

Mousse de foies de volailles

Ingrédients:

450g de foies de volailles (poulets, canards)
 450g de crème fraîche liquide
 3 oeufs entiers battus + 2 blancs
 15g sel au moins 5 à 10 g de poivre
 1c. à café de noix muscade ou 4 épices + thym
 4 c. à soupe de porto ou whisky
 On peut ajouter au dernier moment du poivre vert
 1 mixer

Préparation :

La veille, faire tremper dans du lait les foies nettoyés
 Égoutter, sécher, assaisonner les foies et ajouter le Porto
 Mixer
 Ajouter les oeufs et la crème fraîche. Mixer à nouveau.
 Beurrer un moule à cake ou des ramequins.
 Mettre au four à 200°, au bain-marie pendant 1 h, sans couvrir.
 Piquer pour vérifier la cuisson. La terrine est

DIP aux épinards

Ingrédients :

1/2 pot de mayonnaise
 3 ou 4 yaourts nature
 1 oignon haché très fin
 Un sachet d'épinards hachés surgelés
 Un sachet de poudre de légumes « Végéta » (sachet bleu, au rayon « soupes en sachet »)
 Poivre

Préparation :

Laisser dégeler les épinards à température am-

biente, puis, bien les essorer à la main pour expurger toute l'eau.
 Mélanger dans un bol la mayonnaise, les yaourts, et l'oignon.
 Ajouter de la poudre Vegeta par petites quantités (le goût est fort et très salé).
 Poivrer.

Ce dip accompagne délicieusement les crudités en bâtonnets. Idéal pour les piques niques.

Petits flans de tomates et courgettes

Ingrédients:

1 moule à cake
 (ou le moule à 12 empreintes Flexipan)
 650 gr de légumes (soit environ 2 grosses tomates et 4 courgettes)
 1 oignon
 Herbes fraîches (persil ou coriandre, basilic)
 20 c de crème fraîche
 35 gr de Maïzena
 4 oeufs
 70 gr de gruyère rapé
 Sel et Poivre

Préparation:

Préchauffez le four (160°, Th 5-6)
 Pelez et épépinez les tomates, puis coupez les courgettes et les tomates en petits cubes.
 Mixez l'oignon et les herbes.
 Mélangez les légumes, l'oignon, la crème, la maïzena, les oeufs et le gruyère.
 Salez, poivrez.
 Versez la préparation dans le moule.
 Enfournez pour 35 mn environ.

Glace à la banane (la veille)

Ingrédients:

6 bananes
250g de crème
125g de sucre glace
2 jus de citrons

Très bien mélanger pour que l'appareil soit onctueux

Mettre une nuit au congélateur dans un bol plastique

Préparation:

Couper les bananes en rondelles et les mixer.

Les verser dans un bol et ajouter la crème, le sucre glace et le jus de citron