

CALMARS de Tata Georgette

Préparation 20mn Cuisson 15mn + 75mn Facile
Abordable

Pour 6 personnes

- 1,5kg de calmars coupés en fines rondelles
- 3 tomates (ou 1 petite boîte de pulpe de tomate en dés)
1 carotte
- 2 oignons 2 gousses d'ail bouquet garni
- 2 cuil à soupe d'huile d'olive ½ verre de Cognac
- 1 verre de vin blanc 1 zeste d'orange (non traitée)
- 70g de concentré de tomates 1 piment de Cayenne (ou poivre de Cayenne)
- 1 cuil à soupe de mayonnaise quelques brins de persil haché Sel

Technique

1-Plonger les 3 tomates dans l'eau bouillante, les peler, les épépiner et les couper en 4 (ou ouvrir la boîte). Peler et couper la carotte en fines rondelles. Emincer les oignons, peler et hacher l'ail

2-Dans une poêle, faire chauffer l'huile et y faire revenir les oignons, l'ail, la carotte et les tomates.

3-Pendant ce temps, faire suer à feu vif les rondelles de calmar (si l'eau ne s'évapore pas assez vite, en vider une partie)

4-Quand ils sont secs les mettre dans 1 cocotte, arroser de Cognac et flamber en remuant. Ajouter 1 verre de vin blanc, le bouquet garni, les légumes revenus, le zeste d'orange, le concentré de tomates, le piment de Cayenne (ou le poivre de Cayenne) et le sel. Laisser mijoter 75 mn

5- Juste avant de manger, mettre la cuillerée de mayonnaise avec un peu de sauce au calmar dans le plat de service. Bien mélanger. Petit à petit incorporer le reste de sauce au calamar en remuant. Ajouter le reste du contenu de la cocotte.

6-Saupoudrer de persil haché et servir

Remarque C'est une recette peu commune et le résultat est excellent

TARTE aux AMANDES

Préparation : 15mn Cuisson :25mn Facile Abordable

Pour 6 personnes

- 1 pâte sablée (ou feuilletée) 50g de beurre
- 100g de sucre miel 1 cuillère à soupe de
- 1 cuillère à soupe de crème fraîche 150g d'amandes effilées

Technique

1-mettre la pâte à précuire à 160°th 5-6

2-Mélanger sur feu doux le beurre, le sucre, le miel, la crème et les amandes.

3-Verser le mélange obtenu sur le fond de tarte-Faire cuire à four chaud (200°) th 7

Remarque Cette recette s'accompagne très bien d'une salade de fruits

GRATIN de FRUITS

Préparation 20mn cuisson 10 à 15mn Facile Abordable

Pour 4 personnes

- 2 Kiwis 2 oranges 2 pamplemousses (1 jaune et 1 rose)
- 1 pomme verte ½ citron 2 jaune d'œufs
- 50g de sucre semoule quelques feuilles de menthe

Technique

1- Eplucher les kiwis et les oranges. Les couper en rondelles et rajouter le jus du ½ citron

2--Découper la pomme en lamelles et les pamplemousses en quartiers

3-Récupérer le jus des oranges et des pamplemousses

4-Déposer les jaunes d'œufs, le sucre et les jus de fruits dans une casserole sur feu doux. A l'aide d'un fouet, monter cette préparation en mousse légère

5- Dresser les fruits sur un plat allant au four, les napper de la mousse et passer 2mn sous le grill pour obtenir un glaçage