur et un chutney de mangue (voir recette p. 60)

TAJINE AU POULET



4 personnes, plat de résistance
Préparation : 8 minutes
Temps de cuisson : 45 minutes



1 oignon, pelé, coupé en 4
2 gousses d'ail, pelées
2 tomates, coupées en 4

4 cuisses de poulet (hauts de cuisse séparés des pilons), coupées en morceaux
200 g de pommes de terre, pelées, coupées en gros morceaux
2 carottes, pelées, coupées en rondelles de 2 cm
1/2 citron, coupé en 4
2 feuilles de laurier
1 c. à soupe de raz-el-hanout
150 g d'olives vertes, dénoyautées, égouttées
1 poivron rouge, coupé en 8
1 cube de bouillon de poule
2 c. à soupe d'huile d'olive

coriandre fraîche, hachée grossièrement



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'oignon, l'ail et les tomates dans le bol. Fermez le couvercle. Actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez le reste des ingrédients dans le bol, à l'exception de la coriandre. Fermez le couvercle. Sélectionnez MIJOTER P2 puis appuyez sur Start.

Versez la tajine dans un plat, décorez de coriandre fraîche et servez chaud.

IDÉE : Pour un tajine végétarien : doublez la quantité de légumes, ne mettez pas de viande et utilisez un cube de bouillon de légumes.

COQ-AU-VIN



4 personnes, plat de résistance
Préparation : 8 minutes
Temps de cuisson : 45 minutes

4 grandes échalotes, pelées, coupées en 4

3 cuisses de poulet (hauts de cuisse séparés des pilons)
sel & poivre
farine

300 ml de vin rouge
150 g de lard fumé, coupé en petits dés
125 g de champignons de Paris, coupés en deux
100 g d'oignons grelots, frais ou surgelés
2 cubes de bouillon de poule
2 carottes, pelées, coupées en rondelles de 0,5 cm
1 c. à soupe de purée de tomates
1 bouquet garni



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez les échalotes dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Salez et poivrez le poulet puis passez-le dans la farine. Déposez le poulet dans le bol. Ajoutez tous les autres ingrédients dans le bol. Fermez le couvercle. Sélectionnez MIJOTER P2 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Ôtez le bouquet garni et servez chaud.

IDÉE : Délicieux avec une petite salade verte et des pommes de terre grenailles rissolées.

CHILI CON CARNE

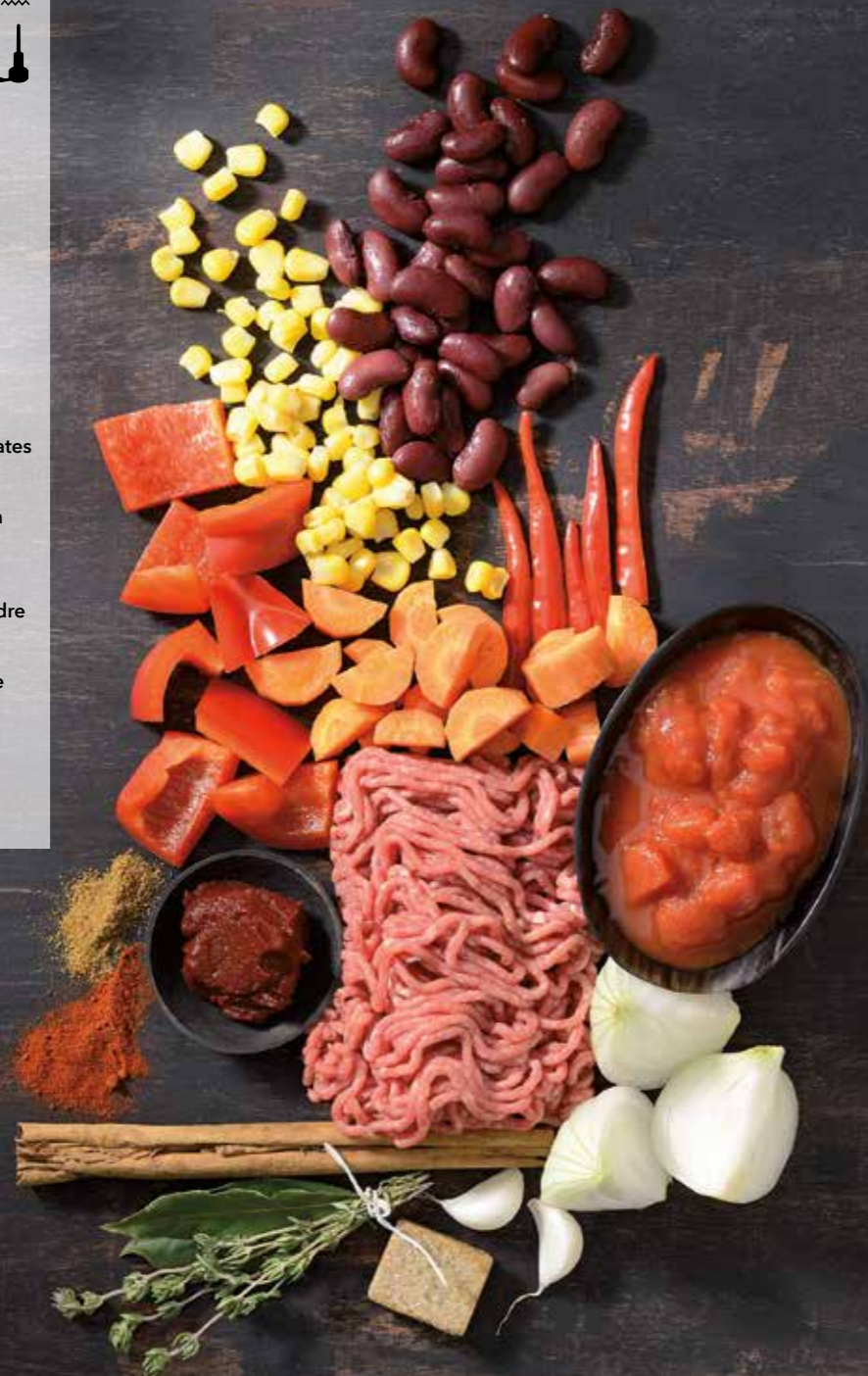


4 personnes, plat de résistance
Préparation : 5 minutes
Temps de cuisson : 45 minutes



2 oignons, pelés, coupés en 4
3 gousses d'ail, pelées
2 petits piments rouges, épépinés

400 g de viande hachée
200 g de maïs en conserve, égoutté
400 g de haricots rouges (1 boîte), égouttés
400 g de dés de tomates, en conserve
2 c. à soupe de purée de tomates
1 poivron rouge, coupé en morceaux
2 carottes, pelées, coupées en demi-lunes de 1 cm
1 c. à soupe de paprika en poudre
1 c. à soupe de cumin en poudre
1 bâton de cannelle
1 bouquet garni
2 cubes de bouillon de viande
1 pincée de gros sel marin



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez les oignons, les piments rouges et l'ail dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse.

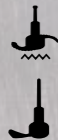
Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez les ingrédients restants dans le bol. Fermez le couvercle. Sélectionnez MIJOTER P2 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Servez chaud avec du riz.

IDÉE Pour un chili 'sin carne' : ne mettez pas de viande et remplacez les cubes de bouillon de viande par des cubes de bouillon de légumes.



CARBONADES À LA BIÈRE BRUNE



4 personnes, plat de résistance
Préparation : 5 minutes
Temps de cuisson : 1 heure
30 minutes

100 g d'oignons, pelés, coupés en 4

700 g de carbonades de bœuf (cuisse ou épaule), coupées en dés de 3 à 4 cm
2 c. à soupe de maïzena ou de féculé de pommes de terre
20 g de beurre
33 cl de bière brune
2 c. à soupe de moutarde relevée
3 feuilles de laurier
3 branches de thym
1 cube de bouillon de bœuf
sel & poivre



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'oignon dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Mélangez la viande crue avec la maïzena. Remuez bien jusqu'à ce que toute la viande soit bien couverte de maïzena. Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez la viande, le beurre, la bière, la moutarde, le laurier, le thym et le cube de bouillon dans le bol. Refermez le couvercle. Sélectionnez MIJOTER P4 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Salez et poivrez. Servez chaud avec des frites fraîches.



BOULETTES DE VIANDE À LA MAROCAINE



4 personnes, plat de
résistance
Préparation : 5 minutes
Temps de cuisson : 25 minutes

pour la viande :

1 gousse d'ail, pelée
1 poignée de menthe fraîche
3 cm de gingembre, pelé, haché
en morceaux
1 oignon, pelé, coupé en 4
500 g d'agneau haché
1 c. à soupe de mélange d'épices
raz-el-hanout
1 œuf

pour la sauce:

1 oignon, pelé, coupé en 4
2 gousses d'ail, pelées
2 petits piments rouges,
épépinés
1 tomate, coupée en 4

2 c. à soupe d'huile d'olive
2 bâtons de cannelle
1 c. à soupe de cumin
1 cube de bouillon de poule
1 boîte (400 g) de dés de
tomates



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'ail, la menthe, le gingembre et l'oignon dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol. Versez le mélange dans un grand saladier. Ajoutez le mélange d'ail, le raz-el-hanout et l'œuf. Mélangez soigneusement et façonnez ensuite de petites boulettes (max. 5 cm). Déposez les boulettes dans le Plat vapeur profond.

Mettez l'oignon, l'ail, les piments et la tomate dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez l'huile, la cannelle, le cumin, le cube de bouillon et les dés de tomates. Fermez le couvercle mais en enlevant le bouchon. Sélectionnez MIJOTER P3 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Ôtez le couvercle et le mélangeur 'StirAssist'. Posez le Plat vapeur. Couvrez avec le Couvercle vapeur. Réglez la température sur 100°C et la durée sur 8 à 10 minutes. Appuyez sur Start.

Servez chaud avec du couscous.

COUSCOUS D'AGNEAU



4 personnes, plat de
résistance
Préparation : 8 minutes
Temps de cuisson : 1 heure

300 g de couscous sec
300 ml d'eau froide

1 oignon, pelé, coupé en 4
2 gousses d'ail, pelées
2 tomates, coupées en 4

2 c. à soupe d'huile d'olive
600 g de viande d'agneau (dans
le gigot), coupée en morceaux
de 2 à 3 cm
2 carottes, pelées, coupées en
tranches de 3 à 4 cm
2 feuilles de laurier
1 c. à soupe de cumin en poudre
1 cube de bouillon de bœuf
200 ml d'eau
100 g de pois chiches en
conserves, égouttés

sel & poivre
menthe fraîche



Préparation

Mettez le couscous dans un bol, ajoutez l'eau froide, mélangez et réservez.

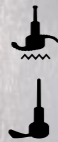
Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'oignon, l'ail et les tomates dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez l'huile d'olive, l'agneau, les carottes, le laurier, le cumin en poudre, le cube de bouillon, l'eau et les pois chiches dans le bol. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Sélectionnez MIJOTER P2 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Ôtez le couvercle et le mélangeur 'StirAssist'. Versez le couscous dans le Plat vapeur profond et posez celui-ci sur le bol. Couvrez avec le Couvercle vapeur. Réglez la température sur 100°C et la durée sur 5 à 10 minutes. Appuyez sur Start.

Salez et poivrez selon votre goût, ajoutez de la menthe fraîche, répartissez dans des assiettes et servez avec le couscous chaud.

**IRISH STEW
(RAGOÛT DE
MOUTON À
L'IRLANDAISE)**



4 à 6 personnes, plat de résistance
Préparation : 10 minutes
Temps de cuisson : 1 heure
10 minutes

2 oignons, pelés, coupés en 4

500 g de gigot de mouton ou
d'agneau, désossé, coupé en
morceaux de 2 cm
2 c. à soupe de maïzena
300 g de pommes de terre,
pelées, coupées en morceaux
grossiers
¼ de blanc de poireau, coupé en
rondelles de 1 cm
2 carottes, pelées, coupées en
morceaux de 2 cm
400 ml de bouillon d'agneau
1 bouquet garni
sel & poivre

100 g d'orge
100 g de chou vert, coupé en
lanières
2 branches de feuilles de menthe
fraîche



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade'
dans le bol. Mettez l'oignon
dans le bol. Fermez le
couvercle puis actionnez
pendant 5 secondes le bouton
'impulsion' Pulse.

Remplacez la lame 'MultiBlade'
par le mélangeur 'StirAssist'.
Salez et poivrez la viande, puis
passez-la dans la maïzena.
Remuez bien jusqu'à ce que
toute la viande soit bien
couverte de maïzena. Ajoutez
la viande, les pommes de terre,
les poireaux, les carottes, le
bouillon et le bouquet garni
dans le bol. Fermez le
couvercle après avoir enlevé le
bouchon. Sélectionnez
MIJOTER P6 puis appuyez sur
Start. L'écran affiche Étape 1.
Appuyez sur Start pour
confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez
l'orge, le chou vert et les
feuilles de menthe. Refermez le
couvercle sans le bouchon puis
appuyez sur Start pour lancer
l'Étape 2.

Ôtez le bouquet garni et servez
chaud.

CASSOULET D'AGNEAU



4 personnes, plat de résistance
Préparation : 10 minutes
Temps de cuisson : 1 heure
10 minutes

2 petits oignons, pelés, coupés en 4
2 gousses d'ail, pelées

400 g de gigot d'agneau, désossé, en morceaux de 3 à 4 cm

1 c. à soupe de farine
1 bouquet garni
2 c. à soupe de purée de tomates
2 grandes carottes, pelées, coupées en morceaux de 2 cm
1 boîte (400 g) de dés de tomates
200 g de lard fumé, coupé en petits dés
200 ml de bouillon d'agneau sel & poivre

1 boîte (400 g) de haricots blancs, égouttés et rincés
250 g de petites saucisses, type saucisses de Toulouse ou merguez



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'oignon et l'ail dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Salez et poivrez la viande crue, et passez-la dans la farine. Remuez bien jusqu'à ce que toute la viande soit bien couverte de farine. Mettez la viande d'agneau, le bouquet garni, la purée de tomates, les carottes, les dés de tomates, le lard et le bouillon dans le bol. Fermez le couvercle mais en enlevant le bouchon. Sélectionnez MIJOTER P6 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez les saucisses et les haricots. Fermez le couvercle, sans le bouchon. Appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Ôtez le bouquet garni et servez chaud dans des assiettes creuses.

RIZ AU LAIT AU SAFRAN



4/6 personnes, dessert
Préparation : 2 minutes
Temps de cuisson : 35 minutes
+ 2 heures pour laisser figer

1 l de lait entier
1 gousse de vanille
1 capsule de safran en poudre
(0,6 g) (option)
60 g de sucre cristallisé
1 anis étoilé

200 g de riz dessert



Préparation

Installez le mélangeur 'StirAssist' dans le bol. Coupez la gousse de vanille dans le sens de la longueur et grattez les graines avec un couteau. Mettez le lait, les graines de vanille, la gousse de vanille, le safran, le sucre et l'anis étoilé dans le bol. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Sélectionnez MIJOTER P5 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ôtez la gousse de vanille et ajoutez le riz. Fermez le couvercle, sans le bouchon. Appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Répartissez le riz au lait dans 4 à 6 petits pots et laissez refroidir totalement. Servez avec de la cassonade.

IDÉE : Pour un riz au lait plus sucré, ajoutez 40 g de sucre en plus.

BAVAROIS AUX MÛRES



6/8 personnes, dessert
Préparation : 5 minutes
Temps de cuisson : 10 minutes
+ 2 heures pour reposer

8 jaunes d'œufs
220 g de sucre cristallisé

250 ml de lait entier
2 gousses de vanille

8 g de feuilles de gélatine,
trempées dans de l'eau froide,
essorées
250 g de mûres fraîches

125 ml de crème fraîche,
légèrement battue



Préparation

Installez le Fouet à œufs dans le bol. Mettez les jaunes d'œufs et le sucre dans le bol. Fermez le couvercle. Réglez la durée sur 3 minutes, appuyez sur Start et réglez la vitesse sur 4.

Coupez les gousses de vanille dans le sens de la longueur et grattez les graines avec un couteau. Ajoutez le lait, les graines et les gousses dans le bol. Fermez le couvercle, sans le bouchon. Sélectionnez MIJOTER P1 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Ajoutez la gélatine et les mûres. Fermez le couvercle. Appuyez sur le bouton 'mélange rapide' Quick Stir pendant 30 secondes.

Retirez les gousses de vanille. Placez le bol avec le mélange au réfrigérateur mais faites attention à ce que la mixture ne se fige pas.

Ajoutez la crème fraîche légèrement battue au mélange. Réglez la vitesse sur 2 et la durée sur 1 minute.

Répartissez le bavaoïs dans 6 à 8 petits pots. Laissez figer pendant au moins 2 heures au réfrigérateur.

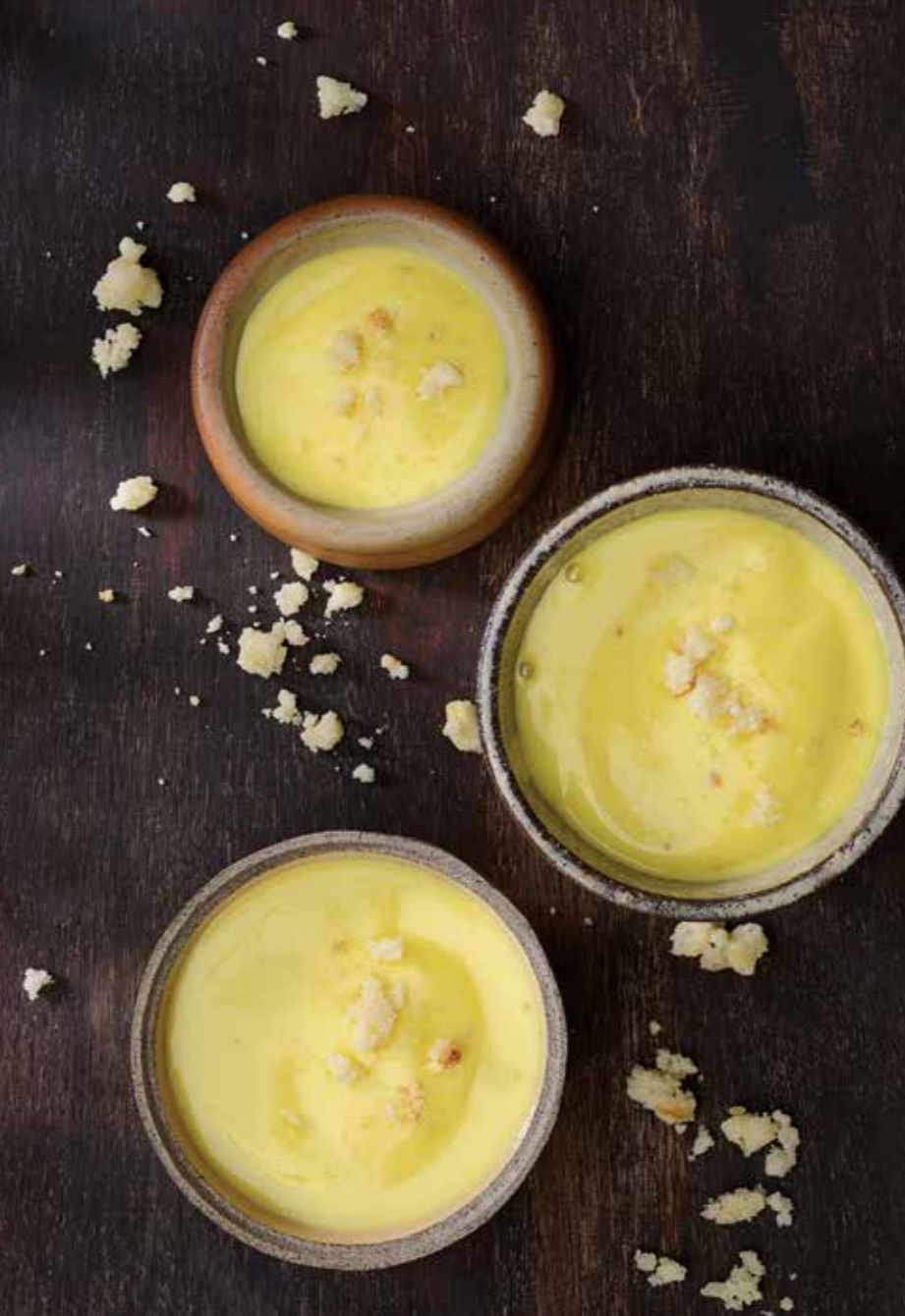
SABAYON



4 personnes, dessert
Préparation : 1 minute
Temps de cuisson : 8 minutes

6 jaunes d'œufs (réservez les blancs d'œufs, voir IDÉE)
40 ml de vin Marsala
80 ml de vin blanc sec
100 g de sucre cristallisé

50 g de biscuits amaretti, émiettés



Préparation

Installez le Fouet à œufs dans le bol. Mettez tous les ingrédients dans le bol, à l'exception des biscuits. Fermez le couvercle. Sélectionnez MIJOTER P8 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez les biscuits amaretti dans le bol (procédez rapidement, sinon le sabayon est raté). Refermez le couvercle. Appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Si vous préparez un sabayon sans biscuits, faites les réglages manuellement. Réglez la température sur 80°C et la durée sur 8 minutes. Appuyez sur Start et réglez la vitesse sur 5.

Répartissez le sabayon dans quatre verres et servez chaud.

IDÉE : Faites de la meringue avec les blancs d'œufs. Installez le Fouet à œufs dans le bol. Versez les 6 blancs d'œufs et 160 g de sucre glace. Fermez le couvercle. Réglez la durée sur 10 minutes, appuyez sur Start et réglez la vitesse sur 8. Faites cuire pendant environ 60 minutes à 110°C avec la porte du four entrouverte.

PANNA COTTA AUX FRAISES ET PIMENTS ROUGES



4/6 personnes, dessert
Préparation : 2 minutes
Temps de cuisson : 7 minutes +
4 heures pour laisser figer

200 ml de lait
250 ml de crème fraîche
50 g de sucre cristallisé
1 c. à thé d'extrait de vanille
1 piment rouge, coupé en deux
dans le sens de la longueur,
épépiné

2 feuilles de gélatine (10 g),
trempées dans de l'eau froide et
essorées

10 à 15 fraises, équeutées et
coupées en tranches



Préparation

Installez le Fouet à œufs dans le bol. Mettez le lait, la crème fraîche, le sucre, la vanille et le piment rouge dans le bol. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Sélectionnez MIJOTER P1 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Ajoutez les feuilles de gélatine essorées. Refermez le couvercle. Réglez la vitesse sur 2 et laissez tourner pendant 1 minute.

Retirez le piment rouge. Répartissez les fraises dans les pots, mais réservez-en quelques-unes pour la décoration. Versez la panna cotta sur les fraises. Laissez figer pendant au moins 4 heures au réfrigérateur.

Décorez avec quelques tranches de fraises et servez.



DIM SUM AUX SCAMPIS

± 20 pièces, entrée
Préparation : 30 minutes
Temps de cuisson :
10 minutes



250 g de scampis décortiqués,
intestin enlevé
2 cm de gingembre, pelé, haché
finement

1 c. à thé de sauce d'huître
1 c. à soupe de sauce soja
1 c. à thé de sucre
sel & poivre

20 feuilles de wonton

sauce aigre-douce



Préparation

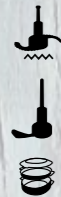
Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez les scampis et le gingembre dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez la sauce d'huître, la sauce soja, sel et poivre dans le bol. Fermez le couvercle. Réglez la vitesse sur 2 et laissez tourner pendant 1 minute.

Ouvrez le couvercle. La farce est prête. Déposez les feuilles de wonton sur le plan de travail et humidifiez-les avec un peu d'eau. Déposez au milieu de chaque feuille une généreuse cuillerée de farce. Repliez les bords. Ôtez le couvercle et le mélangeur 'StirAssist'. Déposez les dim sum dans les 2 Plats vapeur et posez ceux-ci sur le bol. Couvrez avec le Couvercle vapeur. Sélectionnez VAPEUR P1 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Servez immédiatement avec une sauce aigre-douce.

**LÉGUMES VAPEUR
À LA SAUCE SOJA**



4 personnes,
accompagnement
2 personnes, plat de
résistance
Préparation : 8 minutes
Temps de cuisson : 15 minutes

100 g de noix de cajou

100 g de mange-tout
½ botte d'oignons de printemps,
coupés en rondelles obliques
1 poivron rouge, coupé en
lanières
120 g de courgettes, coupées en
demi-lunes
100 g de carottes, pelées,
coupées en demi-lunes
100 g de mini-maïs frais

2 gousses d'ail, pelées
4 cm de gingembre, pelé, coupé
en morceaux grossiers

1 c. à soupe d'huile de sésame
3 c. à soupe de sauce soja
3 c. à soupe de sauce d'huître
1 c. à soupe de maïzena

1 poignée de coriandre, hachée
grossièrement



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez les noix de cajou dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Retirez les noix de cajou du bol et réservez.

Enlevez le couvercle et la lame 'MultiBlade'. Versez 200 ml d'eau dans le bol. Déposez les légumes dans le Plat vapeur profond et posez celui-ci sur le bol. Couvrez avec le Couvercle vapeur. Réglez la température sur 120°C et la durée sur 10 minutes. Appuyez sur Start.

Retirez le Plat vapeur du bol. Installez la lame 'MultiBlade'. Ajoutez l'ail et le gingembre dans le liquide de cuisson dans le bol. Reposez le couvercle et fermez. puis actionnez pendant 10 secondes le bouton 'impulsion' Pulse.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le mélangeur 'StirAssist'. Ajoutez l'huile de sésame, la sauce soja, la sauce d'huître, la maïzena et les légumes dans le bol. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Sélectionnez VAPEUR P2 puis appuyez sur Start.

Versez les légumes dans un plat et décorez avec les noix de cajou et la coriandre. Servez chaud.

**POISSON
AU BOUILLON
ORIENTAL**



4 personnes, entrée
Préparation : 10 minutes
Temps de cuisson : 10 minutes

2 échalotes, pelées et coupées
en 4
4 cm de gingembre, pelé, coupé
en morceaux grossiers

600 ml d'eau
100 ml de sauce soja
1 c. à soupe d'huile de sésame
½ botte d'oignons de printemps,
coupés en rondelles obliques
1 feuille de nori (algues séchées),
coupée en lanières
100 g de mini-champignons,
type shimeji (également appelés
'champignons du hêtre')

200 g de filet de saumon frais,
sans peau, coupé en morceaux
de 3 à 5 cm
200 g de filet de cabillaud frais,
sans peau, coupé en morceaux
de 3 à 5 cm
8 scampis décortiqués, avec la
queue



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade'
dans le bol. Mettez les
échalotes et le gingembre dans
le bol. Fermez le couvercle.
Actionnez pendant 5 secondes
le bouton 'impulsion' Pulse.
Ouvrez le couvercle et raclez
les parois du bol.

Retirez le couvercle et la lame
'MultiBlade'. Ajoutez l'eau, la
sauce soja, l'huile de sésame,
les oignons de printemps, la
feuille de nori et les
champignons dans le bol.
Déposez le poisson et les
queues de scampis dans le Plat
vapeur profond et posez
celui-ci sur le bol. Couvrez avec
le Couvercle vapeur.
Sélectionnez VAPEUR P1 puis
appuyez sur Start pour
confirmer.

Servez chaud.

SAUMON EN PAPILOTE



4 personnes, plat de résistance
Préparation : 5 minutes
Temps de cuisson : 10 minutes

3 c. à soupe de sauce soja
5 c. à soupe de sauce d'huître
1 c. à soupe d'huile de sésame
1 c. à soupe de graines de sésame

2 carottes, pelées, coupées en morceaux de 3 cm
1 courgette, coupée en deux dans le sens de la longueur puis en morceaux de 5 cm
2 branches de céleri vert, coupées en morceaux de 5 cm
4 cm de gingembre frais, pelé, coupé en morceaux

600 g de filet de saumon, sans peau, coupé en morceaux de 3 cm sur 6 cm
½ botte d'oignons de printemps, hachés finement du papier sulfurisé



Préparation

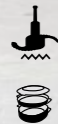
Mélangez la sauce soja avec la sauce d'huître, les graines de sésame et l'huile de sésame. Réservez.

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez les carottes, la courgette, le céleri et le gingembre dans le bol. Fermez le couvercle. Actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et versez le mélange dans un plat.

Retirez le couvercle et la lame 'MultiBlade'. Versez 400 ml d'eau dans le bol. Confectionnez 4 papillotes à l'aide de papier sulfurisé. Répartissez les légumes sur le papier sulfurisé, ensuite le poisson et la sauce, et terminez avec les oignons de printemps. Fermez les papillotes, déposez-les dans le Plat vapeur profond et posez celui-ci sur le bol. Couvrez avec le Couvercle vapeur. Sélectionnez VAPEUR P1 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Disposez les papillotes sur des assiettes et servez. Ouvrez les papillotes à table, à l'aide d'un couteau.

MOULES AU DIP CURRY



4 personnes, bouchées
Préparation : 5 minutes
Temps de cuisson : 15 minutes

1 branche de céleri, émincée finement
½ blanc de poireau, coupé en demi-lunes
½ oignon, pelé, coupé en 4
1 c. à soupe d'huile d'olive

500 g de moules fraîches, lavées
200 ml de vin blanc sec

Pour la sauce :
80 g de crème aigre
25 g de moutarde à l'ancienne
1 c. à thé de curry en poudre

sel & poivre




Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez le céleri, le poireau, l'oignon et l'huile d'olive dans le bol. Fermez le couvercle. Actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol. Refermez le couvercle et ôtez le bouchon. Sélectionnez VAPEUR P2 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Retirez le couvercle et la lame 'MultiBlade'. Versez le vin blanc dans le bol. Déposez les moules dans le Plat vapeur profond et posez celui-ci sur le bol. Couvrez avec le Couvercle vapeur. Réglez la température sur 120°C et la durée sur 5 minutes. Appuyez sur Start.

Retirez le Plat vapeur du bol et réservez. Passez le liquide de cuisson au tamis et reversez-en 100 ml dans le bol. Installez la lame 'MultiBlade'. Ajoutez la crème aigre, la moutarde et le curry. Reposez le couvercle et fermez. Appuyez pendant 5 secondes sur le bouton 'impulsion' Pulse.

Salez et poivrez, et servez comme dip avec les moules.

PURÉE DE POMMES DE TERRE ET CHOU 

4 personnes, accompagnement
Préparation : 5 minutes
Temps de cuisson : 25 minutes

500 g de pommes de terre farineuses, pelées, coupées en petits dés
100 ml de lait entier
140 ml d'eau
50 g de vrai beurre
200 g de chou vert, émincé finement
sel & poivre
noix de muscade

**Préparation**

Installez le mélangeur 'StirAssist' dans le bol. Déposez les pommes de terre, le lait, l'eau, le beurre et le chou vert dans le bol. Fermez le couvercle. Sélectionnez PURÉE P2 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Assaisonnez avec de la noix de muscade, du sel et du poivre. Servez immédiatement.

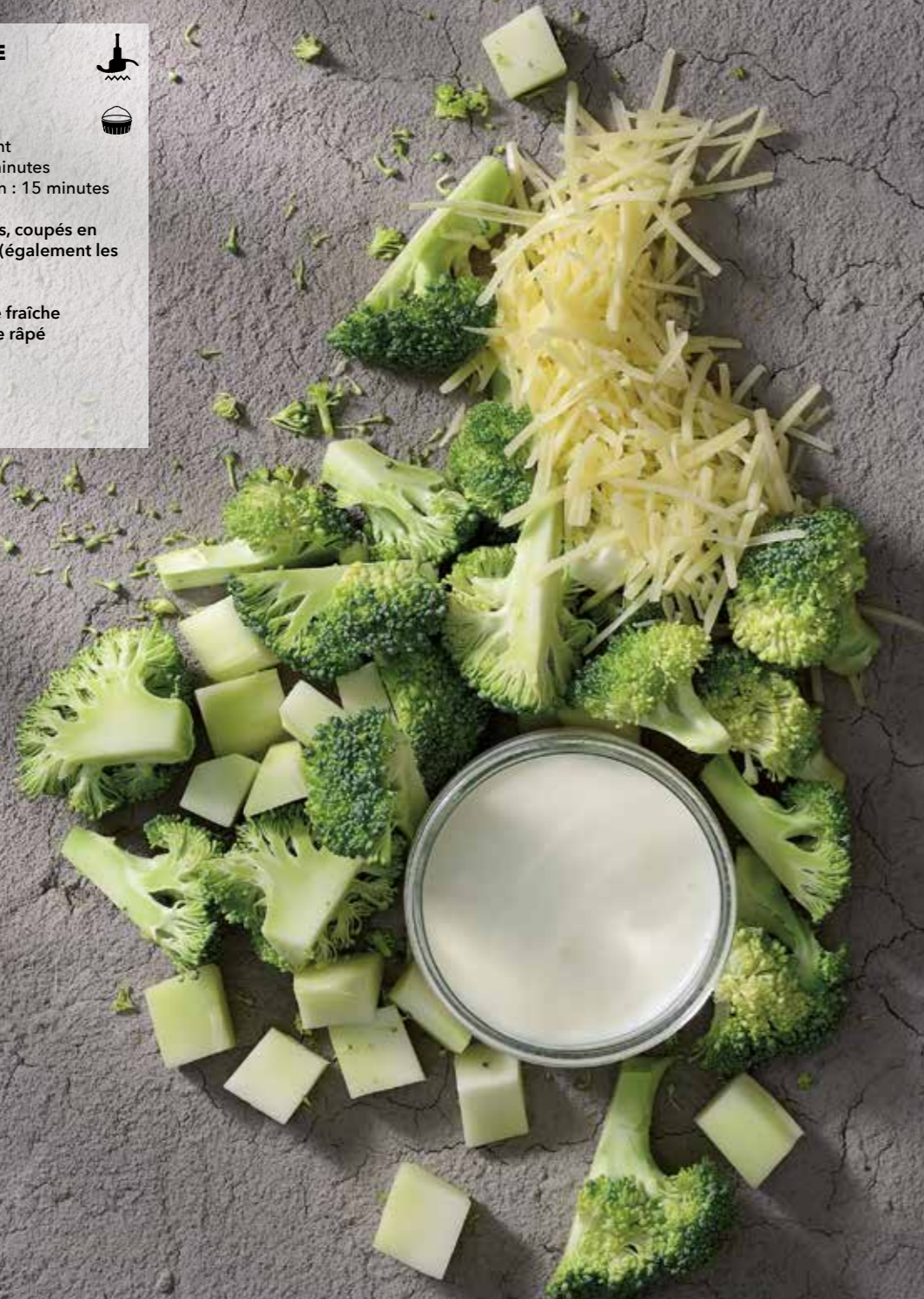
**MOUSSE DE
BROCOLIS**

4 personnes,
accompagnement
Préparation : 3 minutes
Temps de cuisson : 15 minutes

450 g de brocolis, coupés en
petits morceaux (également les
tiges, pelées)

180 ml de crème fraîche
130 g de gruyère râpé

sel & poivre

**Préparation**

Versez 300 ml d'eau dans le bol. Mettez les petits morceaux de brocolis dans le Panier vapeur intérieur et déposez celui-ci dans le bol. Fermez le couvercle. Sélectionnez PURÉE P5 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Déversez l'eau du bol et installez la lame 'MultiBlade'. Ajoutez les brocolis cuits à la vapeur, la crème fraîche et le fromage dans le bol, puis fermez le couvercle et actionnez pendant 15 secondes le bouton 'impulsion' Pulse.

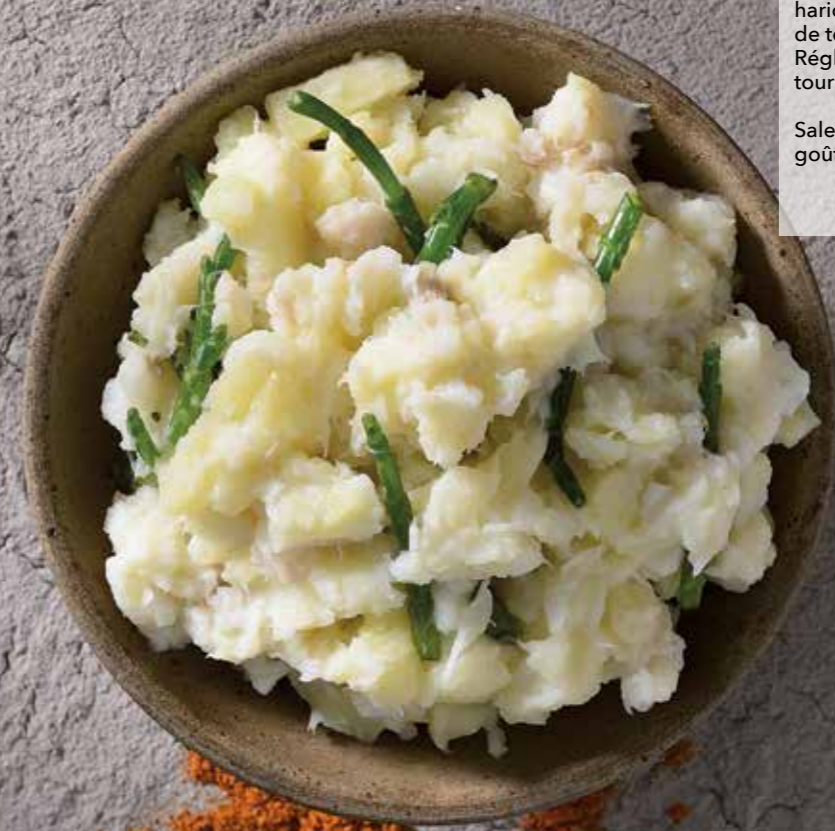
Salez et poivrez. Servez chaud. Délicieux avec un filet de saumon grillé.

BRANDADE DE CABILLAUD

4 personnes, plat de résistance
Préparation : 8 minutes
Temps de cuisson : 25 minutes

800 g de pommes de terre farineuses, pelées, coupées en morceaux de 1,5 cm
220 ml de lait entier
120 ml d'eau
3 c. à soupe de sauce poisson thaïe
1 c. à thé de poivre de Cayenne
600 g de filet de cabillaud frais, coupé en morceaux de 3 cm

100 g de haricots de mer
sel & poivre




Préparation

Installez la lame de pétrissage dans le bol. Déposez les pommes de terre, le lait, l'eau, la sauce poisson, le poivre de Cayenne et le cabillaud dans le bol. Fermez le couvercle. Sélectionnez PURÉE P2 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Ajoutez les haricots de mer aux pommes de terre et fermez le couvercle. Réglez la vitesse sur 4 et laissez tourner pendant 1 minute.

Salez et poivrez selon votre goût et servez chaud.

REPAS POUR BÉBÉ 
(4 À 6 M)
**PURÉE DE BROCOLIS-
COURGETTES**

Pour 1 bébé
Préparation : 3 minutes
Temps de cuisson : 10 minutes

50 g de brocolis, divisés en
bouquets, rincés
50 g de courgettes, rincées,
coupées en dés
50 g de pommes de terre,
pelées, rincées, coupées en petits
dés
200 ml d'eau



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez les brocolis, les courgettes, les pommes de terre et l'eau dans le bol. Fermez le couvercle. Sélectionnez PURÉE P4 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Actionnez pendant 30 secondes le bouton 'impulsion' Pulse puis ouvrez le couvercle et raclez les parois. Actionnez ensuite à nouveau pendant 30 secondes le bouton 'impulsion' Pulse, jusqu'à obtention d'un mélange lisse.

Laissez tiédir la purée de légumes avant de servir.

IDÉE : Servez directement ; il n'est pas recommandé de tenir la préparation au chaud ou de la réchauffer. Travaillez toujours avec le couvercle fermé. Utilisez des légumes de saison, car ils contiennent plus de vitamines et de sels minéraux. Pour préserver les vitamines dans les légumes riches en nitrates, utilisez beaucoup d'eau. Évitez les épinards.

**REPAS POUR BÉBÉ
(6 À 8 M) -
COUSCOUS À
L'AGNEAU**



Pour 1 bébé
Préparation : 2 minutes
Temps de cuisson : 10 minutes

25 g de couscous non cuit
100 ml d'eau
20 g de filet d'agneau, coupé en morceaux
80 g de haricots princesse, lavés
1 c. à thé d'huile d'olive



Préparation

Faites tremper le couscous pendant 5 minutes dans 100 ml d'eau.

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez le couscous, la viande d'agneau, les haricots princesse et l'huile dans le bol. Fermez le couvercle. Sélectionnez PURÉE P4 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Portez progressivement la vitesse à 10 et laissez tourner pendant 40 à 50 secondes jusqu'à obtention d'une purée bien fine.

Versez dans un petit bol et servez tiède.

IDÉE : N'utilisez que 3 fois par semaine de la viande maigre, et 2 fois par semaine du gibier ou de la volaille. Optez 1 à 2 fois par semaine pour du poisson. Le poisson contient de bons acides gras. Choisissez donc des poissons mi-gras à gras plutôt que des poissons maigres. Les poissons de mer sont à préférer aux poissons d'eau douce. Les coquillages et crustacés sont à éviter.

**REPAS POUR BÉBÉ
(8 À 12 M)
POULET-LÉGUMES**



Pour 1 bébé
Préparation : 5 minutes
Temps de cuisson : 10 minutes

25 g de filet de poulet, coupé en petits morceaux
60 g de pommes de terre, pelées, rincées, coupées en petits dés
50 g de blanc de poireau, rincé, coupé en rondelles
60 g de carottes, pelées, rincées, coupées en dés
3 à 4 feuilles de basilic frais
1 c. à soupe d'huile d'olive
150 ml d'eau



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez le poulet, les pommes de terre, le poireau, les carottes, le basilic, l'huile et l'eau dans le bol. Fermez le couvercle. Sélectionnez PUREE P4 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Portez lentement la vitesse à 7 et laissez tourner pendant 30 à 40 secondes. Ce n'est pas grave s'il reste quelques petits morceaux.

Versez dans un petit bol, laissez un peu refroidir et servez.

HOUMOUS



4 personnes, accompagnement
Préparation : 2 minutes
Temps de cuisson : 5 minutes

1 oignon, pelé, coupé en 4
3 gousses d'ail, pelées

1 boîte de pois chiches (400 g),
égouttés
1 c. à soupe de tahiné ou pâte de
sésame
3 c. à soupe d'huile d'olive
2 c. à thé de cumin en poudre
1 pincée de poivre de Cayenne
jus d'un demi-citron
sel & poivre

Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'oignon et l'ail dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Ajoutez les ingrédients restants dans le bol. Sélectionnez PURÉE P1 puis appuyez sur Start pour confirmer.

Appuyez sur Annuler pour désactiver la fonction de maintien au chaud. Portez lentement la vitesse à 10 et laissez tourner pendant 30 secondes.

Salez et poivrez. Versez le houmous dans un petit bol. Servez comme dip avec des papadums ou des crackers au sésame.



**PAIN BLANC**

1 pain de 500 g
Préparation : NA
Temps de cuisson : 45 minutes

220 ml d'eau
15 g de levure instantanée

400 g de farine blanche
10 g de sucre blanc
4 c. à soupe d'huile d'olive
1 c. à soupe de sel

**Préparation**

Installez la lame de pétrissage dans le bol. Mettez la levure et l'eau dans le bol. Fermez le couvercle. Sélectionnez PÂTE P1 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez à nouveau sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez la farine, le sucre, l'huile et le sel dans le bol. Refermez le couvercle puis appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Après l'Étape 2 : appuyez sur Start pour lancer l'Étape 3. (= lever)

Faites cuire pendant environ 20 minutes dans le four préchauffé à 200°C. Le pain est prêt quand vous tapotez sur le fond et que vous entendez alors un son creux.

PAIN D'ÉPEAUTRE


1 pain de 500 g
Préparation : NA
Temps de cuisson : 1 heure
25 minutes

220 ml d'eau
15 g de levure instantanée

400 g de farine d'épeautre
10 g de sirop d'érable
30 g de beurre, en petits dés
10 g de gros sel marin
80 g de graines de tournesol


Préparation

Installez la lame de pétrissage dans le bol. Mettez la levure et l'eau dans le bol. Fermez le couvercle. Sélectionnez PÂTE P1 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez la farine, le sirop d'érable, le beurre, le sel et les graines de tournesol dans le bol. Refermez le couvercle puis appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Après l'Étape 2 : appuyez sur Start pour lancer l'Étape 3. (= lever)

Façonnez la pâte levée dans la forme souhaitée. Déposez-la sur une plaque de cuisson et laissez lever encore une demi-heure. Faites cuire le pain pendant 20 minutes dans le four préchauffé à 200°C.

**PAIN
MULTICÉRÉALES**



1 pain de 600 g
Préparation : NA
Temps de cuisson : 45 minutes

330 ml d'eau
22 g de levure instantanée

200 g de farine complète
200 g de farine blanche ordinaire
200 g de farine de sarrasin
15 g de sucre cristallisé
50 g de beurre, en petits dés
15 g de sel
50 g de graines de tournesol
50 g de graines de potiron



Préparation

Installez la lame de pétrissage dans le bol. Mettez la levure et l'eau dans le bol. Fermez le couvercle. Sélectionnez PÂTE P1 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez les 3 sortes de farine, le sucre, le beurre, le sel, les graines de tournesol et les graines de potiron dans le bol. Refermez le couvercle. Appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Après l'Étape 2 : appuyez sur Start pour lancer l'Étape 3. (= lever)

Placez la pâte levée dans un moule et faites cuire dans le four préchauffé à 200°C pendant environ 25 minutes. Le pain est prêt quand vous tapotez sur le fond et que vous entendez alors un son creux.

PÂTE À PIZZA



2 fonds
Préparation : NA
Temps de cuisson : 45 minutes

140 ml d'eau
11 g de levure instantanée

250 g de farine blanche
35 ml d'huile d'olive
1 c. à soupe de gros sel marin
1 c. à soupe d'origan séché

Préparation

Installez la lame de pétrissage dans le bol. Mettez la levure et l'eau dans le bol. Fermez le couvercle. Sélectionnez PÂTE P1 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez la farine, l'huile, le sel et l'origan. Refermez le couvercle puis appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Après l'Étape 2 : appuyez sur Start pour lancer l'Étape 3. (= lever)

Divisez la pâte levée en deux portions égales et abaissez-la. Nappez de sauce tomates (voir recette p. 52) et garnissez d'ingrédients au choix. Faites cuire pendant 10 minutes dans un four très chaud. Servez immédiatement.



PAIN AUX RAISINS

2 petits pains ou 1 grand pain de 500 g

Préparation : NA

Temps de cuisson : 50 minutes

170 ml de lait
14 g de levure sèche

500 g de farine blanche
45 g de sucre
80 g de beurre, en petits dés
10 g de sel
2 œufs
250 g de raisins secs



Préparation

Installez la lame de pétrissage dans le bol. Mettez la levure et le lait dans le bol. Fermez le couvercle. Sélectionnez PÂTE P1 puis appuyez sur Start. L'écran affiche Étape 1. Appuyez sur Start pour confirmer.

Après l'Étape 1 : ajoutez la farine, le sucre, le beurre, le sel, les œufs et les raisins secs dans le bol. Refermez le couvercle puis appuyez sur Start pour lancer l'Étape 2.

Après l'Étape 2 : appuyez sur Start pour lancer l'Étape 3. (= lever)

Divisez la pâte levée en 2 portions égales. Déposez celles-ci dans 2 moules. Faites cuire pendant environ 15 minutes dans le four préchauffé à 200°C. Le pain est prêt quand vous tapotez sur le fond et que vous entendez alors un son creux.



MAYONNAISE



± 80 cl, sauce
Préparation : NA
Temps de cuisson : 5 minutes

4 jaunes d'œufs
2 c. à soupe de moutarde relevée
1 c. à soupe de vinaigre
60 cl d'huile neutre (arachide ou tournesol)



Préparation

Installez le Fouet à œufs dans le bol. Versez tous les ingrédients dans le bol, à l'exception de l'huile. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Réglez la durée sur 5 minutes, appuyez sur Start et réglez la vitesse sur 4. Après 1 minute, versez progressivement l'huile par l'ouverture dans le couvercle tout en faisant tourner la machine.

Conservez la mayonnaise dans un pot.

SAUCE TARTARE



± 80 cl, sauce
Préparation : 1 minute
Temps de cuisson :
7 minutes

4 jaunes d'œufs
2 c. à soupe de moutarde relevée
1 c. à soupe de vinaigre

60 cl d'huile neutre (arachide ou tournesol)

2 échalotes, pelées, coupées en 4
1 poignée de persil frisé, haché grossièrement

2 œufs durs, refroidis, écalés, coupés en deux
25 g de petits cornichons au vinaigre, égouttés
2 c. à soupe de câpres, égouttés



Préparation

Installez le Fouet à œufs dans le bol. Mettez les jaunes d'œufs, la moutarde et le vinaigre dans le bol. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Réglez la durée sur 5 minutes, appuyez sur Start et réglez la vitesse sur 4. Après 1 minute, versez progressivement l'huile par l'ouverture dans le couvercle tout en faisant tourner la machine.

Remplacez le Fouet à œufs par la lame 'MultiBlade'. Ajoutez les échalotes et le persil dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez à trois reprises pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Entre chaque séquence, raclez les parois du bol.

Ajoutez les œufs, les cornichons et les câpres. Refermez le couvercle puis actionnez 1 à 2 fois pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse.

Délicieux avec du poisson frit.

ROUILLE

4 personnes, sauce
Préparation : 2 minutes
Temps de cuisson :
5 minutes



6 grosses gousses d'ail, pelées

3 jaunes d'œufs
jus d'un demi-citron
30 cl d'huile d'olive
15 cl d'huile neutre (arachide ou
tournesol)

15 g de purée de tomates
2 à 3 capsules de safran en
poudre

3 c. à soupe d'eau
1 c. à thé de poivre de Cayenne



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'ail dans le bol. Fermez le couvercle. Actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse.

Remplacez la lame 'MultiBlade' par le Fouet à œufs. Ajoutez tous les ingrédients dans le bol, à l'exception de l'huile. Fermez le couvercle après avoir enlevé le bouchon. Réglez la durée sur 5 minutes, appuyez sur Start et réglez la vitesse sur 4. Après 1 minute, versez progressivement l'huile par l'ouverture dans le couvercle tout en faisant tourner la machine.

Servez la rouille avec une bouillabaisse (voir recette p. 64).

IDÉE : Pour un goût plus prononcé, remplacez l'huile neutre par de l'huile d'olive.



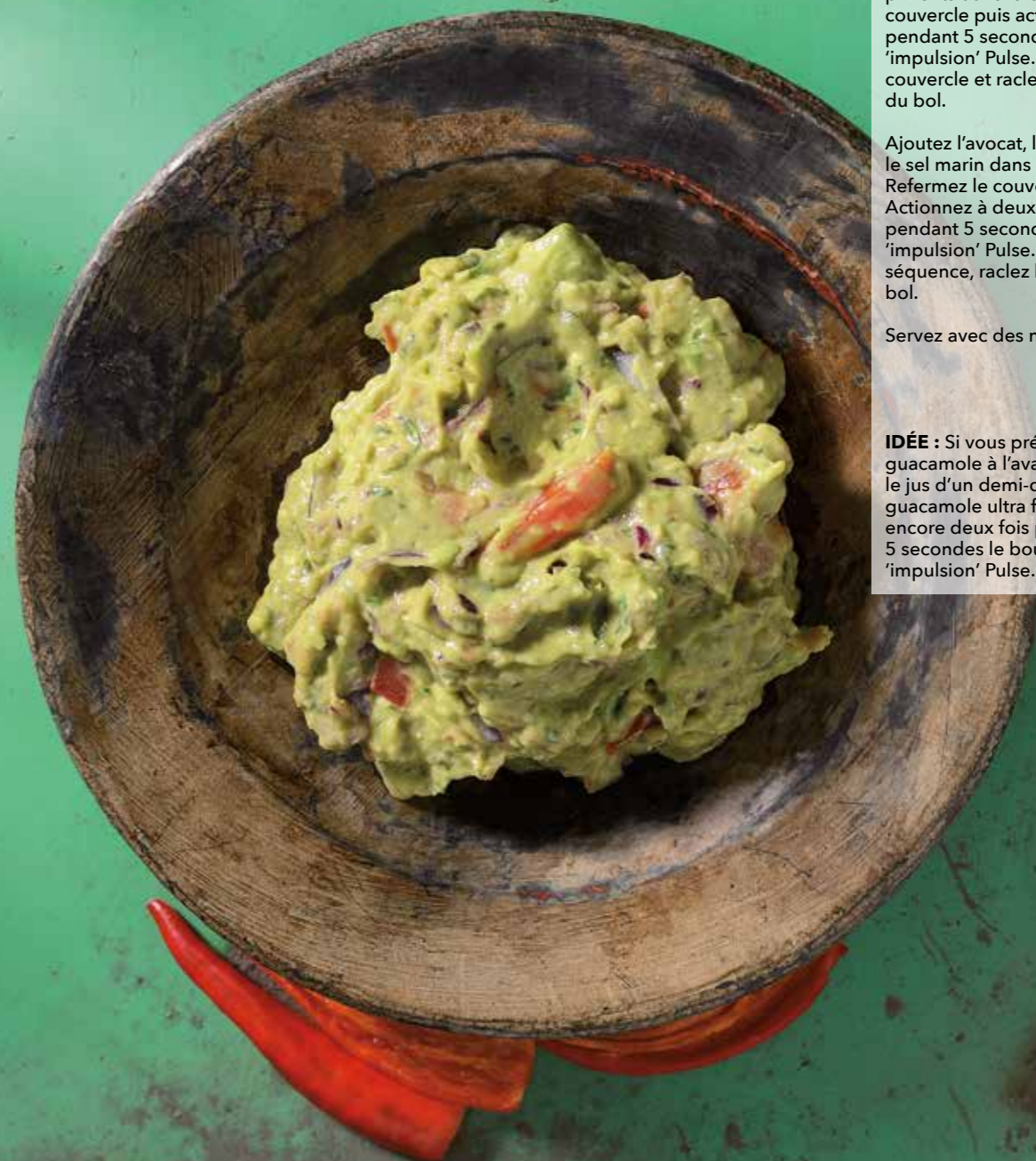
GUACAMOLE



4 personnes, bouchées
Préparation : 3 minutes
Temps de cuisson : 1 minute

1 gousse d'ail, pelée
1 poignée de coriandre fraîche,
avec les tiges
1 oignon rouge, pelé, coupé en 4
2 petits piments rouges,
épépinés

2 avocats, sans noyau, pelés,
coupés en 4
1 tomate, coupée en 4
gros sel marin



Préparation

Installez la lame 'MultiBlade' dans le bol. Mettez l'ail, la coriandre, l'oignon rouge et les piments dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Ouvrez le couvercle et raclez les parois du bol.

Ajoutez l'avocat, les tomates et le sel marin dans le bol. Refermez le couvercle. Actionnez à deux reprises pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Entre chaque séquence, raclez les parois du bol.

Servez avec des nacho chips.

IDÉE : Si vous préparez votre guacamole à l'avance, ajoutez le jus d'un demi-citron. Pour un guacamole ultra fin, actionnez encore deux fois pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse.

**TAPENADE
D'OLIVES**



4 personnes, bouchées
Préparation : 1 minute
Temps de cuisson : 1 minute

160 g d'olives noires,
dénoyautées, égouttées
1 gousse d'ail, pelée
25 g d'anchois en conserve,
égouttés
3 c. à soupe d'huile d'olive
30 g de petites câpres
1 poignée de basilic frais (feuilles
+ branches)



Préparation

Installez le Mini bol et la lame 'Mini MultiBlade' dans le bol. Mettez tous les ingrédients dans le bol. Fermez le couvercle puis actionnez à quatre reprises pendant 5 secondes le bouton 'impulsion' Pulse. Entre chaque séquence, raclez les parois du bol.

Versez la mixture dans un petit bol et servez avec de petites tranches de ciabatta grillée.



**REPAS POUR BÉBÉ
(4 À 6 M)
PANADE DE
FRUITS-LÉGUMES**



Pour 1 bébé
Préparation : 5 minutes
Temps de cuisson : 2 minutes

40 g de biscuits sans gluten
30 g de mangue, pelée, coupée
en petits dés
30 g de melon, pelé, coupé en
petits dés
30 g de concomre, pelé, coupé
en petits dés
jus d'une demi-orange

Préparation

Installez le Mini bol avec la
lame 'Mini MultiBlade' dans le
bol. Mettez les biscuits, la
mangue, le melon, le
concombre et le jus d'orange
dans le bol. Fermez le
couvercle, avec le bouchon.
Actionnez pendant
30 secondes le bouton
'impulsion' Pulse puis ouvrez le
couvercle et raclez les parois.
Actionnez ensuite à nouveau
pendant 30 secondes le
bouton 'impulsion' Pulse,
jusqu'à obtention d'un
mélange lisse.

Versez la panade de fruits-
légumes dans un bol et servez
immédiatement.

ŒUFS À LA COQUE 
ŒUFS DURS

4 œufs , petit-déjeuner



Préparation

Versez 300 ml d'eau dans le bol. Déposez les œufs dans le Panier vapeur intérieur et déposez celui-ci dans le bol. Fermez le couvercle. Effectuez le réglage manuellement.

Pour un œuf à la coque : réglez la température sur 140°C et la durée sur 10 minutes. Appuyez sur Start. Si vous voulez écaler un œuf à la coque, laissez-le d'abord refroidir pendant 3 à 5 minutes dans de l'eau additionnée de vinaigre.

Pour un œuf dur : réglez la température sur 140°C et la durée sur 15 minutes. Appuyez sur Start. Passez les œufs sous l'eau froide jusqu'à ce qu'ils aient entièrement refroidi.

IDÉE : Pour un œuf à la coque parfait : versez 1 litre d'eau dans le bol et déposez les œufs délicatement dans l'eau (pas dans le Panier vapeur). Réglez la température sur 65°C et la durée sur 60 minutes. Appuyez sur Start.

INDEX ALPHABÉTIQUE DES RECETTES

A

- Asperges à la japonaise 36

B

- Bavarois aux mûres 92
- Bisque de crevettes grises 22
- Bouillabaisse 64
- Bouillon aux gyoza de poulet 28
- Boulettes de viande à la marocaine 82
- Brandade de cabillaud 112

C

- Cappuccino de courgettes 26
- Carbonades à la bière brune 80
- Cassoulet d'agneau 88
- Chili Con Carne 78
- Chop suey (végétarien) 40
- Chutney de mangue 60
- Confiture fraises- gingembre 32
- Coq-au-vin 76
- Coulis de fruits rouges 34

D

- Dim sum aux scampis 98

G

- Guacamole 138
- Gyros 44

H

- Houmous 120

I

- Irish Stew (ragoût de mouton à l'irlandaise) 86

L

- Légumes vapeur à la sauce soja 100

M

- Masala 72
- Mayonnaise 132
- Minestrone 24
- Moules au dip curry 106
- Mousse de brocolis 110

N

- Nouilles aux scampis 42

O

- Œufs à la coque Œufs durs 144

P

- Pain aux raisins 130
- Pain blanc 122
- Pain d'épeautre 124
- Pain multigrains 126
- Panna Cotta aux fraises et piments rouges 96
- Pâte à pizza 128
- Penne Bolognese 66
- Pesto de roquette 56
- Poisson au bouillon oriental 102
- Poulet au curry vert thaï 70
- Poulet Tikka 72
- Purée de pommes de terre et chou 108

R

- Ratatouille 54
- Repas pour bébé (4-6 mois) Purée de brocolis-courgettes 114
- Repas pour bébé (4-6 mois) Panade de fruits-légumes 142
- Repas pour bébé (8-12 mois) Poulet-légumes 118
- Repas pour bébé (6-8 mois) Couscous d'agneau 116
- Rillettes de porc 58
- Risotto 62
- Riz au lait au safran 90
- Riz sauté au tofu 38
- Rouille 136

S

- Sabayon 94
- Sauce béarnaise 46
- Sauce crème poivre vert 50
- Sauce curry 48
- Sauce tartare 134
- Sauce tomate 52
- Saumon en papillote 104
- Soupe aux carottes et gingembre 20
- Soupe aux oignons à la moutarde 14
- Soupe aux tomates avec boulettes 16
- Soupe de pois à la menthe 18
- Soupe de topinambours au romarin 30

T

- Tajine au poulet 74
- Tapenade d'olives 140

W

- Waterzooi de poulet 68

INDEX DES RECETTES

ZAKOUSKI

- Cappuccino de courgettes 26
- Guacamole 138
- Houmous 120
- Moules au dip curry 106
- Rillettes de porc 58
- Tapenade d'olives 140

ENTRÉE

- Asperges à la japonaise 36
- Bouillon aux gyoza de poulet 28
- Dim sum aux scampis 98
- Poisson au bouillon oriental 102

SOUPE

- Bisque de crevettes grises 22
- Minestrone 24
- Soupe aux carottes et gingembre 20
- Soupe aux oignons à la moutarde 14
- Soupe aux pois à la menthe 18
- Soupe aux tomates avec boulettes 16
- Soupe de topinambours au romarin 30

PLATS DE RÉSISTANCE

VIANDE

- Boulettes de viande à la marocaine 82
- Carbonades à la bière brune 80
- Cassoulet d'agneau 88
- Chili con carne 78
- Couscous d'agneau 84
- Gyros 44
- Irish stew 86
- Minestrone 24
- Penne Bolognese 66

VOLAILLE

- Coq-au-vin 76
- Poulet au curry vert thaï 70
- Poulet tikka masala 72
- Tajine au poulet 74
- Waterzooi de poulet 68

POISSON

- Bouillabaisse 64
- Brandade de cabillaud 112
- Nouilles aux scampis 42
- Saumon en papillote 104

VÉGÉTARIEN

- Chop suey 40
- Légumes vapeur à la sauce soja 100
- Risotto 62
- Riz sauté au tofu 38

ACCOMPAGNEMENT

- Chop suey 40
- Chutney de mangue 60
- Légumes vapeur à la sauce soja 100
- Mousse de brocolis 110
- Purée de pomme de terre et chou 108
- Ratatouille 54

SAUCE

- Sauce béarnaise 46
- Sauce crème poivre vert 50
- Sauce curry 48
- Mayonnaise 132
- Pesto de roquette 56
- Rouille 136
- Sauce tartare 134
- Sauce tomates 52

PAIN/PIZZA

- Pain aux raisins 130
- Pain blanc 122
- Pain d'épeautre 124
- Pain multicéréales 126
- Pâte à pizza 128

PETIT-DÉJEUNER

- Confiture fraises-gingembre 32
- Œufs à la coque / œufs durs 144

REPAS POUR BÉBÉ

- Repas pour bébé (6-8 mois)
Couscous à l'agneau 116
- Repas pour bébé (4-6 mois)
Panade de fruits-légumes 142
- Repas pour bébé (8-12 mois)
Poulet-légumes 118
- Repas pour bébé (4-6 mois) Purée de brocolis-courgettes 114

DESSERT

- Bavarois aux mûres 92
- Coulis de fruits rouges 34
- Panna cotta aux fraises et piments rouges 96
- Riz au lait au safran 90
- Sabayon 94



COLOPHON

LE LIVRE DE RECETTES COOK PROCESSOR

est un livre de Minestrone
Éditions culinaires

Première impression:
Octobre 2014

© 2015

Minestrone Éditions culinaires
Alexander Franckstraat 26,
B- 2530 Boechout, Belgique
www.minestrone.be
e-mail: mieke@minestrone.be

KitchenAid Europa, Inc.

Nijverheidslaan 3 bus 5
B-1853 Strombeek-
Bever, Belgique
www.kitchenaid.eu

FR

KitchenAid est une marque
déposée aux États-Unis
et dans d'autres pays.

© 2015 Tous droits réservés

Tous droits réservés. Il est interdit de reproduire cette publication, même en partie, de l'enregistrer dans un système de recherche automatique ou de la transmettre sous quelque forme ou par quelque moyen que ce soit, électronique, mécanique, photocopies, enregistrement ou autres, sans autorisation écrite préalable de l'éditeur.

Recettes

Recettes de base pour expliquer le fonctionnement de l'appareil réalisées par Dimitri Messiaen

Photographie

Diane Hendrikx & Tony Le Duc
avec remerciements
à NIKON Belux

Stylisme culinaire

Dimitri Messiaen et Hilde Oeyen

Accessoires stylisme

Diane Hendrikx avec
remerciements à Serax.com

Conception

Nej De Doncker

Assistance à la mise en page

lu'cifer

Rédaction finale

Sigrid Vandensavel

Impression

Daneels Graphic Group

Traduction

Home Office

Imprimé sur

Condat Matt Périgord
(papier certifié PEFC / respectueux
de l'environnement)

Typographie

Avenir next

Le présent livre de recettes est disponible uniquement lors de l'achat d'un appareil Cook Processor de KitchenAid et n'est pas vendu séparément dans le commerce.

Ce livre de recettes vous apprendra à utiliser le KitchenAid Cook Processor. Cet appareil vous permet de bouillir, frire, mijoter, cuire à la vapeur, réduire en purée ou pétrir. Ces six modes de cuisson sont des « fonctions automatiques » pré-programmées et font chacun l'objet d'un chapitre spécifique. A la fin de l'ouvrage, une rubrique est consacrée à l'utilisation de l'appareil en mode « manuel ».

Nous vous proposons différentes préparations qui vous permettront d'utiliser aisément les six fonctions automatiques ainsi que les nombreux programmes prédéfinis dans l'appareil.

Avec des explications précises, étape par étape, illustrées de très belles photos, impossible désormais de rater les recettes. Le visuel de la page de gauche montre les ingrédients nécessaires, tandis que celui de la page de droite rend compte du résultat final. Soupe à l'oignon, risotto, tajine de poulet, sauce béarnaise, Dim Sum, confiture, sabayon ou fond de pizza... toutes ces préparations n'auront jamais été aussi faciles à réaliser. Le KitchenAid Cook Processor les effectue pour vous ! Bonne dégustation !

L'équipe KitchenAid.

FRENCH VERSION

