

Givrer un verre

Givrer un verre s'agit de créer une collerette de givre est une auréole de sucre ou de sel su rebord du verre. Pour cela il suffit de :



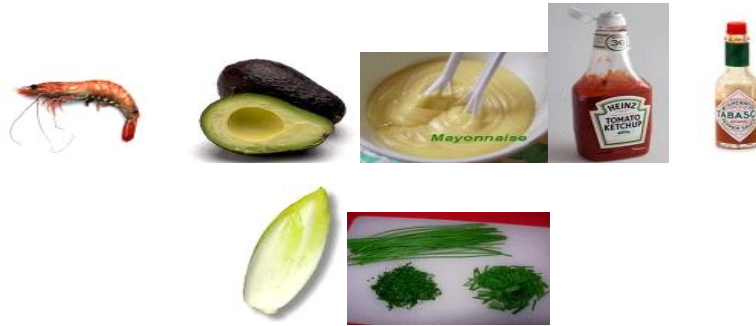
1 - Retourner le verre vide et tremper le bord du verre dans le liquide désiré (blanc d'oeuf, jus de citron, sirops...) placé au préalable dans une petite assiette

2 - Plonger le le bord du verre dans une autre soucoupe remplie de l'ingrédient nécessaire (sucre, sel, chocolat en poudre, noix de coco râpée...). Tapotez légèrement pour enlever tc grain de sucre qui n'adhérerait pas parfaitement.



Cocktail d'avocat aux crevettes

INGREDIENTS



MATERIEL



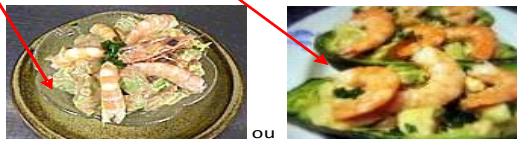
- Pour : **1 personne**
- Durée : **10 minutes**
- Difficulté : **facile**

Ingédients pour Cocktail d'avocat aux crevettes :

- 5 crevettes bouquets cuites
- 1 avocat
- mayonnaise
- ketchup
- tabasco
- salade en décor
- ciboulette hachée

Phases techniques pour Cocktail d'avocat aux crevettes :

- Dans un **cul de poule**, confectionner la sauce cocktail avec la **mayonnaise**, le ketchup, le tabasco.
- Couper l'avocat en deux, évier l'intérieur avec une cuillère à café ou une cuillère à pomme parisienne.
- Mettre la chair de l'avocat dans la sauce cocktail. Bien mélanger. Verser cette préparation dans une coupe en verre. Disposer sur le dessus les crevettes décortiquées. Décorer d'une feuille de salade et de ciboulette hachée.
- **Deux façons pour le dressage :**
- Dans une **coupe en verre** ou dans la **peau de l'avocat** évidé. Pour cette dernière solution, on aura pris soin de ne pas abîmer l'avocat avec la cuillère à café en le vidant.



SAUTE DE VOLAILLE AU MIEL – RIZ NATURE

Préparation : 20 mn
Cuisson : 1 heure

Ingrédients (pour 4 personnes) :



600 g de BLANC DE DINDE



une carotte



1 gros oignon



persil (environ 1/2 verre à moutarde acacia)



miel liquide genre mille fleurs (pas de miel au goût typé genre



MATERIEL



Préparation :

Couper carottes, et oignon en petits morceaux. Hachez le persil.

Dans une cocotte, faire saisir à feu vif le blanc de dinde coupé en gros cubes dans un mélange d'huile d'olive et de beurre. Quand les morceaux sont brunis sur toutes les faces baissez la cuisson à feu moyen, saupoudrez-les copieusement de PAPRIKA et continuer à faire revenir quelques minutes en mélangeant bien les morceaux.

Retirer les morceaux de viande et faire blondir les oignons avec la carotte (au besoin rajouter un peu de beurre). Baisser la cuisson à feu doux, remettre la viande, assaisonner (sel, poivre) et bien mélanger.

Faire couler sur la viande une généreuse cuillère à soupe de miel afin que chaque morceau en soit couvert.

Parsemer l'ensemble avec le persil et laisser cuire 5 mn sans remuer afin que la viande s'imprègne du miel. Mélanger, couvrir la cocotte puis laissez cuire toujours à feu très doux pendant environ une heure en remuant tous les quarts d'heure les morceaux de viande.

Faire cuire le riz thaï «al dente». L'égoutter, puis le plonger dans de l'eau très froide pour le rincer en lui faisant subir un choc thermique. Le réserver, le passer 3 mn au micro-onde avant de servir (cette méthode donne un riz totalement décollé et très léger).

VERRINE DE FRUITS ROUGES

Ingrédients

1 - Coulis de fruits rouges (frais, surgelé ou en petit flacon acheté en grande surface) : 1 cuillère à café par personne

2 - Fruits rouges : cassis, cerises, fraises, framboises, myrtilles, au choix : compter 50 grs par personne

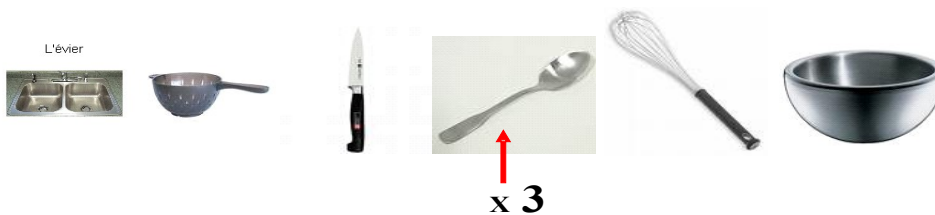
Ils peuvent être frais ou surgelés (sauf pour les fraises)

3 - Fromage blanc : 80 gr par personne

4 - Meringue (maison ou acheté) : **1 à 2 par personne**



Matériel



PROGRESSION

2 CHOIX POSSIBLES :

1 – si fruits surgelés mettre en décongélation la veille au soir au frais

2 – si fruits frais, nettoyer et égoutter

- Prendre une verrine
- Tapisser le fond d'une cuillère à café de coulis
- Mettre les fruits rouges
- Recouvrir de fromage blanc qui aura été au préalable battu
- Déposer la meringue

On peut agrémenter en terminant la décoration par 1 fruit rouge et 1 à 2 feuille (s) de menthe

Mousse au citron et mascarpone

Pour 6 personnes
Préparation : 15 min
Repos : 3 h

INGREDIENTS

500 g de mascarpone, 3 citrons jaunes, 1 citron vert, 5 œufs, 200 g de sucre

MATERIEL



Pressez les citrons jaunes et râpez le zeste du citron vert.

Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Dans une jatte, fouettez les jaunes et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez alors le mascarpone puis les zestes de citron vert et le jus des citrons jaunes. Mélangez vigoureusement.

Battez les blancs en neige très ferme, puis incorporez-les délicatement à la préparation au mascarpone. Répartissez la mousse dans des petits bols ou ramequins et mettez-les au frais pendant au moins 3 h.

Sortez-les au moment de servir. Vous pouvez décorer les mousses d'une feuille de menthe



Réserver au frais



MISE EN PLACE DU COUVERT

