

LES VOLLAILES

Poulet au citron

- 1 poulet
- 2 citrons épluchés
- 2 oignons
- 3-4 carottes
- 1 pomme de terre douce
- 1 ou 2 courgettes
- Un peu de vin blanc ou rouge

Vous avez deux modes de cuisson :

- Soit au four et vous arrosez le poulet de son jus de temps en temps
- Soit à la cocotte cuisson très rapide

Poulet à l'orange

- 1 poulet
- 2 oranges épluchées en extraire le jus
- 2 oignons
- 3-4 carottes
- 5 pommes de terre
- Un peu d'eau pour la cuisson

Vous avez deux modes de cuisson :

- Soit au four et vous arrosez le poulet de son jus de temps en temps
- Soit à la cocotte cuisson très rapide

Poulet à l'ananas

- 1 poulet
- 1 ananas en cube
- 2 oignons
- 3-4 carottes
- 5 pommes de terre
- Un peu d'eau pour la cuisson

Vous avez deux modes de cuisson :

- Soit au four et vous arrosez le poulet de son jus de temps en temps
- Soit à la cocotte cuisson très rapide

Poulet au vin

- 1 poulet
- Du vin rouge
- 2 oignons
- 5 pommes de terre

Vous avez deux modes de cuisson :

- Soit au four et vous arrosez le poulet de son jus de temps en temps
- Soit a la cocotte cuisson très rapide

Dinde a la betterave

- 1 morceau de dinde (j'aime bien les pilons ou le rôti)
- 2/3 betteraves coupées en petits morceaux
- 2 oignons
- 2 poires
- 5 pommes de terre
- Un peu de vin rouge

Faites au préalable une première cuisson pour les betteraves (épluchage et cuisson)

Ensuite, faire revenir les oignons dans de la graisse de poulet, si vous n'en avez pas, passez cette étape et faites cuire le poulet avec les oignons, le vin, les pommes de terre.

Ajoutez ensuite la betterave et terminez la cuisson

Roulade de dinde

- Des escalopes de dinde
- 2 courgettes
- 2 carottes
- 2 oignons
- 2 pommes de terre

Faites une julienne avec tous les légumes et enroulé autour du filet de dinde

Vous avez deux modes de cuisson :

- Soit au four et vous arrosez la dinde d'un peu d'eau
- Soit a la poêle avec un fond d'eau

Schnitzel à la poudre d'amande

- Des escalopes de dinde ou poulet
- De la poudre d'amandes (fraîches mixées)
- Des œufs
- De la graisse de poulet

Faites tremper vos escalopes dans l'œuf, puis la poudre d'amandes et répéter le processus deux fois.

Vous avez deux modes de cuisson :

- Soit au four
- Soit à la poêle avec la graisse de poulet

Burger de poulet ou dinde

- Des escalopes de dinde ou poulet
- Des œufs
- De la graisse de poulet
- Des oignons

Couper vos escalopes en morceaux avec des oignons. Faites tremper vos escalopes dans l'œuf et former des burgers. Faites cuire vos burgers à la poêle accompagnés d'une salade fraîche.

Chicken Loaf

- Des escalopes de dinde ou poulet
- Des juliennes de légumes, carottes, courgettes etc.
- De la graisse de poulet

Disposer sur un film alimentaire votre filet de volaille, disposer à l'intérieur vos légumes et rectifier l'assaisonnement. Enrouler ensuite avec le film alimentaire faites-en des balotines

Cuisson à la casserole d'eau bouillante. Servir chaud avec une salade

Rôti de bœuf mariné

- Un rôti de bœuf
- 2 verres de jus d'oranges
- 2 verres de jus de citron
- 2 verres de vin sucré

Faites une marinade avec la viande a l'interieur . Laisser au frigidaire au moins 2h .
Terminez la cuisson au four pendant au moins 1h . Le rôti doit etre rosé a l'interieur

Vous pouvez prearer la même recette dans un sachet cuisson et laissez cuire au four

CHOLENT (tant attendu lol)

- Du bœuf moi je mets du plat de côte. C'est gras et pas besoin de graisse en plus , vous pouvez utiliser du poulet également .
- Des œufs entiers (avec la coquille)
- 2-3 oignons
- 10 pommes de terre
- 1 pomme de terre douce
- Des os a moelle

Je dispose tous les ingredients dans mon crock pot , si vous envez pas , faites votre cuisson a feux tres doux et laissez bien mijoter .

Cholent Kishke

- Des pommes de terre douce
- Des pommes de terre
- De la viande hachée
- Sel

Faites bouillir les pommes de terre , ecrasez les et formez un boudin avec la viande ahachée à l'aide d'un film alimentaire . Ajouter le Kishke dans la daf .

Gondi (Boulettes de viande Perse)

- De la viande hachée
- 1 œuf
- 1 ou 2 tomates
- Des oignons

Mixer au robot le tout , former des boules et faites cuire vos boulettes au four .

Klops

- De la viande hachée
- Du veau
- 2 œufs cuits et 2 œufs
- 1 ou 2 tomates
- Des oignons

Mixer au robot le tout (sauf les œufs durs) , former des boules et faites des boulettes de viande autour de l'œuf cuit (sans la coquille) cuire vos boulettes au four .

Sauce pour vos boulettes

- 1 ananas
- 5 tomates
- Des oignons
- Jus de raisins

Mixer au robot le tout , ajouter vos boulettes pour une autre façon de faire cuire .

MOUSSAKA

Suivre l'ordre de preparation

- Aubergines (cuites au préalable dans du jaune d'œuf)
- Purée de pomme de terre (bouillies au préalable)
- Viande hachée de bœuf , de veau ou du poulet
- Des oignons
- Des tomates réduites en purée
- Du sel

Et on recommence le processus jusqu'à arriver en haut du plat . Cuisson au four

Tajine berbère à l'agneau et aux courgettes

- 1 kg d'agneau
- 5 ou 6 courgettes rondes
- un oignon finement émincé
- quelques petites pommes de terre
- un poivron rouge epluché
- 2 tomates epluché
- un demi citron epluché

Je fais ce plat au four en y disposant tous les ingrédients ensemble et en ajoutant de l'eau .

Vous pouvez faire des légumes farcis tel que courgettes , aubergines et fond d'artichauts .

Bonne fête a toutes