

COUP
de
POUCE



RECEVOIR

250 RECETTES ET 35 MENUS
COMPLETS POUR CÉLÉBRER
TOUTE L'ANNÉE



RECEVOIR

Édition : Isabel Tardif
Collaboration à l'édition : Louise Faucher
Design graphique : Colin Elliott
Infographie : Diane Marquette et Johanne Lemay
Révision : Lucie Desaulniers
Correction : France Giguère
Traduction : France Giguère

Catalogage avant publication de Bibliothèque et Archives nationales du Québec et Bibliothèque et Archives Canada

Complete special occasion menu cookbook. Français

Recevoir : 250 recettes et 35 menus complets
pour célébrer toute l'année

(Coup de pouce)
Traduction de : Complete special occasion menu cookbook.
Comprend un index.

ISBN 978-2-7619-4652-0

1. Cuisine des jours de fête. 2. Livres de cuisine. I. Titre.
II. Collection : Collection Coup de pouce.

TX739.C6514 2016 641.5'68 C2016-941336-5

Suivez-nous sur le Web

Consultez nos sites Internet et inscrivez-vous à l'infolettre pour rester informé en tout temps de nos publications et de nos concours en ligne. Et croisez aussi vos auteurs préférés et notre équipe sur nos blogues!

EDITIONS-HOMME.COM
EDITIONS-JOUR.COM
EDITIONS-PETITHOMME.COM
EDITIONS-LAGRIFFE.COM

10-16

Imprimé au Canada

© 2016, Juniper Publishing

Traduction française :
© 2016, Les Éditions de l'Homme,
division du Groupe Sogides inc.,
filiale de Québec Média inc.
(Montréal, Québec)

Tous droits réservés

Louvrage original a été publié
sous le titre *Complete Special Occasion Menu Cookbook*

Dépôt légal : 2016
Bibliothèque et Archives nationales du Québec

ISBN 978-2-7619-4652-0

DISTRIBUTEURS EXCLUSIFS :

Pour le Canada et les États-Unis :

MESSAGERIES ADP inc.*
Téléphone : 450-640-1237
Internet : www.messageries-adp.com
* filiale du Groupe Sogides inc.,
filiale de Québec Média inc.

Pour la France et les autres pays :

INTERFORUM editis
Téléphone : 33 (0) 1 49 59 11 56/91
Service commandes France Métropolitaine
Téléphone : 33 (0) 2 38 32 71 00
Internet : www.interforum.fr
Service commandes Export – DOM-TOM
Internet : www.interforum.fr
Courriel : cdes-export@interforum.fr

Pour la Suisse :

INTERFORUM editis SUISSE
Téléphone : 41 (0) 26 460 80 60
Internet : www.interforumsuisse.ch
Courriel : office@interforumsuisse.ch
Distributeur : OLF S.A.
Commandes :
Téléphone : 41 (0) 26 467 53 33
Internet : www.olf.ch
Courriel : information@olf.ch

Pour la Belgique et le Luxembourg :

INTERFORUM BENELUX S.A.
Téléphone : 32 (0) 10 42 03 20
Internet : www.interforum.be
Courriel : info@interforum.be

Gouvernement du Québec – Programme de crédit
d'impôt pour l'édition de livres – Gestion SODEC –
www.sodec.gouv.qc.ca

L'Éditeur bénéficie du soutien de la Société de développement des entreprises culturelles du Québec pour son programme d'édition.



Conseil des Arts
du Canada

Canada Council
for the Arts

Nous remercions le Conseil des Arts du Canada de l'aide accordée à notre programme de publication.

Financé par le gouvernement du Canada
Funded by the Government of Canada

Canada

Nous remercions le gouvernement du Canada de son soutien financier pour nos activités de traduction dans le cadre du Programme national de traduction pour l'édition du livre.

Nous remercions l'aide financière du gouvernement du Canada par l'entremise du Fonds du livre du Canada pour nos activités d'édition.

**COUP
de
POUCE**

RECEVOIR

250 RECETTES ET 35 MENUS
COMPLETS POUR CÉLÉBRER
TOUTE L'ANNÉE

 LES ÉDITIONS DE
L'HOMME

Une société de Québec Média



RECEVOIR, C'EST GARNIR
LA TABLE DE PLATS FESTIFS,
RÉCONFORTANTS, SIMPLES OU
AUDACIEUX. CRÉER L'AMBIANCE
ET SAVOURER UN MOMENT
DE COMPLICITÉ GOURMANDE...

TABLE DES MATIÈRES



PRINTEMPS

Clin d'œil à la Saint-Patrick **p. 8**

Brunch de Pâques **p. 16**

Souper de Pâques **p. 24**

C'est le temps des sucres ! **p. 34**

Brunch pour maman **p. 42**

Thé à l'anglaise **p. 48**

Shower de bébé **p. 56**

Souper du dimanche **p. 64**



ÉTÉ

Barbecue de la fête des Pères **p. 74**

Enfin l'été ! **p. 82**

Bonne fête Québec ! **p. 90**

La fête du Canada **p. 100**

Party sur la terrasse **p. 108**

Une journée au chalet **p. 116**

Repas entre voisins **p. 124**

Pique-nique familial **p. 132**

Passage au marché **p. 140**

Week-end d'été **p. 148**



AUTOMNE

Festin de fruits de mer **p. 156**

Souper traditionnel de l'Action de grâce **p. 164**

Souper de famille chaleureux **p. 176**

On se rassemble pour le match ! **p. 186**

C'est le temps des pommes ! **p. 192**

Repas d'automne sans prétention **p. 200**



HIVER

5 à 7 hivernal **p. 208**

Brunch festif **p. 216**

Dîner de Noël **p. 224**

Buffet de Noël **p. 234**

Brunch du Nouvel An **p. 244**

Party du jour de l'An **p. 250**

Souper après-ski **p. 260**

Nouvel An chinois **p. 264**

Soirée de Saint-Valentin **p. 272**

Soirée glamour **p. 278**

Souper du dimanche **p. 284**



PRINTEMPS



Clin d'œil à la Saint-Patrick p. 8

Brunch de Pâques p. 16

Souper de Pâques p. 24

C'est le temps des sucres ! p. 34

Brunch pour maman p. 42

Thé à l'anglaise p. 48

Shower de bébé p. 56

Souper du dimanche p. 64





CLIN D'ŒIL À LA SAINT-PATRICK

Son défilé haut en couleur et ses pubs festifs font de la culture irlandaise un incontournable pour qui aime célébrer ! On souligne la fête de la Saint-Patrick entre amis en préparant un menu aux saveurs typiques du pays. En vedette, les produits issus des marchés fermiers, dont la pomme de terre, ainsi que les poissons et fruits de mer. On termine le tout sur une note décadente avec le gâteau-pouding aux dattes et, bien sûr, un délicieux café irlandais !

9

MENU POUR 8

Pain brun irlandais p. 10

Tartinade de maquereau fumé p. 10

Potage de légumes racines au bleu p. 12

Huîtres fraîches écaillées p. 12

Rôti de porc, sauce crémeuse aux pommes p. 13

Croquettes de pommes de terre p. 14

Choux de Bruxelles au citron p. 14

Gâteau-pouding aux dattes, sauce au caramel et au whisky p. 15

Café irlandais p. 15

PAIN BRUN IRLANDAIS



DONNE ENVIRON 12 TRANCHES PRÉPARATION : 20 MIN CUISSON : 45 MIN

1 t	farine tout usage (environ)	250 ml
1 t	farine de blé entier	250 ml
½ t	flocons d'avoine (à cuisson non instantanée)	125 ml
¼ t	germe de blé	60 ml
1 ½ c. à thé	bicarbonate de sodium	7 ml
1 ½ c. à thé	graines de carvi	7 ml
½ c. à thé	sel	2 ml
½ t	beurre froid, coupé en cubes	125 ml
1 t	babeurre	250 ml
2 c. à tab	mélasse	30 ml

1 Dans un grand bol, mélanger les farines, les flocons d'avoine, le germe de blé, le bicarbonate de sodium, les graines de carvi et le sel. Ajouter le beurre et, à l'aide d'un coupe-pâte ou de 2 couteaux, travailler la préparation jusqu'à ce qu'elle ait la texture d'une chapelure fine. Dans un autre bol, à l'aide d'un fouet, mélanger le babeurre et la mélasse. Incorporer ce mélange à la préparation de farine en mélangeant à l'aide d'une fourchette jusqu'à ce que la préparation forme une pâte molle.

2 Sur une surface légèrement farinée, pétrir légèrement la pâte 10 fois, puis la façonner en un pain ovale d'environ 8 po (20 cm) de longueur. Saupoudrer le dessus du pain de farine tout usage. À l'aide d'un couteau dentelé, faire une entaille peu profonde au centre du pain sur la longueur. Mettre le pain dans un moule à pain de 9 po x 5 po (23 cm x 13 cm) beurré.

3 Cuire au four préchauffé à 375°F (190°C) pendant 45 minutes ou jusqu'à ce que le pain rende un son creux lorsqu'on le frappe à sa base. Laisser refroidir 5 minutes. Démouler le pain sur une grille et le laisser refroidir complètement avant de le trancher. (Le pain se conservera jusqu'à 4 jours à la température ambiante ou jusqu'à 2 semaines au congélateur.)

PAR TRANCHE : calories : 183 ; protéines : 4 g ; matières grasses : 9 g (5 g sat.) ; cholestérol : 21 mg ; glucides : 23 g ; fibres : 2 g ; sodium : 332 mg.

10

TARTINADE DE MAQUEREAU FUMÉ



DONNE 2 T (500 ML) PRÉPARATION : 10 MIN CUISSON : AUCUNE

3	filets de maquereau fumé, la peau et les arêtes enlevées (environ ¾ lb/340 g)	3
½ t	mie de pain frais émiettée	125 ml
⅓ t	crème 35%	80 ml
¼ t	beurre ramolli	60 ml
1 c. à tab	jus de citron	15 ml
1	pincée de piment de Cayenne	1
2 c. à tab	persil frais, haché finement	30 ml
2 c. à tab	oignon vert haché finement	30 ml

1 Au robot culinaire, en actionnant et en arrêtant successivement l'appareil, réduire en purée le maquereau, la mie de pain, la crème, le beurre, le jus de citron et le piment de Cayenne. Ajouter le persil et l'oignon vert, et mélanger. (La tartinaade se conservera jusqu'à 5 jours au réfrigérateur. Laisser revenir à la température ambiante avant de servir.)

PAR PORTION DE 1 C. À TAB (15 ML) : calories : 46 ; protéines : 3 g ; matières grasses : 4 g (2 g sat.) ; cholestérol : 17 mg ; glucides : 1 g ; fibres : aucune ; sodium : 95 mg.



À PARTIR DU HAUT : HUÎTRES FRAÎCHES ÉCAILLÉES, PAIN BRUN IRLANDAIS ET TARTINADE DE MAQUEREAU FUMÉ

POTAGE DE LÉGUMES RACINES AU BLEU C V

PORTIONS : 8 PRÉPARATION : 20 MIN CUISSON : 50 MIN

3 c. à tab	beurre	45 ml
2	poireaux, les parties blanche et vert pâle seulement, coupés en tranches fines	2
1	oignon coupé en tranches fines	1
4 t	rutabaga pelé et coupé en dés	1 L
1	carotte pelée et coupée en dés	1
1	pomme de terre (de type Russet) pelée et coupée en dés	1
¼ c. à thé	sel	4 ml
¼ c. à thé	poivre	1 ml
¼ c. à thé	muscade moulue	1 ml
4 t	bouillon de poulet à teneur réduite en sel	1 L
2 t	eau	500 ml
1 t	crème 10% ou lait	250 ml
1 c. à thé	vinaigre de cidre ou vinaigre de vin blanc	5 ml
½ t	fromage bleu (de type Cashel Blue ou autre) émietté	80 ml
2 c. à tab	ciboulette (ou persil) fraîche, hachée finement	30 ml

1 Dans une grande casserole à fond épais, faire fondre le beurre à feu moyen. Ajouter les poireaux et l'oignon, et cuire, en brassant souvent, pendant 12 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient translucides. Ajouter le rutabaga, la carotte, la pomme de terre, le sel, le poivre et la muscade, et cuire pendant 5 minutes. Verser le bouillon et l'eau, et porter à ébullition. Réduire le feu, couvrir et laisser mijoter pendant 30 minutes ou jusqu'à ce que les légumes soient tendres.

2 Au robot culinaire ou au mélangeur, réduire le potage en purée lisse, en plusieurs fois. (Le potage se conservera jusqu'à 3 jours au réfrigérateur ou jusqu'à 2 mois au congélateur. L'éclaircir avec de l'eau, si désiré.) Verser le potage dans la casserole. Incorporer la crème et le vinaigre. Porter à ébullition à feu moyen. Garnir chaque portion du fromage bleu et de la ciboulette.

PAR PORTION : calories : 164 ; protéines : 5 g ; matières grasses : 9 g (6 g sat.) ; cholestérol : 26 mg ; glucides : 16 g ; fibres : 2 g ; sodium : 662 mg.

12

HUÎTRES FRAÎCHES ÉCAILLÉES



p. 11

Les huîtres sont un véritable trésor de la mer. On les servira fraîchement écaillées sur un plateau avec des quartiers de citron, du raifort frais râpé et de la sauce tabasco. Pour les accompagner, pourquoi pas une bonne bière irlandaise de type stout et notre tartina de maquereau fumé avec quelques tranches de pain brun irlandais ? (Voir recettes p. 10.)

RÔTI DE PORC, SAUCE CRÉMEUSE AUX POMMES


p. 8

PORTIONS : 8 PRÉPARATION : 30 MIN REPOS : 2 H CUISSON : 1 H 30 MIN

PRÉPARATION DU RÔTI

1 Dans un bol, mélanger l'huile, l'ail, la sauge, le thym, le sel et le poivre. Frotter entièrement le rôti de porc de ce mélange. Couvrir et laisser reposer au réfrigérateur pendant 2 heures. (Le rôti se conservera jusqu'au lendemain au réfrigérateur.)

2 Mettre le rôti sur la grille légèrement huilée d'une rôtissoire. Faire rôtir au four préchauffé à 375°F (190°C) pendant 1 heure 30 minutes ou jusqu'à ce que le porc soit encore légèrement rosé à l'intérieur et qu'un thermomètre à viande inséré au centre du rôti indique 160°F (71°C). Déposer le rôti sur une planche à découper et le couvrir de papier d'aluminium, sans serrer. Laisser reposer pendant 15 minutes, puis le couper en tranches.

PRÉPARATION DE LA SAUCE

3 Entre-temps, dégraisser le liquide de cuisson dans la rôtissoire. Ajouter le beurre et cuire à feu moyen jusqu'à ce qu'il ait fondu. Ajouter les pommes et l'oignon, et cuire, en brassant souvent, pendant 5 minutes. Verser le jus de pomme et porter à ébullition en raclant le fond de la rôtissoire pour en détacher les particules. Ajouter le bouillon, la crème et la moutarde, et mélanger. Cuire pendant 8 minutes ou jusqu'à ce que la sauce ait réduit de moitié. Dans un petit bol, mélanger la fécule de maïs et l'eau. À l'aide d'un fouet, incorporer ce mélange à la sauce, et cuire, en remuant, pendant 1 minute ou jusqu'à ce qu'elle ait épaissi. Servir avec le porc.

PAR PORTION : calories : 397 ; protéines : 34 g ; matières grasses : 23 g (10 g sat.) ; cholestérol : 128 mg ; glucides : 11 g ; fibres : 1 g ; sodium : 493 mg.

RÔTI DE PORC

2 c. à tab	huile végétale	30 ml
3	gousses d'ail hachées finement	3
1 c. à tab	sauge fraîche, hachée finement	15 ml
	ou	
½ c. à thé	sauge séchée	2 ml
1 c. à tab	thym frais, haché finement	15 ml
	ou	
½ c. à thé	thym séché	2 ml
1 c. à thé	sel	5 ml
½ c. à thé	poivre	2 ml
1	rôti de longe de porc, coupe du centre, désossé, roulé et ficelé (environ 3 lb/1,5 kg)	1

SAUCE CRÉMEUSE AUX POMMES

2 c. à tab	beurre	30 ml
2	pommes (de type Granny Smith) pelées et coupées en quatre, puis en tranches fines	2
1	oignon coupé en dés	1
1 t	jus de pomme brut (de type Tradition) ou cidre de pomme	250 ml
1 t	bouillon de poulet à teneur réduite en sel	250 ml
¾ t	crème 35%	180 ml
1 c. à tab	moutarde à l'ancienne ou de Dijon	15 ml
1 c. à thé	fécule de maïs	5 ml
1 c. à tab	eau	15 ml

13

CROQUETTES DE POMMES DE TERRE


p. 8

PORTIONS : 8 PRÉPARATION : 30 MIN CUISSON : 30 MIN

3 lb	pommes de terre (de type Russet)	1,5 kg
3	oignons verts coupés en tranches fines	3
½ t	farine	125 ml
1 c. à thé	poudre à pâte	5 ml
½ c. à thé	sel	2 ml
¾ t	babeurre	180 ml
3 c. à tab	beurre	45 ml
3 c. à tab	huile végétale	45 ml

1 Peler la moitié des pommes de terre et les couper en gros morceaux. Dans une grande casserole d'eau bouillante salée, cuire les morceaux de pommes de terre, à couvert, pendant 15 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Bien les égoutter et les déposer dans un grand bol. Réduire en purée.

2 Peler et râper le reste des pommes de terre. Envelopper les pommes de terre dans un linge et le tordre pour en extraire tout le liquide. Ajouter les pommes de terre râpées, les oignons verts, la farine, la poudre à pâte et le sel à la purée de pommes de terre. Bien mélanger. Incorporer le babeurre de manière à obtenir une préparation assez solide.

3 Dans un poêlon, faire fondre 1 c. à tab (15 ml) du beurre avec 1 c. à tab (15 ml) de l'huile à feu moyen-vif. Ajouter la préparation de pommes de terre, ¼ t (60 ml) à la fois (ne pas surcharger le poêlon; procéder en plusieurs fois, en ajoutant le reste du beurre et de l'huile au besoin). À l'aide d'une spatule, aplatir les croquettes à ½ po (1 cm) d'épaisseur et cuire pendant 8 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient dorées et croustillantes (les retourner à mi-cuisson). (Les croquettes se conserveront jusqu'au lendemain au réfrigérateur. Réchauffer au four préchauffé à 375°F/190°C pendant 13 minutes.)

PAR PORTION : calories : 237 ; protéines : 4 g ; matières grasses : 10 g (3 g sat.) ; cholestérol : 12 mg ; glucides : 34 g ; fibres : 2 g ; sodium : 405 mg.

CHOUX DE BRUXELLES AU CITRON


p. 8

PORTIONS : 8 PRÉPARATION : 10 MIN CUISSON : 7 MIN

8 t	choux de Bruxelles parés, coupés en deux (environ 2 lb/1 kg en tout)	2 L
¼ t	beurre ramolli	60 ml
2 c. à thé	zeste de citron râpé	10 ml
4 c. à thé	jus de citron	20 ml
	sel et poivre	

1 Dans une grande casserole d'eau bouillante salée, cuire les choux de Bruxelles, à couvert, pendant 6 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres, mais encore croquants. Les égoutter et les remettre dans la casserole. Ajouter le beurre, le zeste et le jus de citron, et mélanger jusqu'à ce que le beurre ait fondu. Saler et poivrer.

PAR PORTION : calories : 89 ; protéines : 3 g ; matières grasses : 6 g (4 g sat.) ; cholestérol : 15 mg ; glucides : 9 g ; fibres : 4 g ; sodium : 287 mg.

GÂTEAU-POUDING AUX DATTES, SAUCE AU CAMEL ET AU WHISKY

PORTIONS : 12 PRÉPARATION : 40 MIN CUISSON : 1 H 15 MIN REPOS : 10 MIN

1 Dans une grande casserole, mélanger l'eau, les dattes et le bicarbonate de sodium. Porter à ébullition. Retirer la casserole du feu et laisser refroidir.

2 Dans un bol, mélanger la farine et la poudre à pâte. Réserver. Dans un grand bol, à l'aide d'un batteur électrique, battre 1 t (250 ml) du beurre avec le sucre jusqu'à ce que le mélange soit léger. Ajouter les œufs un à un en battant, puis la vanille. Incorporer les ingrédients secs réservés en 2 fois, en alternant avec le mélange de dattes refroidi jusqu'à ce que la pâte soit homogène. Verser la pâte dans un moule à cheminée (de type Bundt) d'une capacité de 10 t (2,5 L), beurré et fariné. Cuire au four préchauffé à 350°F (180°C) pendant 45 minutes.

3 Entre-temps, dans une casserole, faire fondre le reste du beurre à feu moyen. Ajouter la cassonade et mélanger jusqu'à ce qu'elle soit dissoute. Ajouter la crème et porter au point d'ébullition. Laisser mijoter, en brassant de temps à autre, pendant 5 minutes ou jusqu'à ce que la sauce ait épaissi légèrement. Incorporer le whisky. Réserver au chaud.

4 Retirer le gâteau du four et, à l'aide d'une brochette en bois ou d'un cure-dents, le piquer sur toute sa surface. Verser uniformément $\frac{1}{3}$ t (80 ml) de la sauce réservée sur le gâteau et poursuivre la cuisson au four pendant 15 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dents inséré au centre en ressorte propre. Laisser refroidir 10 minutes. Démouler le gâteau dans une assiette de service. Piquer le dessous du gâteau sur toute sa surface et verser $\frac{1}{3}$ t (80 ml) de la sauce. (Le gâteau se conservera jusqu'à 2 jours à la température ambiante et le reste de la sauce jusqu'à 2 jours au réfrigérateur.)

5 Au moment de servir, couper le gâteau en tranches et napper du reste de la sauce chaude.

PAR PORTION : calories : 585 ; protéines : 6 g ; matières grasses : 34 g (21 g sat.) ; cholestérol : 152 mg ; glucides : 66 g ; fibres : 3 g ; sodium : 488 mg.

1 $\frac{1}{2}$ t	eau	375 ml
1 $\frac{1}{3}$ t	dattes dénoyautées hachées	330 ml
2 c. à thé	bicarbonate de sodium	10 ml
2 $\frac{1}{2}$ t	farine	625 ml
2 c. à thé	poudre à pâte	10 ml
1 t	beurre ramolli	430 ml
+ $\frac{3}{4}$ t		
$\frac{1}{2}$ t	sucres	125 ml
4	œufs	4
1 c. à thé	vanille	5 ml
1 $\frac{1}{4}$ t	cassonade tassée	310 ml
$\frac{3}{4}$ t	crème 35%	180 ml
$\frac{1}{4}$ t	whisky irlandais (de type Bushmills ou Jameson)	60 ml

15

CAFÉ IRLANDAIS

Pour chaque portion, dans une tasse à café, mélanger $\frac{1}{3}$ t (80 ml) de café chaud fraîchement fait, 1 oz (30 ml) de liqueur de noisette (de type Frangelico), 1 oz (30 ml) de boisson à la crème irlandaise (de type Baileys) et 2 c. à tab (30 ml) de crème 10%. Garnir de crème fouettée.





PRINTEMPS



BRUNCH DE PÂQUES

Célébration printanière par excellence, Pâques est souvent l'occasion de réunir la famille autour d'un bon repas. Après la chasse aux cocos du matin, on se retrouve pour le brunch autour du traditionnel jambon et d'accompagnements à partager. Pas de flafla, seulement le plaisir d'être ensemble!

17

MENU POUR 16

Jambon à l'ananas p. 18

Salade d'asperges rôties et croûtons au parmesan p. 19

Duo de pois au beurre à l'ail rôti p. 20

Gratin dauphinois facile p. 20

Carottes et oignons cipollinis glacés au miel et à la lime p. 22

Tiramisu au citron p. 23

JAMBON À L'ANANAS


p. 16

PORTIONS: **24 À 48** PRÉPARATION: **25 MIN** REPOS: **20 MIN** CUISSON: **40 MIN (GLACE), 4 H 30 MIN (JAMBON)**

3 ½ t	jus d'ananas	875 ml
1 ½ t	cassonade tassée	375 ml
1	morceau de gingembre frais de 3 po (8 cm) de longueur, pelé et coupé en tranches	1
1 t	eau	250 ml
1	jambon fumé avec l'os, entièrement cuit (environ 14 lb/7 kg)	1

1 Dans une casserole, mélanger 2 t (500 ml) du jus d'ananas, la cassonade et les deux tiers du gingembre. Porter à ébullition à feu moyen-vif. Cuire, en brassant, pendant 5 minutes ou jusqu'à ce que la cassonade soit dissoute. Réduire à feu moyen-doux et laisser mijoter, en brassant de temps à autre, pendant 35 minutes ou jusqu'à ce que la glace ait réduit de moitié et ait suffisamment épaissi pour napper le dos d'une cuillère. Laisser refroidir légèrement, environ 20 minutes.

2 Entre-temps, verser le reste du jus d'ananas et l'eau dans une rôtissoire. Parsemer du reste du gingembre. Mettre le jambon, la couche de gras dessus, sur la grille huilée de la rôtissoire. Couvrir hermétiquement de papier d'aluminium et cuire sur la grille inférieure du four préchauffé à 325°F (160°C) pendant 4 heures ou jusqu'à ce qu'un thermomètre à lecture instantanée inséré au centre du jambon indique 130°F (55°C).

3 Retirer le papier d'aluminium. Retirer la couenne (la peau) et la jeter. Amincir la couche de gras à la surface du jambon à ¼ po (5 mm) d'épaisseur. À l'aide d'un couteau bien aiguisé, faire des entailles dans le gras de manière à obtenir un motif en losanges sur le jambon. Badigeonner le jambon de la moitié de la glace à l'ananas refroidie.

4 Poursuivre la cuisson à découvert au four préchauffé à 375°F (190°C) pendant 30 minutes ou jusqu'à ce que la glace soit caramélisée et dorée, et qu'un thermomètre à lecture instantanée inséré au centre du jambon indique 140°F (60°C) (badigeonner le jambon plusieurs fois du reste de la glace; au besoin, réchauffer la glace pour la détendre).

PAR PORTION : calories : 248 ; protéines : 19 g ; matières grasses : 15 g (5 g sat.) ; cholestérol : 55 mg ; glucides : 8 g ; fibres : traces ; sodium : 1059 mg.

SALADE D'ASPERGES RÔTIES ET CROÛTONS AU PARMESAN


p. 21

PORTIONS : 16 PRÉPARATION : 30 MIN CUISSON : 30 MIN

PRÉPARATION DE LA VINAIGRETTE

1 Dans un petit bol, à l'aide d'un fouet, mélanger le jus de citron, la moutarde, le miel et l'ail. Ajouter petit à petit l'huile en fouettant jusqu'à ce que la vinaigrette soit homogène. Saler et poivrer. (La vinaigrette se conservera jusqu'à 3 jours au réfrigérateur. Laisser revenir à la température ambiante pendant 20 minutes et fouetter avant de servir.) Au moment de servir, ajouter l'estragon et mélanger.

PRÉPARATION DES CROÛTONS

2 Sur une plaque de cuisson tapissée de papier parchemin, mélanger les cubes de pain avec l'huile, puis les étaler côte à côte sur la plaque. Parsemer du parmesan. Cuire au four préchauffé à 400°F (200°C) pendant 12 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Laisser refroidir jusqu'à ce qu'ils soient à la température ambiante et les détacher. (Les croûtons se conserveront jusqu'au lendemain à la température ambiante.)

PRÉPARATION DE LA SALADE

3 Entre-temps, dans un grand bol, mélanger les asperges et l'huile. Saler et poivrer. Étaler les asperges sur 2 plaques de cuisson. Déposer une plaque dans le tiers supérieur du four préchauffé à 425°F (220°C) et l'autre dans le tiers inférieur. Faire rôtir pendant 15 minutes ou jusqu'à ce que les asperges soient tendres (intervertir et tourner les plaques à mi-cuisson). Laisser refroidir jusqu'à ce qu'elles soient à la température ambiante. (Les asperges rôties se conserveront jusqu'au lendemain au réfrigérateur. Laisser revenir à la température ambiante pendant 20 minutes avant de poursuivre la recette.)

4 Dans un grand bol, mélanger les asperges rôties, les tomates, la roquette, les épinards et les croûtons. Verser la vinaigrette et mélanger pour bien enrober les ingrédients. Servir aussitôt.

PAR PORTION : calories : 116 ; protéines : 4 g ; matières grasses : 8 g (1 g sat.) ; cholestérol : 3 mg ; glucides : 10 g ; fibres : 2 g ; sodium : 194 mg.

VINAIGRETTE AU CITRON ET À L'ESTRAGON

¼ t	jus de citron	60 ml
4 c. à thé	moutarde de Dijon	20 ml
4 c. à thé	miel liquide	20 ml
1	petite gousse d'ail hachée finement	1
⅓ t	huile d'olive	80 ml
3 c. à tab	estragon frais, haché	45 ml

CROÛTONS AU PARMESAN

½	pain baguette de 8 po (20 cm) de longueur, coupé en cubes de ½ po (1 cm)	½
1 c. à tab	huile d'olive	15 ml
½ t	parmesan râpé finement	125 ml

SALADE D'ASPERGES RÔTIES

4 lb	asperges parées, coupées en morceaux de 1 ½ po (4 cm) de longueur (environ 4 bottes)	2 kg
1 c. à tab	huile d'olive	15 ml
3 t	tomates raisins coupées en deux	750 ml
1	paquet de jeune roquette (5 oz/142 g)	1
1	paquet de jeunes épinards (5 oz/142 g)	1
	sel et poivre	

DUO DE POIS AU BEURRE À L'AIL RÔTI



PORTIONS : 16 PRÉPARATION : 15 MIN CUISSON : 45 MIN (AIL RÔTI), 2 MIN (POIS)

1	bulbe d'ail	1
1 c. à thé	huile d'olive	5 ml
¼ t	beurre ramolli	60 ml
8 t	pois gourmands parés (environ 1 ½ lb/750 g en tout)	2 L
4 t	petits pois surgelés	1 L
1 c. à thé	sel	5 ml
¼ c. à thé	poivre	1 ml
2 c. à tab	estragon frais, haché (facultatif)	30 ml

1 Trancher le tiers supérieur du bulbe d'ail de manière à exposer les gousses. Mettre le bulbe sur un petit carré de papier d'aluminium et arroser les gousses exposées de l'huile. Replier le papier d'aluminium sur le bulbe de manière à former une papillote et sceller. Faire rôti au four préchauffé à 375°F (190°C) pendant 45 minutes ou jusqu'à ce que l'ail soit tendre. Laisser refroidir légèrement. Presser les gousses d'ail dans un petit bol pour en extraire la pulpe. Ajouter le beurre et mélanger jusqu'à ce que la préparation soit homogène. (Le beurre à l'ail se conservera jusqu'à 2 jours au réfrigérateur. Laisser ramollir à la température ambiante pendant 20 minutes avant de poursuivre la recette.)

2 Dans une grande casserole d'eau bouillante salée, cuire les pois gourmands pendant 1 minute. Ajouter les petits pois et cuire pendant 30 secondes ou jusqu'à ce qu'ils soient chauds. Bien égoutter. Dans un grand bol, mélanger les pois gourmands, les petits pois, le beurre à l'ail, le sel et le poivre jusqu'à ce que le beurre ait fondu et soit bien réparti. Parsemer de l'estragon, si désiré.

PAR PORTION : calories : 74 ; protéines : 3 g ; matières grasses : 3 g (2 g sat.) ; cholestérol : 8 mg ; glucides : 8 g ; fibres : 3 g ; sodium : 361 mg.

20

GRATIN DAUPHINOIS FACILE



PORTIONS : 16 PRÉPARATION : 30 MIN CUISSON : 4 H 30 MIN REPOS : 15 MIN

4 lb	pommes de terre jaunes pelées et coupées en tranches de ¼ po (5 mm) d'épaisseur	2 kg
1	bulbe de fenouil, le cœur enlevé, coupé en tranches fines	1
1 c. à tab	thym frais, haché	15 ml
3	gousses d'ail hachées finement	3
2 c. à thé	sel	10 ml
½ c. à thé	poivre	2 ml
1 t	crème 35%	250 ml
2 c. à tab	fécule de pomme de terre	30 ml
1 t	gruyère râpé	250 ml
3	tranches de bacon hachées	3

1 Dans un grand bol, mélanger délicatement les pommes de terre, le fenouil, le thym, l'ail, le sel et le poivre. Dans un petit bol, à l'aide d'un fouet, mélanger la crème et la fécule jusqu'à ce que le mélange soit lisse. Réserver.

2 Dans la cocotte légèrement beurrée de la mijoteuse, déposer la moitié de la préparation de pommes de terre. Parsemer du quart du gruyère et de la moitié du bacon. Verser la moitié du mélange de crème réservé. Couvrir du reste de la préparation de pommes de terre. Parsemer d'un autre quart du gruyère et du reste du bacon. Verser le reste du mélange de crème.

3 Couvrir et cuire à intensité élevée pendant 4 heures 30 minutes ou jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres. Éteindre la mijoteuse et parsemer du reste du gruyère. Couvrir et laisser reposer pendant 15 minutes ou jusqu'à ce que le fromage ait fondu et qu'une partie du liquide soit absorbée.

PAR PORTION : calories : 206 ; protéines : 6 g ; matières grasses : 9 g (6 g sat.) ; cholestérol : 29 mg ; glucides : 26 g ; fibres : 3 g ; sodium : 367 mg.



DANS LE SENS DES AIGUILLES D'UNE MONTRE, À PARTIR DU HAUT À GAUCHE : DUO DE POIS AU BEURRE À L'AIL RÔTI, CAROTTES ET OIGNONS CIPOLLINIS GLACÉS AU MIEL ET À LA LIME, SALADE D'ASPERGES RÔTIES ET CROÛTONS AU PARMESAN, TIRAMISU AU CITRON, GRATIN DAUPHINOIS FACILE

CAROTTES ET OIGNONS CIPOLLINIS GLACÉS AU MIEL ET À LA LIME



PORTIONS : 16 PRÉPARATION : 40 MIN CUISSON : 45 MIN

4	paquets d'oignons perlés (de type cipollinis) (6 oz/175 g chacun)	4
¼ t	beurre	60 ml
1 à 2 c. à tab	eau	15 à 30 ml
3 lb	carottes	1,5 kg
2 c. à tab	miel liquide	30 ml
1 c. à thé	sel	5 ml
¼ c. à thé	poivre	1 ml
1 c. à thé	zeste de lime râpé	5 ml
2 c. à tab	jus de lime	30 ml

1 Dans une grande casserole d'eau bouillante, blanchir les oignons pendant 1 minute ou jusqu'à ce que la pelure commence à se détacher. Les égoutter et les rincer à l'eau froide. Peler les oignons en enlevant l'extrémité du côté de la racine au besoin. Couper les oignons en quatre sur la longueur.

2 Dans un grand poêlon, faire fondre le quart du beurre à feu moyen. Ajouter les oignons et cuire, en brassant de temps à autre, pendant 40 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres et dorés (ajouter l'eau au besoin, environ toutes les 4 minutes, si les oignons commencent à coller). (Les oignons se conserveront jusqu'à 2 jours au réfrigérateur.)

3 Entre-temps, peler les carottes et les trancher sur le biais en morceaux de 2 po (5 cm) de longueur. Couper ces morceaux en tranches de ½ po (1 cm) d'épaisseur. Dans une grande casserole d'eau bouillante salée, cuire les carottes pendant 8 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres, mais encore croquantes. Les égoutter et les plonger dans un bol d'eau glacée pour les refroidir. Les égoutter de nouveau et les éponger avec un linge propre. (Les carottes se conserveront jusqu'au lendemain au réfrigérateur.)

4 Dans un grand poêlon, faire fondre le reste du beurre à feu moyen-vif. Ajouter les carottes et cuire, en brassant souvent, pendant 4 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient légèrement dorées. Ajouter les oignons, le miel, le sel et le poivre, et cuire, en remuant souvent, pendant 2 minutes ou jusqu'à ce que les carottes soient tendres. Retirer le poêlon du feu. Ajouter le zeste et le jus de lime, et mélanger.

PAR PORTION : calories : 76 ; protéines : 1 g ; matières grasses : 3 g (2 g sat.) ; cholestérol : 8 mg ; glucides : 12 g ; fibres : 3 g ; sodium : 361 mg.

TIRAMISU AU CITRON


p. 21

PORTIONS : 8 PRÉPARATION : 45 MIN CUISSON : 15 MIN REPOS : 10 MIN RÉFRIGÉRATION : 13 H

1 Mettre les jaunes d'œufs dans un bol à l'épreuve de la chaleur. À l'aide d'un fouet, incorporer $\frac{3}{4}$ t (180 ml) du sucre, le zeste et le jus de citron. Déposer le bol sur une casserole d'eau chaude, mais non bouillante, et cuire, en brassant, pendant 12 minutes ou jusqu'à ce que le mélange ait suffisamment épaissi pour napper le dos d'une cuillère. Retirer du feu. Incorporer le beurre, 1 c. à tab (15 ml) à la fois. Filtrer la préparation dans un tamis fin déposé sur un bol. Couvrir la surface de pellicule plastique. Réfrigérer la crème de citron 1 heure ou jusqu'à ce qu'elle ait suffisamment épaissi pour former un petit monticule dans une cuillère. Réserver.

2 Entre-temps, dans une casserole, mélanger le reste du sucre et l'eau. Cuire à feu moyen, en brassant, jusqu'à ce que le sucre soit dissous. Retirer du feu et laisser refroidir complètement. Incorporer la liqueur d'amande. Tremper rapidement les doigts de dame de chaque côté dans le sirop et les disposer dans le fond d'un plat de 11 po x 7 po (28 cm x 18 cm). Réserver.

3 Dans un grand bol, à l'aide du batteur électrique, fouetter le mascarpone, le sucre glace et la vanille jusqu'à ce que le mélange soit lisse. Dans un autre bol, à l'aide du batteur électrique (utiliser des fouets propres), fouetter $\frac{3}{4}$ t (180 ml) de la crème jusqu'à ce qu'elle forme des pics fermes. Incorporer la crème fouettée à la préparation de mascarpone réservée en soulevant délicatement la masse. Étendre la garniture au mascarpone sur les doigts de dame réservés, puis couvrir de la crème de citron réservée. Couvrir le plat de pellicule plastique et réfrigérer jusqu'au lendemain. Laisser reposer 10 minutes à la température ambiante avant de servir.

4 Au moment de servir, fouetter le reste de la crème jusqu'à ce qu'elle forme des pics fermes. Garnir le tiramisu de la crème fouettée et des amandes pralinées.

PAR PORTION : calories : 535 ; protéines : 8 g ; matières grasses : 37 g (20 g sat.) ; cholestérol : 222 mg ; glucides : 44 g ; fibres : 1 g ; sodium : 121 mg.

6	jaunes d'œufs	6
$\frac{3}{4}$ t	sucre	210 ml
+ 2 c. à tab		
2 c. à thé	zeste de citron finement râpé	10 ml
$\frac{1}{2}$ t	jus de citron	125 ml
$\frac{1}{2}$ t	beurre froid, coupé en cubes	125 ml
2 c. à tab	eau	30 ml
3 c. à tab	liqueur d'amande (de type amaretto)	45 ml
10	doigts de dame (environ)	10
$\frac{1}{2}$	contenant de mascarpone (la moitié de 1 lb/475 g)	$\frac{1}{2}$
1 t	sucre glace	250 ml
$\frac{1}{2}$ c. à thé	vanille	2 ml
$\frac{3}{4}$ t	crème 35%	305 ml
+ $\frac{1}{2}$ t		
$\frac{3}{4}$ t	amandes pralinées ou amandes grillées, hachées	180 ml





PRINTEMPS



SOUPER DE PÂQUES

Un brin plus raffiné, on met les petits plats dans les grands pour un souper pascal où l'agneau est à l'honneur.

On débute doucement en partageant l'apéro afin de savourer le bonheur d'être ensemble. Le printemps est officiellement de retour!

25

MENU POUR 12

Pâté de foies de volaille p. 26

Chutney aux pommes et aux noix de Grenoble p. 27

Trempe à l'aubergine rôtie p. 29

Gigot d'agneau, sauce à l'oignon caramélisé p. 30

Casserole de purée de pommes de terre p. 31

Asperges rôties au citron p. 32

Mélange de champignons rôtis p. 32

Beignets à la ricotta et à l'orange p. 33

Sauce au caramel à l'érable et à la fleur de sel p. 33

PÂTÉ DE FOIES DE VOLAILLE


p. 28

DONNE 2 ²/₃ T (660 ML) PRÉPARATION : 30 MIN CUISSON : 10 À 16 MIN RÉFRIGÉRATION : 6 H

1 lb	foies de poulet	500 g
2 c. à tab	beurre ou huile d'olive	30 ml
2	petits oignons coupés en tranches fines	2
3 c. à tab	jus de citron	45 ml
2 c. à tab	vin rouge	30 ml
¼ t	persil frais, haché	60 ml
½ c. à thé	sel	2 ml
½ c. à thé	poivre	2 ml
2	œufs durs coupés en dés	2

1 Rincer les foies de poulet. Les parer et les éponger. Réserver.

2 Dans un grand poêlon, faire fondre la moitié du beurre à feu moyen. Ajouter les oignons et cuire, en brassant de temps à autre, de 5 à 8 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres et dorés. Mettre les oignons dans le récipient du robot culinaire.

3 Dans le poêlon, faire fondre le reste du beurre à feu moyen-vif. Ajouter les foies de poulet et cuire, en brassant, de 5 à 8 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient cuits, mais encore légèrement rosés au centre. Ajouter le jus de citron et le vin, et cuire pendant 1 minute. Mettre la préparation de foies dans le récipient du robot culinaire. Ajouter le persil, le sel et le poivre, et réduire en purée lisse (racler la paroi du récipient de temps à autre). Mettre la purée de foies dans un bol. Ajouter les œufs durs et mélanger en soulevant délicatement la masse.

4 Étendre le pâté de foie dans un mini-moule à pain ou un plat tapissé de pellicule plastique et lisser la surface. Couvrir directement la surface du pâté de pellicule plastique et réfrigérer pendant 6 heures. (Le pâté se conservera jusqu'au lendemain au réfrigérateur.) Au moment de servir, retirer la pellicule plastique et démouler dans un plat de service.

PAR PORTION DE 1 C. À TAB (15 ML) : calories : 20 ; protéines : 2 g ; matières grasses : 1 g (traces sat.) ; cholestérol : 55 mg ; glucides : 1 g ; fibres : traces ; sodium : 44 mg.

CHUTNEY AUX POMMES ET AUX NOIX DE GRENOBLE

 p. 28

DONNE ENVIRON **2 T (500 ML)** PRÉPARATION : **20 MIN** CUISSON : **20 MIN** REPOS : **45 MIN**

1 Dans une casserole, chauffer l'huile à feu moyen. Ajouter l'oignon et cuire, en brassant de temps à autre, pendant 5 minutes ou jusqu'à ce qu'il ait ramolli. Ajouter les pommes, les abricots, les poires, la cassonade, le zeste et le jus de citron, la cannelle et l'eau. Cuire, en brassant de temps à autre, pendant 15 minutes ou jusqu'à ce que les pommes soient tendres. Ajouter les noix de Grenoble et mélanger. Laisser refroidir environ 45 minutes. (Le chutney se conservera jusqu'à 2 jours au réfrigérateur.)

PAR PORTION DE 1 C. À TAB (15 ML): calories : 43 ; protéines : 1 g ;
matières grasses : 3 g (traces sat.) ; cholestérol : aucun ; glucides : 5 g ; fibres : 1 g ;
sodium : 1 mg.

2 c. à thé	huile d'olive	10 ml
1	petit oignon coupé en petits dés	1
2	pommes (de type Empire ou Granny Smith) pelées et hachées	2
¼ t	abricots séchés hachés	60 ml
¼ t	poires séchées hachées	60 ml
3 c. à tab	cassonade tassée	45 ml
1 c. à thé	zeste de citron râpé	5 ml
3 c. à tab	jus de citron	45 ml
1	pincée de cannelle moulue	1
⅓ t	eau	80 ml
1 t	noix de Grenoble hachées	250 ml



À PARTIR DU HAUT : PÂTE DE FOIE DE VOLAILLE, CHUTNEY AUX POMMES ET AUX NOIX DE GRENOBLE ET TREMPETTE À L'AUBERGINE RÔTIE

TREMPETTE À L'AUBERGINE RÔTIE



DONNE ENVIRON **4 T (1 L)** PRÉPARATION: **20 MIN** CUISSON: **35 À 40 MIN** RÉFRIGÉRATION: **2 H**

1 À l'aide d'une fourchette, piquer entièrement les aubergines et les déposer sur une plaque de cuisson légèrement huilée. Réserver.

2 Retirer 2 gousses du bulbe d'ail, les peler et les hacher finement. Réserver. Trancher le tiers supérieur du reste du bulbe d'ail de manière à exposer les gousses. Mettre le bulbe sur un petit carré de papier d'aluminium et arroser les gousses exposées de 1 c. à thé (5 ml) de l'huile. Replier le papier d'aluminium sur le bulbe de manière à former une papillote et sceller. Mettre la papillote d'ail sur la plaque avec les aubergines réservées. Cuire au four préchauffé à 375°F (190°C) de 35 à 40 minutes ou jusqu'à ce que les aubergines aient ramolli (les retourner à mi-cuisson). Laisser refroidir suffisamment les aubergines pour pouvoir les manipuler.

3 Entre-temps, dans un grand poêlon, chauffer le reste de l'huile à feu moyen. Ajouter l'oignon et la coriandre, et cuire, en brassant de temps à autre, pendant 15 minutes ou jusqu'à ce que l'oignon soit doré. Mettre la préparation d'oignon dans le récipient du robot culinaire. Couper les aubergines refroidies en deux sur la longueur. À l'aide d'une cuillère, racler la chair et la mettre dans le récipient du robot (jeter la peau). Presser les gousses d'ail rôti pour extraire la pulpe et la mettre dans le robot. Ajouter l'ail haché réservé, le tahini, le jus de citron, le sel et le poivre, et réduire en purée lisse. Ajouter le persil et mélanger. Couvrir et réfrigérer pendant 2 heures. (La trempette se conservera jusqu'à 2 jours au réfrigérateur.)

PAR PORTION DE 1 C. À TAB (15 ML): calories : 16 ; protéines : traces ; matières grasses : 1 g (traces sat.) ; cholestérol : aucun ; glucides : 2 g ; fibres : 1 g ; sodium : 33 mg.

2	grosses aubergines	2
1	bulbe d'ail	1
4 c. à thé	huile d'olive	20 ml
1	oignon doux (de type Vidalia) coupé en tranches fines	1
1 ½ c. à thé	coriandre moulue	7 ml
½ t	tahini (beurre de sésame)	125 ml
¼ t	jus de citron	60 ml
¾ c. à thé	sel	4 ml
¾ c. à thé	poivre	4 ml
¼ t	persil frais, haché	60 ml

GIGOT D'AGNEAU, SAUCE À L'OIGNON CARAMÉLISÉ



p. 24

PORTIONS : 12 PRÉPARATION : 45 MIN RÉFRIGÉRATION : 1 H CUISSON : 2 H 20 MIN

1	gigot d'agneau avec l'os (environ 6 lb/3 kg)	1	1
2	gousses d'ail coupées en tranches sur la longueur	2	1
2	brins de romarin frais	2	2
¼ c. à thé	sel	1 ml	2
½ c. à thé	poivre	2 ml	2
2 c. à thé	huile d'olive	10 ml	2
2	gousses d'ail hachées finement	2	1
1	oignon coupé en tranches fines	1	1
¼ t	vin rouge	60 ml	1
2 t	bouillon de bœuf	500 ml	1
1 c. à thé	fécule de maïs	5 ml	1
¼ t	eau	60 ml	1

1 Avec la pointe d'un couteau bien aiguisé, faire 12 incisions d'environ 1 ½ po (4 cm) de profondeur sur le dessus du gigot d'agneau. Insérer une tranche d'ail dans chacune. Détacher les feuilles des brins de romarin et en insérer 4 ou 5 dans chaque incision. Couvrir et réfrigérer pendant 1 heure. (Le gigot d'agneau se conservera jusqu'au lendemain au réfrigérateur, couvert d'une pellicule plastique.) Parsemer le gigot du sel et de ¼ c. à thé (1 ml) du poivre.

2 Déposer le gigot d'agneau sur la grille huilée d'une rôtissoire. Cuire à découvert au four préchauffé à 350°F (180°C) pendant environ 2 heures ou jusqu'à ce qu'un thermomètre à viande inséré dans la partie la plus charnue du gigot (il ne doit pas toucher l'os) indique 149°F (65°C) pour une viande rosée, ou jusqu'au degré de cuisson désiré. Déposer le gigot d'agneau sur une planche à découper et le couvrir de papier d'aluminium, sans serrer. Laisser reposer pendant 10 minutes avant de le découper.

3 Entre-temps, dans une casserole, chauffer l'huile à feu moyen. Ajouter l'ail haché et cuire, en remuant, pendant 1 minute. Ajouter l'oignon et poursuivre la cuisson, en brassant de temps à autre, pendant environ 8 minutes ou jusqu'à ce qu'il soit doré. Ajouter le vin et cuire, en brassant, pendant 1 minute. Ajouter le bouillon et le reste du poivre et porter à ébullition. Retirer la casserole du feu.

4 Retirer le gras de la rôtissoire. Ajouter la préparation d'oignon et porter à ébullition à feu moyen-vif en raclant le fond de la rôtissoire à l'aide d'une cuillère en bois pour en détacher les particules. Dans un petit bol, mélanger la fécule de maïs et l'eau. À l'aide d'un fouet, incorporer ce mélange à la préparation dans la rôtissoire. Cuire, en remuant, pendant environ 3 minutes ou jusqu'à ce que la sauce ait épaissi légèrement. Servir le gigot avec la sauce.

PAR PORTION : calories : 275 ; protéines : 38 g ; matières grasses : 12 g (5 g sat.) ; cholestérol : 129 mg ; glucides : 2 g ; fibres : traces ; sodium : 292 mg.

30

L'ABC DU GIGOT D'AGNEAU

Achat : Prévoir environ ½ lb (250 g) par personne. Env. 8 à 11 \$/lb (17 à 26 \$/kg), selon la provenance de l'agneau.

Préparation : Garder un peu de gras, il ajoute de la saveur. Saler et poivrer. Faire mariner, si désiré, dans un mélange d'huile, de moutarde, de thym, de romarin et d'ail pour lui donner de la saveur.

Cuisson : Le saisir de tous les côtés et le cuire à découvert. Le gigot d'agneau est prêt lorsque la température interne est de 149°F (65°C) pour une viande à point (rosée).

Truc : Servir dans des assiettes chaudes, car l'agneau a tendance à refroidir rapidement.



Recevoir, c'est partager un repas en famille ou entre amis. Garnir la table de plats festifs, réconfortants, simples ou audacieux. Créer l'ambiance et savourer un moment de complicité gourmande...

Afin de vous inspirer, *Coup de pouce* a rassemblé plus de **250 recettes** alléchantes et concocté **35 menus** thématiques pour recevoir au fil des saisons. En plus des célébrations au calendrier telles que Pâques, la fête des Mères, la fête des Pères, la Saint-Jean-Baptiste, l'Action de grâces, Noël et la veille du jour de l'An, les occasions précieuses et spontanées y occupent une belle place, comme un barbecue entre voisins, un pique-nique familial, un repas d'après-ski ou un simple souper du dimanche.

Qu'ils soient traditionnels ou originaux, de type buffet ou simplement composés de bouchées et de hors-d'œuvre, ces menus offrent un large éventail de possibilités: à vous de créer les combinaisons de plats qui feront votre bonheur... et celui de vos invités!

Favori du public depuis 30 ans, *Coup de pouce* est le magazine féminin francophone numéro un au Canada, avec plus de 1 million de lecteurs et lectrices. Une référence culinaire incontournable!