

TOUTE LA CUISINE EXPLIQUÉE SIMPLEMENT
PAR UN MEILLEUR OUVRIER DE FRANCE

OLIVIER NASTI
**COMMENT FAIRE
LA CUISINE ?**

✂

EXTRAITS :

TABLE DES MATIÈRES
LE SAUMON CRU MARINÉ AU SEL
LA BLANQUETTE DE VEAU
LE GRATIN DAUPHINOIS
LES CRÊPES
LES MOELLEUX AU CHOCOLAT

MENUFRETIN

éditeur de gastronomie

COMMENT FAIRE LA CUISINE ?

Le navarin d'agneau	130	Les pommes paille	193
La volaille façon poule au pot	131	Le gratin dauphinois	194
La fricassée de poulet	132	Les pommes de terre frites	195
Le poulet rôti	134	Les pommes de terre sautées	196
Le lapin à la moutarde	138	Les pommes boulangères	197
Le magret de canard sauce à l'orange et endives confites	140	Les pommes fondantes	198
Le paleron de bœuf	142	Les pommes cocotte	200
La côte de bœuf	144	Le tian de légumes	201
L'entrecôte béarnaise	145	La ratatouille	202
Les escalopes de veau à la crème	146	Le pack choï au safran	204
Les escalopes viennoises	149		
L'osso bucco à l'orange	150	LES DESSERTS	
Le quasi de veau poêlé	154	La crème anglaise	210
La blanquette de veau	156	La crème pâtissière	211
		La meringue à l'italienne	212
LES LÉGUMES		La crème au citron	213
Monder un poivron	162	Les biscuits à la cuillère	214
La purée de céleri	162	Les crêpes	215
Les pommes darphin	162	Les tartelettes au citron meringuées	216
Le rösti	162	Les moelleux au chocolat	219
Les spaetzle	162	Les macarons au citron	220
Les pommes noisettes	162	Les éclairs au chocolat	222
Les pommes vapeur	162	La charlotte aux fruits rouges	224
Temps de cuisson des légumes à l'eau	163	Le cake au citron	226
Tourner un artichaut	163	La tarte fine aux pommes	228
Ciseler un oignon	163	La tarte aux pommes	231
L'ail confit	164	Le millefeuille	232
Monder une tomate	165	Les beignets aux pommes	234
Les haricots verts	166	Les Îles flottantes - crème anglaise	236
Les brocolis aux amandes	168	La mousse aux trois chocolats	238
Le chou-fleur à la polonaise	169	Le bavarois aux fruits rouges	240
La tartine de courgette aux légumes confits	170	La crème caramel	241
Les courgettes farcies	171	Les madeleines	242
La tartine aux épinards, noix, bleu et raisins secs	172	La panna cotta vanille & panna cotta clémentine	243
Les asperges vertes en feuilles de brick	173	Le riz au lait	244
Les asperges blanches	175	Le vacherin vanille fraise	246
Les betteraves en croûte de sel	176	La meringue française	248
Les carottes vichy	178	La meringue suisse	248
Les champignons à la grecque	179	La meringue à l'italienne	248
Les artichauts barigoule	180	Le caramel	248
Le gratin de macaronis	182	La glace à la vanille	248
Les tomates confites	183	La glace au café	248
La laitue braisée	184	La glace au chocolat	248
Les asperges vertes au jambon de Parme	186	Le sorbet au citron	248
Les courgettes minute, tomates et amandes fraîches	187	La crème brûlée	248
Le risotto	188	La pâte à brioche	248
Les petits pois à la française	189	Les financiers	248
La purée de pommes de terre	192	Les sablés breton	248



LE SAUMON CRU MARINÉ AU SEL

Ingrédients pour un saumon de 1 kg environ : 200 g de cassonade, 400 g de sel, 1 c. à s. de poivre en grains, 1 c. à c. de coriandre en grains, 3 clous de girofle, 1 c. à c. de baies de genièvre, 2 feuilles de laurier, 2 branches de thym.

Levez les filets du saumon en conservant la peau. Mélangez tous les ingrédients ensemble et placez une partie de ce mélange dans le fond d'un plat en inox. Posez le filet dessus en ayant au préalable incisé la peau. Recouvrez du reste du mélange. Réservez au frais durant 12 heures. Retirez le sel sous l'eau courante puis laissez dessaler quelques minutes dans un bac en renouvelant l'eau. Vous pouvez utiliser ce saumon mariné en tartare ou le faire cuire à la vapeur.

88



COMMENT FAIRE...

5

LES BASES - LES ENTRÉES - LES POISSONS - **LES VIANDES** - LES LÉGUMES - LES DESSERTS



LA BLANQUETTE DE VEAU
Ingrédients pour 6 personnes: 1,2 kg de veau (épaule), 2 carottes, 1 poireau, 1 oignon piqué de clous de girofle, 1 bouquet garni, 4 grains de poivre, 10 champignons de Paris, 10 oignons grelots, 1 verre de vin blanc, 1 verre d'eau, 1 noix de beurre, 100 g de crème liquide, sel, poivre.
Faites blanchir la viande dans une casserole d'eau froide que vous portez à ébullition ^[1]. Écumez ^[2] puis rincez la viande sous un filet d'eau ^[3]. Ceci permet d'éliminer les impuretés de la viande. Placez les morceaux de viande dans une autre casserole avec les légumes. Mouillez d'eau à hauteur ^[4] et faites cuire durant 1 heure 15 minutes à frémissement ^[5]. Salez seulement en fin de cuisson. Pendant ce temps, nettoyez les champignons de Paris ^[6]. Dans une casserole, faites chauffer le beurre, le vin et l'eau, ajoutez les champignons puis les oignons. Salez et poivrez ^[7]. Laissez cuire juste 3 minutes à couvert ^[8] ^[9]. Sortez les morceaux de viande, filmez-les ^[10] et récupérez le bouillon de cuisson. Ajoutez-y un roux (70 g de roux par litre de bouillon) et laissez cuire quelques minutes afin de retirer le goût de farine ^[11]. Ajoutez la crème liquide et laissez réduire quelques minutes pour que la sauce soit bien onctueuse. Remettez les morceaux de viande dedans et laissez réchauffer doucement ^[12]. Ajoutez les légumes et servez.



COMMENT FAIRE...

194

LES SOUPES - LES ENTRÉES - **LES LÉGUMES** - LES TARTES - LES POISSONS - LES VIANDES - LES SAUCES - LES BASES



LE GRATIN DAUPHINOIS

Ingrédients pour 6 personnes : 500 g de pommes de terre, 1 échalote, 1 gousse d'ail, 40 cl de lait, 40 cl de crème liquide, sel, poivre.

Épluchez et coupez les pommes de terre en rondelles très fines à l'aide d'une mandoline ^[1]. Lavez-les et égouttez-les ^[2]. Ajoutez l'échalote et l'ail ciselés ^[3]. Mélangez ^[4] ^[5] et versez dans un plat à gratin ^[6].

Recouvrez à hauteur d'un mélange mi-lait ^[7], mi-crème ^[8]. Salez et poivrez.

Recouvrez d'une couche de pommes de terre disposées harmonieusement ^[9] ^[10]. N'ajoutez ni beurre ni fromage ^[11]. Enfourez à 180 °C pour 1 h 30. Servez chaud ^[12].



COMMENT FAIRE...



LES CRÊPES

Ingédients : 1 l de lait, 400 g de farine, 6 œufs, 80 g de sucre, 80 g de beurre noisette, 2 belles pincées de sel.

Mélangez les œufs, le sucre et la farine. Faites fondre le beurre dans une casserole et lorsqu'il devient noisette, versez-le sur le mélange. Ajoutez le lait, mélangez et passez au chinois étamine. Laissez reposer la pâte une petite heure.

À l'aide d'un pinceau, beurrez une poêle ^[1]. Chauffez à feu moyen. Déposez une louche de pâte au centre de la poêle ^[2] et répartissez doucement en tournant cette dernière ^[3 et 4]. Surveillez la cuisson ^[5] et lorsque la crêpe est solide, retournez-la ^[6 à 9]. Continuez la cuisson ^[10]. Réservez les crêpes sur une assiette retournée ^[11 et 12].



215

LES BASES - LES ENTRÉES - LES POISSONS - LES VIANDES - LES LÉGUMES - LES DESSERTS



COMMENT FAIRE...

Les moelleux au chocolat

INGRÉDIENTS POUR 6 MOELLEUX : 140 g de chocolat 70 %, 140 g de beurre, 175 g de sucre, 225 g d'œufs, 60 g de farine.

Faites fondre le beurre, ajoutez le chocolat râpé et mélangez de manière à ce que le chocolat fonde dans le beurre chaud. D'autre part, fouettez le sucre avec les œufs, incorporez le mélange beurre chocolat et ensuite la farine. Mélangez bien. Versez dans des cercles à l'aide d'une poche à douille et faites cuire durant 6 minutes à 190 °C. Servez sans attendre.



219

LES BASES - LES ENTRÉES - LES POISSONS - LES VIANDES - LES LÉGUMES - **LES DESSERTS**

