

Petites crèmes à la vanille Bourbon

4 ramequins • Préparation : 15 min • Cuisson : 35 à 45 min • Froid : 2 h



Des crèmes douces et fondantes pour découvrir la vanille en gousse ou en poudre.

Ingrédients

500 ml de lait entier • 3 œufs • 70 g de sucre
1 gousse de vanille du coffret, ou $\frac{1}{4}$ c. à café de poudre pure de vanille
4 ramequins de 150 à 180 ml • Eau chaude pour le bain-marie

Préparation

1. Préchauffez le four à 150 °C en chaleur traditionnelle. Fendez la gousse et grattez les graines. Chauffez le lait avec les graines et la gousse, sans bouillir ; laissez infuser 10 minutes puis retirez la gousse. Avec la poudre, ajoutez-la simplement au lait chaud.
2. Fouettez doucement les œufs avec le sucre, sans faire mousser. Versez progressivement le lait tiède en mélangeant.
3. Répartissez dans les ramequins. Placez-les dans un plat et versez de l'eau chaude jusqu'à mi-hauteur des ramequins.
4. Enfournez 35 à 45 minutes : les bords doivent être pris et le centre encore légèrement tremblotant. Retirez prudemment les ramequins du bain-marie.
5. Laissez tiédir puis placez au réfrigérateur au moins 2 heures avant de servir.

Le petit secret : Pour utiliser l'arôme naturel à la place de la gousse ou de la poudre, agitez la fiole et suivez le dosage indiqué sur son emballage.

Poisson poêlé au poivre blanc

4 personnes • Préparation : 10 min • Cuisson : 20 min • Facile



Une sauce au beurre et au citron, délicatement relevée de poivre blanc.

Ingrédients

4 filets de poisson blanc de 150 g • 1 échalote • 40 g de beurre
1 c. à soupe d'huile • 100 ml d'eau • 1 c. à soupe de jus de citron • Sel
¼ c. à café de poivre blanc du coffret, fraîchement moulu
Pour servir : 200 g de riz cru • 400 g de haricots verts

Préparation

1. Cuisez le riz et les haricots verts selon les indications des paquets. Émincez l'échalote et moulez le poivre blanc.
2. Faites revenir l'échalote 2 minutes dans une petite casserole avec 10 g de beurre. Ajoutez l'eau et laissez réduire environ de moitié. Ajoutez le citron et le poivre blanc.
3. Salez le poisson. Chauffez l'huile dans une poêle et cuisez les filets 3 à 5 minutes par face, selon leur épaisseur, jusqu'à ce que la chair soit opaque à cœur et se détache facilement.
4. Retirez la casserole du feu. Incorporez les 30 g de beurre restants, froids et coupés en dés, en fouettant. Goûtez et ajustez le sel. Ne faites plus bouillir.
5. Servez le poisson avec le riz et les haricots verts, puis nappez de sauce.

Le petit secret : Moulez le poivre blanc au dernier moment et dosez-le doucement pour laisser toute sa place au poisson.

Bœuf mijoté au poivre sauvage & girofle

4 personnes • Préparation : 20 min • Cuisson : environ 2 h



Un mijoté généreux, parfumé de poivre sauvage et d'une discrète note de girofle.

Ingrédients

700 g de bœuf à mijoter • 1 oignon • 3 carottes • 600 g de pommes de terre
1 c. à soupe d'huile • 700 ml d'eau • 1 feuille de laurier • Sel
½ c. à café de poivre sauvage du coffret • 2 clous de girofle du coffret

Préparation

1. Coupez le bœuf en cubes de 3 à 4 cm. Pelez l'oignon, les carottes et les pommes de terre. Émincez l'oignon, coupez les carottes en rondelles et les pommes de terre en gros morceaux.
2. Chauffez l'huile dans une cocotte. Faites dorer la viande en plusieurs fois, puis ajoutez l'oignon et remuez 3 minutes.
3. Ajoutez les carottes, l'eau, le laurier et les 2 clous de girofle. Salez légèrement. Portez à frémissement, couvrez et laissez mijoter doucement 1 h 30, en remuant de temps en temps.
4. Ajoutez les pommes de terre et poursuivez 30 à 40 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient cuites et que la viande soit tendre. Ajoutez un peu d'eau si nécessaire.
5. Concassez le poivre sauvage et ajoutez-le dans les 5 dernières minutes. Retirez le laurier et les clous de girofle, goûtez et servez bien chaud.

Le petit secret : Si la viande est encore ferme, prolongez doucement la cuisson avant d'ajouter les pommes de terre. Le girofle se dose avec parcimonie.

Poulet crémeux à la touche de pili-pili

4 personnes • Préparation : 10 min • Cuisson : 20 min • Facile



Un poulet tendre dans une sauce douce, avec une petite touche de piquant.

Ingrédients

600 g de filets de poulet • 1 échalote • 200 ml de crème liquide
100 ml d'eau • 1 c. à soupe d'huile • ½ c. à café de paprika doux • Sel
1 toute petite pincée de pili-pili du coffret, moulu ou finement émietté
Pour servir : 250 g de riz cru

Préparation

1. Cuisez le riz selon les indications du paquet. Coupez le poulet en lanières et émincez l'échalote.
2. Chauffez l'huile dans une sauteuse. Faites dorer le poulet 4 à 5 minutes, puis ajoutez l'échalote et poursuivez 2 minutes.
3. Ajoutez le paprika et une toute petite pincée de pili-pili. Mélangez quelques secondes, puis versez l'eau et la crème. Salez légèrement.
4. Laissez mijoter doucement 8 à 10 minutes, jusqu'à cuisson complète du poulet à cœur. Ajoutez un peu d'eau si la sauce devient trop épaisse.
5. Goûtez la sauce et ajustez le sel. Servez avec le riz ; ajoutez du pili-pili seulement si vous souhaitez davantage de piquant.

Le petit secret : Le pili-pili est puissant : commencez avec très peu. Lavez-vous les mains après manipulation et évitez le contact avec les yeux.