

RECETTES ET ASTUCES VIDEO LIVE EXTRA CRISP MOULINEX

Astuces pour la cuisson des pâtes et du riz :

Pensez à aromatiser votre eau de cuisson ! :

En effet la plupart du temps on cuit le riz et les pâtes dans de l'eau, un point c'est tout. Mais on peut apporter un petit plus non négligeable en ajoutant de la saveur dans l'eau de cuisson. Par exemple, émiettez un bouillon cube de légumes ou autre, ajoutez pourquoi pas un peu de cumin en poudre ou toute autre épice.

Personnellement, quand je sais que je vais accommoder mes pâtes avec une sauce au fromage, je mets un bon zeste ou deux de citron dans l'eau, il va compenser un peu le côté gras de la sauce fromage et le tout sera plus équilibré sans qu'on sente le goût de citron. Quand j'accommode mes pâtes ou mon riz avec une sauce tomate alors c'est un zeste ou deux d'orange que je mets dans l'eau de cuisson. Les zestes vont arrondir et faire ressortir le goût de la tomate.

Alors on s'est bien compris ? Les pâtes et le riz juste cuits dans l'eau c'est fini !

Astuces pour cuisiner du poulet :

Astuce N°1 : Si vous souhaitez cuisiner des filets de poulet, on constate souvent qu'ils sont secs. Pour éviter ce problème, n'hésitez pas à faire mariner vos filets de poulet dans du lait pendant au moins une demi-heure, plus, c'est encore mieux. Vous constaterez une grande différence et vos filets de poulet seront beaucoup plus moelleux après la cuisson !

Astuce N°2 : Quand vous cuisinez un poulet en entier, mélangez des épices en poudre à de l'huile d'olive ou toute autre huile végétale, enduisez généreusement et massez votre poulet avec. Ensuite, enroulez votre poulet, bien serré dans du film alimentaire et laissez reposer toute une nuit si possible. Vous obtiendrez une peau croustillante à souhait et une chair plus parfumée !

Astuce N°3 : Si vous voulez cuire un poulet entier et qu'il reste moelleux à l'intérieur, mélangez dans un petit bol deux petits-suissees ou un yaourt, ajoutez sel, poivre et épices ainsi qu'une cuillère à soupe d'huile d'olive et mélangez bien le tout au fouet. Versez cette préparation à l'intérieur du poulet et n'hésitez pas à tourner le poulet afin de bien répartir votre préparation.

Astuce pour la cuisson du rosbif :

Astuce de la double cuisson pour un rosbif tendre et savoureux :

Pour un rosbif tendre et savoureux vous pouvez sans aucune hésitation réaliser une double cuisson, c'est-à-dire que vous allez dans un premier temps cuire votre rosbif à la vapeur dans le panier de votre Cookeo.

Le temps de cuisson dépend, vous vous en doutez, de la taille de votre rosbif mais en moyenne, pour un rosbif d'environ 1,5 kg, 10 à 12 minutes de cuisson seront suffisantes

pour une cuisson saignante. À la suite de la cuisson à la vapeur, badigeonnez votre rosbif de matière grasse, retirez le panier vapeur de la cuve, jetez l'eau et essuyez la cuve, disposez votre rosbif dans le fond de la cuve, placez l'extra crisp par-dessus et programmez le à 200° pour 7 à 10 minutes environ. Vous obtiendrez un rosbif tendre, moelleux et doré à l'extérieur avec un minimum de matière grasse.

Recette de la brioche fine:

Ingrédients : pour 2 brioches

10 g de levure fraîche

160g d'oeufs

1 jaune d'oeuf

250g de farine

30g de sucre

5 g de sel

150g de beurre coupé en morceaux

1 thermomètre de cuisson

Progression:

- 1- Dans le bol d'un robot, disposez les oeufs, la levure, le sucre, la farine et mélangez le tout avec un crochet à petite vitesse jusqu'à ce que les ingrédients forment une boule.
- 2- Ajoutez le sel et continuez à mélanger pendant deux minutes.
- 3- Ajoutez le beurre morceau par morceau.
- 4- Lorsque tout le beurre est ajouté, mélangez en vitesse moyenne/rapide jusqu' à ce que l'intérieur de la pâte atteigne la température de 27°C.
- 5- Farinez le dessus de la pâte et placez ce côté sur votre plan de travail. Etalez légèrement la pâte en rond avec la main.
- 6- Prenez un morceau de pâte du bord et rabattez-le au centre. En pliant ce premier morceau de pâte, vous allez créer un angle sur le bord externe, prenez-le et rabattez-le au centre et ainsi de suite jusqu'à faire le tour du disque. Répétez l'opération une autre fois.
- 7- Placez la pâte dans un saladier, la partie avec les "plis" vers le bas, recouvrir le saladier de papier film et laissez reposer 30 minutes.
- 8- Sortez la pâte du saladier et pressez-la en son centre avec le poing afin de la dégazer et reformez une boule de la même façon qu'à l'étape 6.
- 9- Remplacez dans le saladier, recouvrir du papier film et laissez reposer une heure.
- 10- Disposez la pâte sur un plan de travail et coupez des morceaux de 50g.
- 11- Posez un morceau de pâte sur le plan de travail et roulez le dans la paume de votre main pour en faire une boule.
- 12- Une fois toutes les boules réalisées, placez-les dans un moule beurré et fariné, les unes à côté des autres.
- 13- Couvrez avec du film alimentaire et laissez reposer pendant une heure.
- 14- Otez le film alimentaire et badigeonnez délicatement le dessus de la brioche avec le jaune d'oeuf dilué dans quelques gouttes de lait.
- 15- Préchauffez le four à 180°C. Faire cuire à 160°C pendant 12 minutes puis à 155°c pendant 5 à 10 minutes.

Recettes de nuggets de volaille :

Bon, les nuggets c'est bon, tout le monde aime, mais quand c'est fait maison, c'est encore meilleur alors voici des idées de recettes pour y apporter quelques twists bien sympathiques. Et n'oubliez pas que vous pouvez vous servir de ces panures pour réaliser des nuggets de légumes ! N'hésitez plus et lancez-vous dans des nuggets de courgettes, d'aubergines, de choux-fleur...

Ingrédients : pour 6 personnes

350g de blancs de poulet

2 oeufs battus

Un peu de farine

Panure du soleil : 65g de parmesan râpé – 50g de son d'avoine – 50 g de poudre d'amande blanche - le zeste d'un demi citron – quelques zestes d'orange – ¼ de cuillère à café de romarin en petits morceaux – sel – poivre.

Bon on est bien d'accord : On peut remplacer la poudre d'amande par de la noisette et on peut même rajouter quelques noix concassées pour donner encore plus de croquant ! avec des cacahuètes c'est bon aussi !

Panure extra croustillante : 100g de panko – 1 gousse d'ail écrasée – quelques gouttes de sauce soja sucrée (que vous ajouterez dans l'oeuf battu) – ciboule asiatique (ou ciboulette) – sel – poivre

Le panko est une chapelure japonaise traditionnelle mais elle est plus légère, plus croustillante et croquante que notre panure alors n'hésitez pas vous pouvez en trouver facilement au rayon "produits exotiques" de votre supermarché, dans des magasins spécialisés ou encore sur le net !

Panure verte : 200g de chapelure -1 botte de persil – ½ botte de coriandre – ¼ de botte de menthe – 1 botte de ciboulette sel – poivre.

Il vous faudra hacher très finement les feuilles des herbes (avec un robot c'est mieux) et incorporer le tout à votre chapelure.

Progression :

- 1- Découpez les blancs de poulet en morceaux de même taille.
- 2- Roulez les morceaux dans la farine, puis dans l'oeuf et enfin dans votre panure en pressant bien pour qu'elle accroche. Pour les gourmands on peut aussi repasser le tout dans l'oeuf et dans la chapelure une nouvelle fois pour avoir une panure plus épaisse.
- 3- Disposez dans la cuve du cookeo, positionner l'extra crisp et cuire pendant 15/20 minutes à 200°C. Vous pouvez retourner les nuggets à mi cuisson.