

Sommaire QUICK CHEF



CAVIAR D'AUBERGINES AU CUMIN

HOUMOUS DE HARICOTS BLANCS AUX NOIX DE CAJOU

TAPENADE DE POIVRONS MARINÉS



CRÈME DE TOPINAMBOURS, ÉCUME DE LARD & HUILE DE NOISETTE

CRÈME DE MAÏS AU POIVRE BLANC

SOUPE DE CHOU VERT, CHÂTAIGNES & LARD

SOUPE DE CAROTTES, LANGOUSTINES & CHORIZO

GASPACHO

CHAMPIGNONS FARCIS AUX PISTACHES & FROMAGE FRAIS



PÂTE DE CURRY

KETCHUP DE CAROTTE

PESTO DE ROQUETTE AUX AMANDES GRILLÉES



COMPOTE DE PÊCHE & FLEUR DE SUREAU

COMPOTE DE PAPAYE AU SIROP D'ÉRABLE

PÂTE À TARTINER



Powelix





LA NOUVELLE GÉNÉRATION DE MIXAGE

Parce que l'innovation fait partie de notre ADN, nos experts ont mis au point la nouvelle technologie de lames Powelix. Combinée à la puissance de nos moteurs, elle démultiplie la puissance de mixage, pour atteindre un résultat parfait en un temps record. Et pour longtemps.

La technologie de lames Powelix offre une texture onctueuse et un mixage sans effort même sur les ingrédients les plus durs.

UN OBJECTIF: MIXER SANS RELÂCHE!

Caviar d'aubergines au cumin



Ingnédients

2 grosses aubergines2 gousses d'ail

1/4 de citron jaune

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

50 g de fromage blanc

½ cuillère à café de cumin

Sel, poivre



Préparation

- 1 | Préchauffez le four à 210°C. Pelez les gousses d'ail et émincez-les.
- 2 | Versez un peu d'eau au fond d'un plat à gratin et déposez les aubergines coupées en deux dans la longueur, coté peau vers le bas. Répartissez l'ail sur les aubergines et couvrez hermétiquement le plat avec une feuille de papier aluminium. Enfournez pour 45 minutes.
- 3 | A l'aide d'une fourchette, grattez la chair des aubergines et mettez-la dans un récipient haut.
- 4 | Ajoutez le jus de citron, le cumin et l'huile d'olive. Salez et poivrez. Mixez avec le Quick Chef à vitesse 8, jusqu'à l'obtention d'une texture lisse.

Tips - Ajoutez des petits monceaux de tomates séchées.

Houmous de haricots blancs aux noix de cajou



• Ingrédients •

200 g de pois chiches en conserve 200 g de haricots blancs en conserve

50 g de noix de cajou

1 gousse d'ail

6 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cuillère à soupe de jus de citron jaune

1 pincée de piment d'Espelette

5 cl d'eau

Sel, poivre

Quelques brins de coriandre



Préparation

- 1 | Rincez et égouttez les haricots blancs et les pois chiches. Pelez la gousse d'ail, puis coupez-la en deux et retirez le germe.
- 2 | Dans un récipient assez haut (type verre doseur), mettez les noix de cajou avec la gousse d'ail et ajoutez les haricots et les pois chiches. Salez et poivrez.
- 3 | Ajoutez 5 cuillères à soupe d'huile, l'eau et le jus de citron et mixez avec le Quick Chef en mode turbo jusqu'à l'obtention d'une purée.
- 4 | Mettez le houmous dans un bol et ajoutez le reste d'huile. Salez et poivrez. Saupoudrez de piment et de coriandre ciselée puis servez.

Tips - Vous pouvez mettre seulement des pois chiches si vous le souhaitez.

Tapenade de poivrons marinés



Ingrédients

3 poivrons rouges

1 gousse d'ail

6 brins de thym

1 pincée de paprika

10 cl d'huile d'olive

3 grains de poivre noir

100 g de ricotta

4 olives noires dénoyautées

Sel, poivre



Préparation

- 1 | Préchauffez le four à 220°C. Lavez les poivrons et mettez-les sur une plaque recouverte de papier sulfurisé. Enfournez pour une vingtaine de minutes jusqu'à ce qu'ils noircissent.
- 2 | Sortez les poivrons du four et mettez-les dans un sac congélation et laissez-les tiédir. Une fois tiédis, retirez la peau et les pépins et coupez la chair des poivrons en morceaux.
- 3 | Pelez et écrasez la gousse d'ail. Dans une assiette creuse, mettez les poivrons, l'ail, les brins de thym et versez l'huile d'olive.

- 4 | Salez, poivrez et mélangez. Laissez mariner 1 heure au réfrigérateur.
- 5 | Après ce temps, mettez les poivrons (en retirant le thym et l'huile) dans un verre doseur. Ajoutez le paprika et les olives noires. Mixez avec le Quick Chef à vitesse 6 jusqu'à l'obtention d'une texture lisse.
- 6 | Ajoutez la ricotta et mélangez délicatement avec une spatule.

Tips - Utilisez cette tapenade pour réaliser des wraps aux crudités.



Crème de topinambours, écume de lard et huile de noisette



• Ingrédients •

400 g de topinambours

2 pommes de terre

1 branche de céleri

60 cl de bouillon de volaille

1 oignon

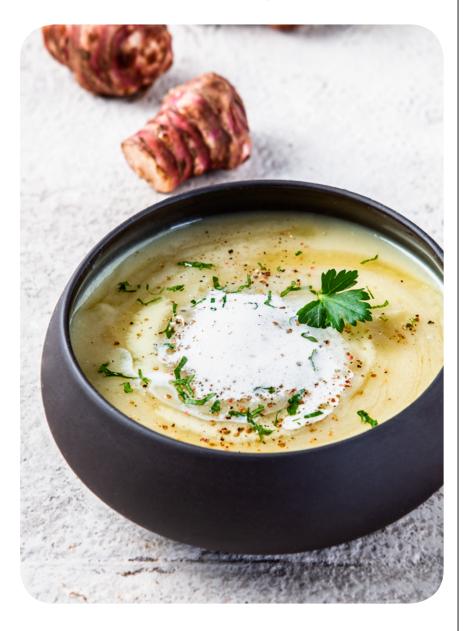
20 cl de lait

4 fines tranches de lard fumé

1 filet d'huile de noisette

Sel, poivre

2 brins de persil



Préparation

- 1 | Pelez les topinambours, et les pommes de terre et coupez-les en morceaux. Pelez et émincez l'oignon. Emincez le céleri.
- 2 | Dans un faitout, mettez les topinambours, les pommes de terre, le céleri et l'oignon. Salez légèrement et poivrez. Versez le bouillon de volaille et faire cuire à couvert pendant 30 minutes.
- 3 | Versez le lait dans une petite casserole et ajoutez les tranches de lard. Faites chauffer. Dès le début de l'ébullition, retirez du feu et laissez infuser.
- 4 | Une fois les légumes cuits, mixez la soupe avec le Quick Chef vitesse 8 jusqu'à l'obtention d'une texture onctueuse.

- 5 | Au moment de servir, retirez les tranches de lard et versez le lait infusé dans un verre doseur. Mixez le lait en mode turbo en incorporant de l'air afin d'obtenir une mousse légère à la surface.
- 6 | Répartissez la soupe dans des bols et versez un filet d'huile de noisette. Récupérez l'écume et déposez-en une bonne cuillère sur chaque soupe.
- 7 | Saupoudrez de persil ciselé et servez aussitôt.

Tips - Faites gniller des tranches de lard fumé très fines sous le gnill du four et déposez-les sur les soupes au moment de servir



Crème de mais au poivre blanc



Ingnédients

400 g de maïs en conserve

1 branche de céleri

40 cl de bouillon de volaille

1 oignon jaune

1 cuillère à soupe d'huile d'olive

20 cl de crème fraiche épaisse

1 grosse pincée de poivre blanc

Quelques brins de persil

Sel



Préparation

- 1 | Rincez et égouttez le maïs. Pelez l'oignon et émincez-le. Emincez également le céleri. Dans une casserole, faites chauffer l'huile d'olive et faites revenir l'oignon avec le poivre pendant 2 minutes.
- 2 | Ajoutez le maïs et versez le bouillon. Faites cuire pendant 10 minutes à feu moyen.
- 3 | A la fin de la cuisson, mixez la soupe avec le Quick Chef à vitesse 10. Ajoutez la crème épaisse et salez.

Mélangez, saupoudrez de persil ciselé et servez.

Tips - Pour une version plus onctueuse, passez la crème de maïs au chinois. Vous pouvez ajouter guelgues champignons dorés à la poêle au moment de servir.



Soupe de chou vert, châtaignes et lard



• Ingrédients •

350 g de chou vert

200 g de châtaignes en conserve ou surgelées

2 tranches de lard fumé

1 pomme de terre

1 carotte

1 poireau

70 cl de bouillon de légumes

1 oignon

Sel, poivre



Préparation

- 1 | Coupez le lard en petits lardons. Pelez et émincez l'oignon. Pelez la carotte et la pomme de terre puis lavez le poireau. Coupez les légumes en morceaux. Lavez et détaillez le chou en morceaux.
- 2 | Dans un grand faitout, faites revenir les lardons avec l'oignon pendant 2 minutes. Ajoutez le poireau, la pomme de terre et la carotte et faites revenir pendant 2 minutes. Ajoutez le chou et versez le bouillon.
- 3 | Faites cuire à couvert et à feu doux pendant 20 minutes.
- 4 | Ajoutez les châtaignes et prolongez la cuisson de 15 minutes.
- 5 | A la fin de la cuisson, mixez la soupe avec le Quick Chef à vitesse 4 de façon à ce qu'il reste quelques morceaux.

Tips - Ajoutez des petits dés de tomme au moment de servir.

Soupe de carottes, langoustines et chonizo



• Ingrédients •

600 g de carottes

2 gousses d'ail

2 tiges de citronnelle

70 cl de bouillon de volaille

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

2 cuillères à soupe d'huile de sésame

8 fines tranches de chorizo

8 langoustines

Sel, poivre

Quelques feuilles de basilic thaï ou fleurs comestibles



Préparation

- 1 | Pelez les gousses d'ail et les carottes. Emincez-les. Retirez la première feuille de la citronnelle et coupez-la en tronçons.
- 2 | Faites chauffer l'huile d'olive dans une cocotte, et faites revenir la citronnelle avec les gousses d'ail. Ajoutez les carottes et faites revenir 5 à 10 minutes. Versez le bouillon et faites cuire pendant 25 minutes à feu doux.
- 3 | Déposez les tranches de chorizo sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé et faites-les griller quelques minutes sous le grill du four.
- 4 | Une fois les carottes cuites, mixez quelques instants la soupe avec le Quick Chef à vitesse

- 10 pour bien diffuser les arômes. Passez la soupe au chinois pour avoir une texture bien fluide. Réservez au chaud.
- 5 | Décortiquez les langoustines. Faites chauffer l'huile de sésame dans une petite poêle et faites revenir les langoustines.
- 6 | Dans chaque bol, déposez une louche de soupe de carottes, puis ajoutez les langoustines et 2 tranches de chorizo grillées. Décorez avec du basilic ou une fleur.

Tips - Pour ne pas avoir à passer la soupe au chinois, netirez la citronnelle avant de mixez les carottes.



Gaspacho



Ingnédients

400 g de tomates bien mûres

½ concombre

½ branche de céleri

1 petit poivron rouge

½ bouquet de basilic

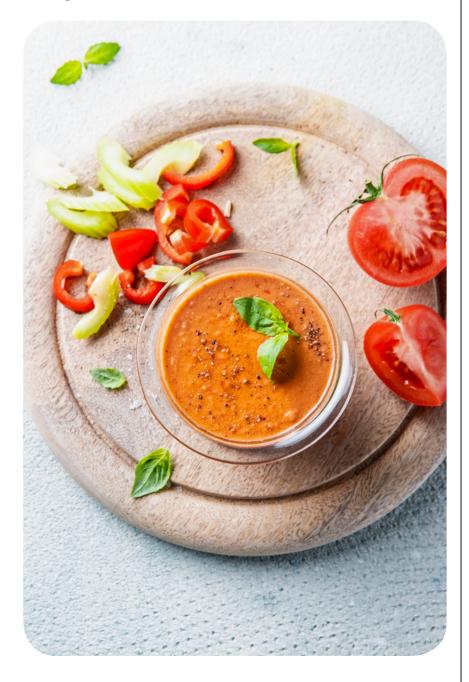
1 gousse d'ail

20 cl d'huile d'olive

10 cl d'eau

1 cuillère à soupe de vinaigre de vin

Sel, poivre



Préparation

- 1 | Lavez les tomates, le céleri, le concombre et le poivron rouge. Epépinez le poivron et pelez le concombre. Coupez les légumes en morceaux. Lavez et ciselez le basilic. Pelez et coupez la gousse d'ail en deux et retirez le germe.
- 2 | Mettez les légumes, le basilic et l'ail dans un saladier et ajoutez l'huile d'olive et le vinaigre. Salez, poivrez et mélangez bien. Laissez mariner 1 heure au réfrigérateur.
- 3 | Mixez le contenu du saladier avec le Quick Chef à vitesse 10, en ajoutant un peu d'eau en fonction de la texture souhaitée. Servez bien frais.

Tips - Accompagnez cette necette de tartines gnillées et frottées à l'ail.

Champignons farcis aux pistaches et fromage frais



• Ingnédients •

12 gros champignons de Paris

1 citron jaune

100 g de fromage frais

7 cl de crème liquide

50 g de pistaches émondées

1 gousse d'ail

1 filet d'huile d'olive

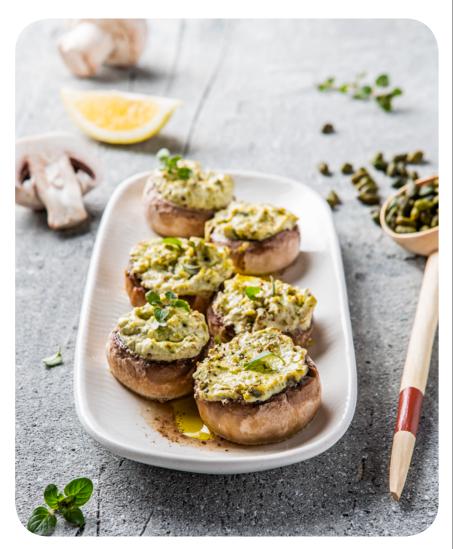
Sel, poivre

Quelques brins d'origan ou de thym

Préparation

- 1 | Préchauffez le four à 180°C. Lavez les champignons et retirez les pieds. Pelez le citron à vif et retirez les segments. Pelez et coupez la gousse d'ail en 2 puis retirez le germe.
- 2 | Dans un verre doseur, mettez l'ail, les pistaches, la chair du citron et le fromage. Salez et poivrez.
- 3 | Mixez avec le Quick Chef vitesse 4 pendant 10 à 15 secondes en versant peu à peu la crème. Il doit rester quelques morceaux de pistaches.
- 4 | Répartissez la farce dans les champignons et mettez-les dans un plat à gratin. Arrosez d'un filet d'huile d'olive et parsemez d'origan.
- 5 | Enfournez pour 20 minutes.

Tips - Pour vos barbecues, faites cuire les champignons à la plancha.





Pâte de curry



• Ingrédients •

3 gousses d'ail

2 cm de racine de gingembre

1 piment rouge (en fonction des goûts)

5 gousses de cardamome

1 cuillère à café de graines de fenouil

1 cuillère à café de graines de coriandre

1 cuillère à café de curcuma en poudre

1 cuillère à café de cumin en poudre

1 cuillère à café de curry en poudre

1 cuillère à café de poivre noir en grains

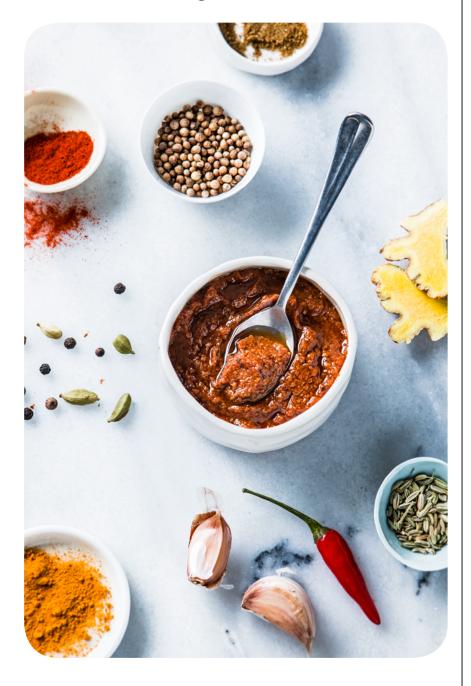
1 cuillère à café de paprika

2 cuillères à soupe de concentré de tomates

2 cuillères à soupe de vinaigre de cidre

3 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cuillère à soupe d'eau



Préparation

- 1 | Pelez et coupez les gousses d'ail en deux et retirez le germe. Pelez et coupez le gingembre en petits morceaux. Faites chauffer une cuillère à soupe d'huile et faites revenir le gingembre et l'ail à feu doux pendant une dizaine de minutes pour les attendrir. Réservez.
- 2 | Faites chauffer une poêle sans matière grasse et faites torréfier le fenouil, la coriandre, le curcuma, le poivre, le cumin et le paprika. Réservez.
- 3 | Récupérez les graines à l'intérieur de la cardamome.
- 4 | Mettez les épices dans un verre doseur, ajoutez les gousses d'ail et le gingembre, les graines de cardamome, le curry, le piment, le concentré de tomates et le vinaigre de cidre. Ajoutez le reste huile d'olive. Mixez à vitesse 6 de façon à obtenir une pâte homogène.
- 5 | Réservez dans un pot.

Tips - Utilisez cette pâte avec des filets de poulets gnillés ou du niz.



Ketchup de carotte



• Ingrédients •

500 g de carottes

2 oignons

2 gousses d'ail

2 cuillères à soupe de vinaigre de vin

1 cuillère à soupe de vinaigre balsamique

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 pincée de gingembre en poudre

1 pincée de paprika

1 feuille de laurier

50 g de cassonade

30 cl de coulis de tomate

12 cl d'eau

Sel, poivre



Préparation

- 1 | Pelez les oignons et les gousses d'ail et émincez-les. Pelez et émincez les carottes.
- 2 | Faites chauffer l'huile dans une sauteuse et faites revenir l'oignon et l'ail avec les carottes à feu vif. Au bout de 5 minutes, saupoudrez de cassonade et faites caraméliser pendant 3 minutes. Déglacez avec le vinaigre de vin et le vinaigre balsamique. Une fois le vinaigre évaporé, ajoutez le gingembre, le paprika, 5 cl eau et le coulis de tomates. Salez et poivrez.
- 3 | Faites cuire pendant 1 heure à couvert à feu très doux en mélangeant de temps en temps et en vérifiant qu'il reste toujours un peu de liquide.
- 4 | Retirez la feuille de laurier et mixez avec le Quick Chef en mode turbo en ajoutant 7 cl d'eau jusqu'à l'obtention d'une texture bien lisse.
- 5 | Laissez refroidir le ketchup et placez-le au réfrigérateur

Tips - Utilisez ce ketchup avec des nuggets de poulet maison.



Pesto de noquette aux amandes gnillées



• Ingrédients •

100 g de roquette

10 feuilles de basilic

1 gousse d'ail

60 g d'amandes émondées concassées

15 cl d'huile d'olive

50 g de parmesan en poudre

Sel, poivre

Préparation

- 1 | Lavez et séchez bien la roquette et les feuilles de basilic. Dans une poêle sans matière grasse, faites griller les amandes.
- 2 | Pelez la gousse d'ail, coupez-la en deux et retirez le germe.
- 3 | Dans un verre doseur, versez l'huile. Ajoutez la roquette, le basilic, l'ail, les amandes et le parmesan. Salez et poivrez.
- 4 | Mixez avec le Quick Chef vitesse 4 de façon à obtenir une texture homogène.

Tips - Vous pouvez néaliser ce pesto en remplaçant les amandes par des pignons de pin.





Compote de pêche et fleur de sureau



• Ingrédients •

1 kg de pêches jaunes2 g de fleurs de sureau séchées1 cuillère à soupe de sirop d'agave

Préparation

- 1 | Pelez les pêches et dénoyautez-les. Coupez-les en dés.
- 2 | Dans une casserole, mettez les pêches avec les fleurs de sureau et ajoutez le sirop d'agave. Faites cuire à feu moyen et à couvert pendant une vingtaine de minutes. Ajoutez un filet d'eau si nécessaire.
- 3 | Au bout de ce temps, mixez avec le Quick Chef vitesse 6 pour obtenir une compote lisse. Laissez refroidir avant de déguster.

Tips - Les fleurs de sureau séchées se trouvent au nayon infusion des magasins bio. Vous pouvez également les namasser en saison et les faire sécher.





Compote de papaye au sirop d'érable



• Ingrédients •

2 belles papayes

3 cuillères à soupe de sirop d'érable

1 cuillère à soupe de jus de citron

1 tige de citronnelle

5 cl d'eau



Préparation

- 1 | Ouvrez les papayes en 2. Retirez les graines et récupérez la chair puis coupez-la en morceaux. Retirez la première feuille et l'extrémité dure de la citronnelle puis coupez-la en deux dans la longueur.
- 2 | Dans une casserole mettez la papaye avec la citronnelle, versez l'eau et faites cuire à feu doux pendant une vingtaine de minutes.
- 3 | En fin de cuisson, retirez les tiges de citronnelle et mixez avec le Quick Chef à vitesse 4 en ajoutant progressivement le sirop d'érable et le jus de citron.
- 4 | Laissez refroidir avant de déguster.

Tips - La papaye est niche en fibres, elle favorise la digestion.

Pâte à tartiner



Ingrédients

60 g de poudre de noisettes 150 g de chocolat au lait 1 cuillère à café de purée de noisettes

50 g de chocolat noir 4 cuillères à soupe d'huile de noisettes



Préparation

- 1 | Dans une poêle sans matière grasse, faites torré- 4 | Réservez dans un pot en verre. fier quelques instants la poudre de noisettes.
- 2 | Cassez le chocolat au lait et le chocolat noir en morceaux et faites-le fondre au bain-marie. Laissez-le tiédir.
- 3 | Mettez la poudre de noisettes dans un verre doseur. Ajoutez le chocolat fondu, la purée de noisettes et l'huile puis mixez avec le Quick Chef vitesse 8 jusqu'à l'obtention d'un mélange bien homogène.

Tips - Conservez la pâte à tartiner dans un endroit sec à l'abri de la lumière. Si elle durcit, réchauffez-la guelgues secondes pour l'étaler plus facilement.