

délices

62
recettes
inratables

TARTES & QUICHES

pour tous les goûts

LA FOLIE DES
BROWNIES
IMPOSSIBLE
D'Y RÉSISTER

Le secret de l'Asie
RÉUSSIR LE PORC LAQUÉ
COMME À PÉKIN

UN PEU DE
MOUTARDE
POUR RELEVER
LES PLATS

MANGER À
L'HÔTEL?
CARNET
D'ADRESSES
POUR LES
GOURMANDS

MERCREDI, C'EST SPAGHETTIS

Nos 8 pâtes fraîches préférées

VARIATIONS
DE SAISON
10 x VÉGÉ

TOUT SAVOIR
SUR... LES
POIVRES

TOUS LES MOIS AVEC
FEMMES D'AUJOURD'HUI

VOTRE MAGAZINE

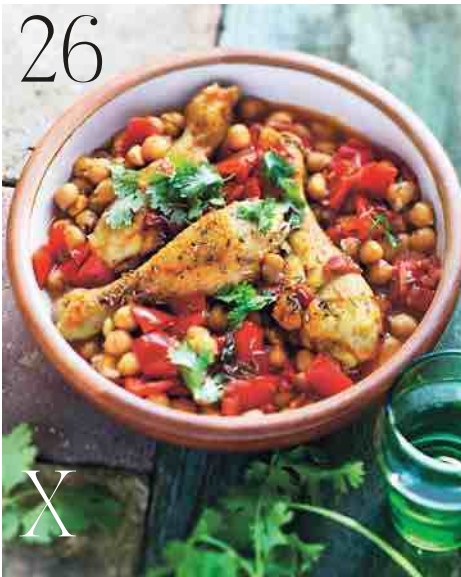
délices



DES RECETTES POUR LE QUOTIDIEN
POUR LE WEEK-END ET POUR RECEVOIR
+ DES TRUCS ET ASTUCES POUR
VOUS FACILITER LA VIE

Femmes
D'AUJOURD'HUI
Tellement nous

26



X

36



BIENVENUE DANS DÉLICES

28



22



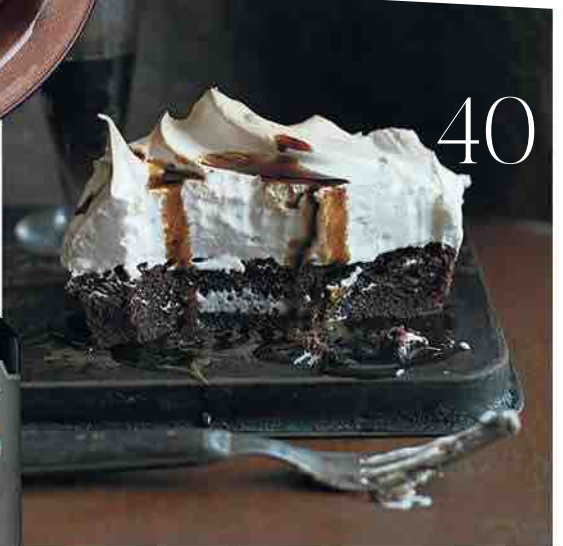
6



11



40



Sommaire

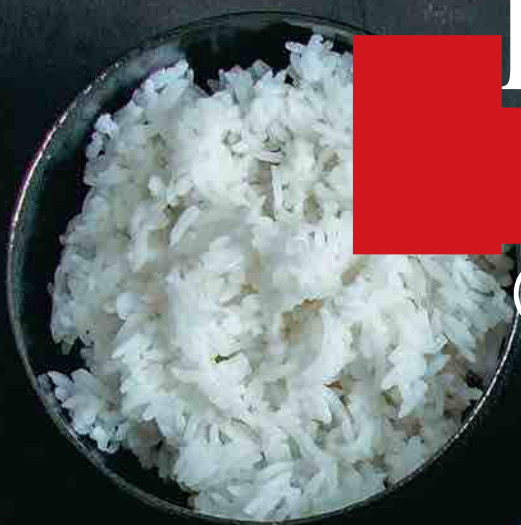
- 4 LA RECETTE DE NATHALIE**
Porc laqué comme à Pékin
- 6 ENSEMBLE**
C'est raviolis !
- 11 CÔTÉ CAVE**
5 vins de cépage syrah
- 12 BONNES ADRESSES**
Top 10 des restos mixtes
- 14 C'EST LA SAISON**
Quiche oh ma quiche
- 20 TOUT SAVOIR SUR**
Le poivre dans tous ses états
- 22 PRÈS DE CHEZ VOUS**
Saint-Valentin, si on allait manger à l'hôtel ?
- 26 VARIATIONS**
Cocottes orientales

- 28 SIMPLISSIME**
Végé pour tous
- 34 BALADE GOURMANDE**
Miam à... Malmédy
- 36 LE PRODUIT**
Incontournable moutarde
- 40 DESSERTS**
Brownies à succès
- 44 LE MENU DE LA SEMAINE**
À taaaaaable...
- 49 BONNES IDÉES**
10 recettes de boissons qui réchauffent
- 50 INDEX**
La liste de vos recettes

PORC



COMME À PÉKIN



Adaptation de la recette **Nathalie Bruart**
/ Photos **Sunray**



La saison est propice aux recettes réconfortantes. Vous trouverez dans ce numéro de quoi satisfaire toutes vos envies. Quant à moi, je partage cette recette asiatique que j'adore. Avec cette touche sucrée-salée irrésistible. Essayez-la et servez-la avec du riz sauté, des légumes au wok... Rien que l'expédition au rayon asiatique de votre supermarché ou à l'épicerie de votre quartier est déjà tout un voyage...

EXOTIQUE

**8 personnes / 10 min
+ 40 min au four
+ 1 nuit de repos**

• 2 kg de filet pur de porc
La marinade

- 200 g de maltose (sucre de malt)
- 150 g de miel d'acacia
- 150 g de sauce hoï sin
- 120 g de sauce soja
- 70 g de cassonade
- 2 c à c de 5-épices
- 1 c à c bombée de sel
- 1 c à c de poivre
- 1 c à c rase de bicarbonate de soude
- 100 g de gingembre, coupé en lamelles
- 10 gousses d'ail, écrasées
- 60 g de mei kueï lu (eau-de-vie de sorgho à la rose)
- 3 c à s d'huile de sésame

1 Pour la marinade, faites chauffer le maltose au bain-marie. Lorsqu'il est liquide, versez-le dans une casserole avec tous les ingrédients de la marinade sauf l'huile de sésame. Portez à petite ébullition en mélangeant, puis laissez refroidir, avant d'ajouter l'huile de sésame.

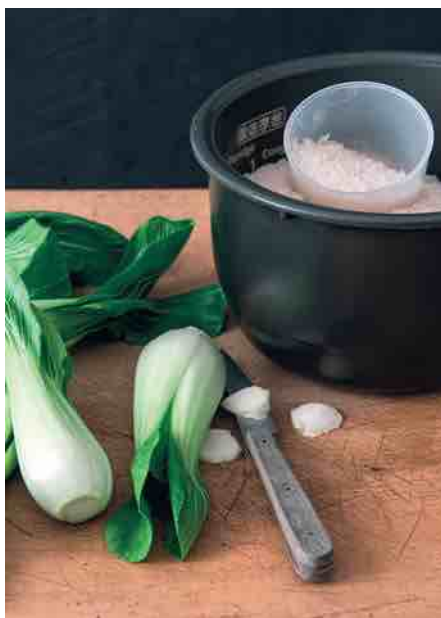
2 Pendant ce temps, coupez la viande dans le sens de la fibre, en lanières de 4 à 5 cm de longueur et 2 ou 3 cm d'épaisseur. Disposez la viande dans un grand plat à gratin et versez la marinade refroidie par-dessus. Filmez et faites mariner, 1 nuit, au frigo.

3 Le lendemain, préchauffez le four à 200 °C. Récupérez la marinade et faites-la réduire de moitié, dans un poêlon, à feu moyen. Disposez la viande sur une grille au-dessus d'une plaque. Badigeonnez la viande de marinade à l'aide d'un pinceau et enfournez, 20 min. Badigeonnez de sauce toutes les 10 min. Versez un peu d'eau sur la plaque pour éviter que les résidus de marinade ne brûlent. Retournez les morceaux de viande et poursuivez la cuisson encore 20 min, en continuant à badigeonner de marinade : le porc est prêt quand il commence à caraméliser. Laissez reposer la viande, 10 min, avant de l'émincer.

La sauce
hoï sin
possède
une saveur
sucrée-salée.



Outre son goût subtil et agréable, le maltose (en vente dans les épicerias asiatiques) permet de conserver la viande bien moelleuse et rend la laque très nappante et brillante. On le chauffe au bain-marie pour le liquéfier.



ET MERCREDI, C'EST SPAGHETTIS! PÂTES EXPRESS OU 100% MAISON, LAISSEZ-VOUS INSPIRER.

Recette de base pour les pâtes fraîches

750 g de pâtes / 1 h + 1 h de repos

1 Tamisez 500 g de farine pour pâtes (00) et faites un puits au milieu. Cassez 5 œufs dans un bol et battez-les à la fourchette.

2 Ajoutez les œufs battus et 2,5 cl d'eau dans le puits de la farine et pétrissez en pâte homogène, lisse et élastique: utilisez les crochets à pâte si vous utilisez un robot ménager.

3 Formez 8 boules égales et enveloppez chaque boule dans du film alimentaire. Laissez reposer, 1 h, au frigo.

4 Sortez les pâtes du frigo et déballez-les. Aplatissez-les et saupoudrez-les d'un peu de farine. Passez la pâte dans le réglage le plus épais de la machine à pâtes. Réglez votre machine sur une position plus fine et repassez-la à nouveau. Répétez cette opération 5 à 6 fois (en fonction de l'épaisseur souhaitée).

Utilisez de la farine 00 ou doppio zero. Cette farine est plus finement moulue et donne donc une meilleure structure aux pâtes.



Samedi,



Photos des recettes & photos d'ambiance Ilse Bram Debaenst
Stylisme Ilse D'Hooge / Recettes Ilse Dhooge, Natalie Peeters, Sofie Doms et Jolien Hens / Maquillage Ilse Yung Fierens / Adaptation des recettes Marjorie Elich

C'EST RAVIOLIS

POUR LA SEMAINE

Tagliatelles aux boulettes à la sauce tomate

4 personnes / 40 min

• 400 g de tagliatelles

La sauce tomate

- 1 échalote
- 1 gousse d'ail
- huile d'olive
- 400 g de tomates pelées
- 3 c à s de concentré de tomates
- 1 verre de vin blanc
- 1 c à s d'origan sec

Les boulettes

- 50 g de tomates séchées à l'huile
- 2 gousses d'ail
- 2 c à s de pignons de pin grillés
- 2 c à s de parmesan râpé + pour servir
- 2 c à s de basilic haché + feuilles pour la déco
- 2 c à s de persil haché
- 500 g de viande de bœuf hachée
- sel, poivre du moulin

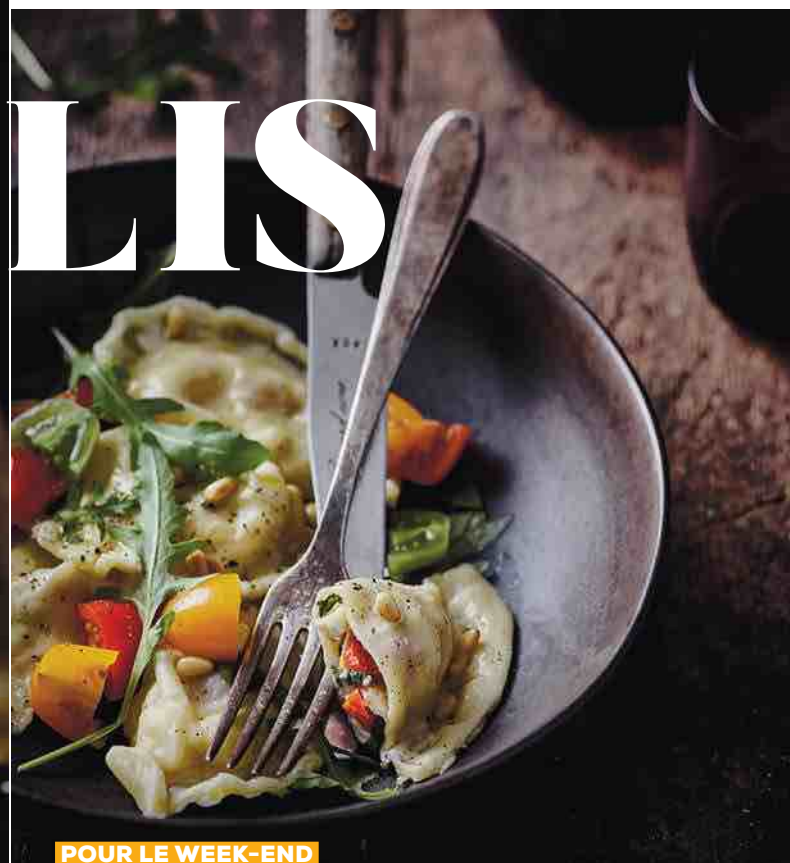
1 Pour la sauce tomate, pelez et hachez l'échalote et l'ail. Faites-les dorer dans une petite casserole, dans un filet d'huile d'olive. Ajoutez les tomates pelées et le concentré de tomates. Déglacez avec le vin blanc. Assaisonnez avec l'origan, sel et poivre. Laissez mijoter, 15 min. Mélangez et écrasez les tomates à la fourchette.

2 Pour les boulettes, coupez les tomates séchées en morceaux. Réservez leur huile. Pelez et hachez l'ail. Hachez grossièrement les pignons. Mélangez les tomates, l'ail, les pignons, le fromage râpé, le basilic et le persil avec la viande hachée. Salez, poivrez et ajoutez un peu d'huile des tomates séchées.

3 Façonnez des petites boulettes et faites-les cuire, à la poêle, dans un filet d'huile d'olive. Ajoutez-les dans la sauce tomate.

4 Faites cuire les tagliatelles al dente dans de l'eau bouillante salée, selon les instructions de l'emballage. Égouttez-les.

5 Servez les tagliatelles avec la sauce aux boulettes, du basilic et du parmesan râpé.



POUR LE WEEK-END

Raviolis à la mozzarella et au jambon cru

4 personnes / 45 min

- 1 boule de mozzarella
- 6 tomates séchées
- 4 tranches de jambon cru
- 1 poignée de basilic frais
- huile d'olive
- 100 g de parmesan râpé
- 300 g de feuilles de lasagne fraîches (voire recette de base)
- 1 pot de tomates cerises
- 2 c à s de pignons grillés
- roquette
- sel, poivre du moulin

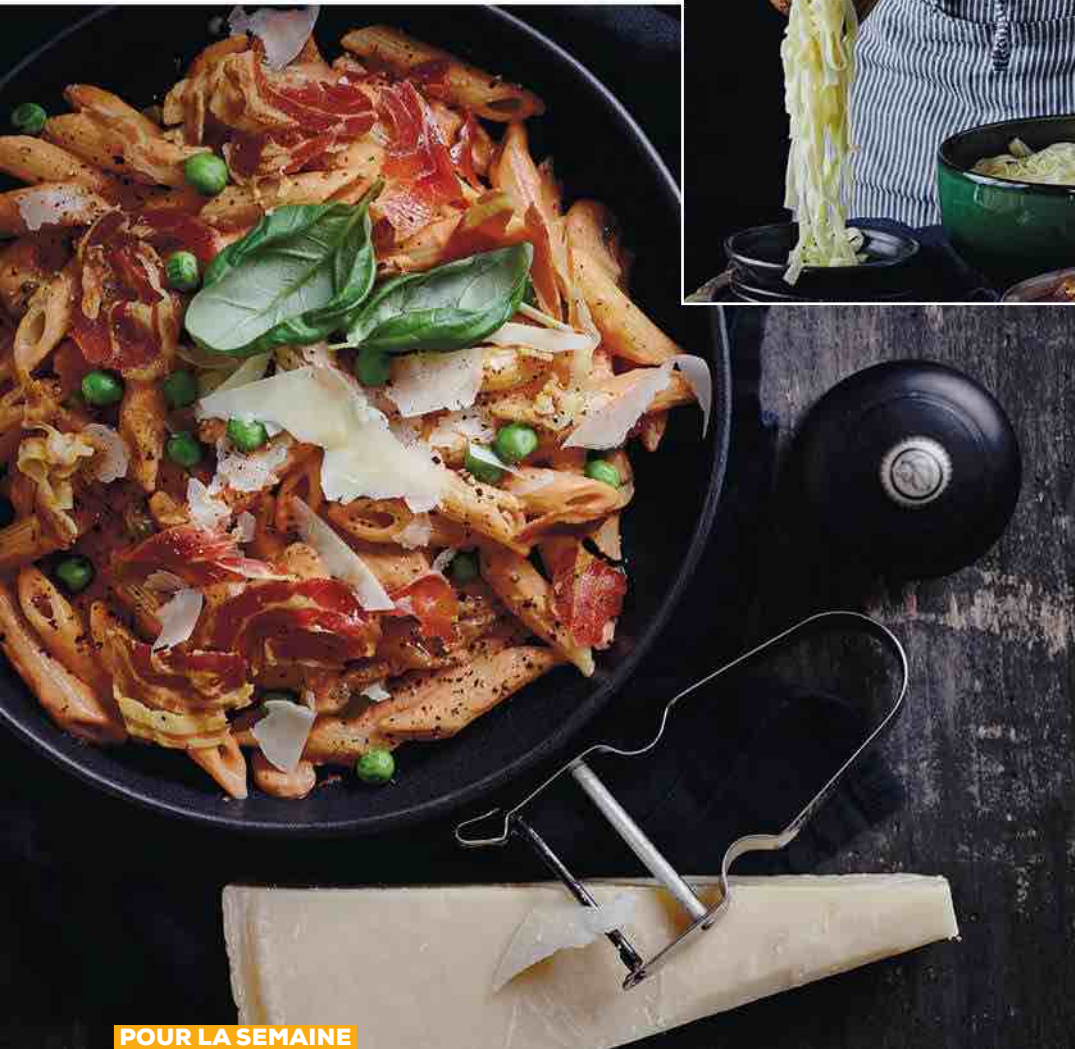
1 Coupez la mozzarella et les tomates séchées en petits dés. Coupez le jambon et un peu de basilic en fines lanières. Mélangez le tout dans un bol avec 50 g de parmesan râpé et 3 c à s d'huile d'olive, sel et poivre du moulin.

2 Posez une longue feuille de lasagne sur le plan de

travail propre. Déposez-y 1 c à c de garniture tous les 8 cm. Mouillez les bords avec de l'eau, au pinceau. Recouvrez d'une feuille de lasagne. Appuyez bien et essayez de laisser le moins d'air possible dans chaque ravioli.

3 Coupez les raviolis avec une roulette à pâtes. Laissez une bordure d'au moins 1 à 1,5 cm de pâte autour des raviolis. Faites-les cuire, 3 min, dans une grande casserole d'eau bouillante salée.

4 Coupez les tomates cerises en deux. Répartissez les raviolis égouttés dans des assiettes et décorez avec les tomates cerises, les pignons grillés, un filet d'huile d'olive et de la roquette.



POUR LA SEMAINE

Pâtes à la pancetta, aux petits pois et aux champignons

4 personnes / 25 min

- 500 g de penne ou de tagliatelles
- 1 échalote
- 2 gousses d'ail
- 400 g de champignons
- 120 g de pancetta en lamelles
- 150 g de petits pois (surgelés)
- vin blanc
- 50 cl de passata de tomates
- 40 cl de crème fraîche
- huile d'olive
- parmesan
- sel, poivre du moulin

1 Faites cuire les pâtes selon les instructions de l'emballage, dans de l'eau bouillante salée. Pelez et hachez l'échalote et l'ail. Nettoyez et émincez les champignons.

2 Faites revenir la pancetta dans un wok, à sec. Ôtez la pancetta croustillante du wok et séchez-la sur du papier absorbant, mais laissez la graisse dans le wok. Faites-y revenir l'échalote et l'ail, 3 min.

3 Ajoutez les champignons (et un filet d'huile d'olive si nécessaire) et faites-les cuire, 5 min. Ajoutez les petits pois et faites cuire, 2 min. Déglacez avec un filet de vin blanc, laissez-le s'évaporer, puis ajoutez la passata de tomates et portez à ébullition.

4 Ajoutez la crème et les lanières de pancetta à la sauce. Poivrez et salez (peu).

5 Égouttez les pâtes, gardez un peu d'eau de cuisson et mélangez les pâtes dans la sauce. Si nécessaire, ajoutez un peu du liquide de cuisson. Dressez les pâtes dans les assiettes et terminez avec du parmesan en copeaux et du poivre du moulin



POUR LA SEMAINE

Linguines alla puttanesca au thon

4 personnes / 30 min

- 200 g de thon au naturel
- 80 g d'olives noires dénoyautées
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- huile d'olive
- 4 à 6 filets d'anchois à l'huile
- sauce sriracha
- 2 c à s de concentré de tomates
- 800 g de passata de tomates cerises
- 4 c à s de câpres
- 400 g de linguines
- 1 c à s de persil haché
- poivre

1 Égouttez le thon, coupez les olives en rondelles. Pelez et hachez les oignons et l'ail. Faites chauffer de l'huile d'olive dans une cocotte et faites-y revenir les oignons et l'ail. Faites fondre les filets d'anchois et remuez. Assaisonnez avec la sriracha selon votre goût (commencez par une goutte) et incorporez le concentré de tomates.

2 Versez la passata, ajoutez les câpres et les olives et laissez mijoter, 10 min, à feu doux. Ajoutez ensuite le thon bien égoutté et faites chauffer, 2 min.

3 Faites cuire les linguines al dente selon les instructions du paquet, dans de l'eau bouillante salée. Égouttez-les.

4 Dressez les linguines dans un plat, ajoutez la sauce et décorez de persil.

POUR LE WEEK-END

Lasagnes au butternut rôti et au fenouil

4 personnes / 45 min

+ 35 min au four

- 1 butternut (500 g de chair)
- huile d'olive
- 1 gousse d'ail
- 1 c à c de thym séché
- 50 cl de lait
- 1/2 oignon
- 1 c à c de grains de poivre
- 4 brins de persil
- 1 fenouil

- 10 cl de crème fraîche
- 100 g de roquette
- 1 citron bio
- 2 c à s de beurre
- 2 c à s de farine
- 1 c à c de moutarde
- 100 g de gruyère
- 400 g de feuilles de lasagne fraîches (voir recette de base)
- 2 c à s de panko (chapelure)
- sel, poivre du moulin

1 Préchauffez le four à 200 °C. Pelez le butternut et coupez la chair en morceaux, répartissez-les sur une plaque de four, arrosez d'huile d'olive, sel et poivre, ajoutez l'ail entier non pelé et le thym. Enfournez, 20 min. Laissez le four allumé.

2 Dans un poêlon, faites chauffer le lait, à feu doux, avec 1/2 oignon, les grains de poivre et quelques tiges de persil (sans les feuilles). Laissez infuser, 5 min puis filtrez.

3 Coupez le fenouil en lanières et faites-les revenir dans une poêle avec de l'huile d'olive, 20 min, jusqu'à ce qu'elles soient caramélisées, salez et poivrez. Ajoutez la crème et laissez réduire un peu. Éteignez le feu, ajoutez la roquette, les feuilles de persil hachées et du zeste de citron. Salez et poivrez.

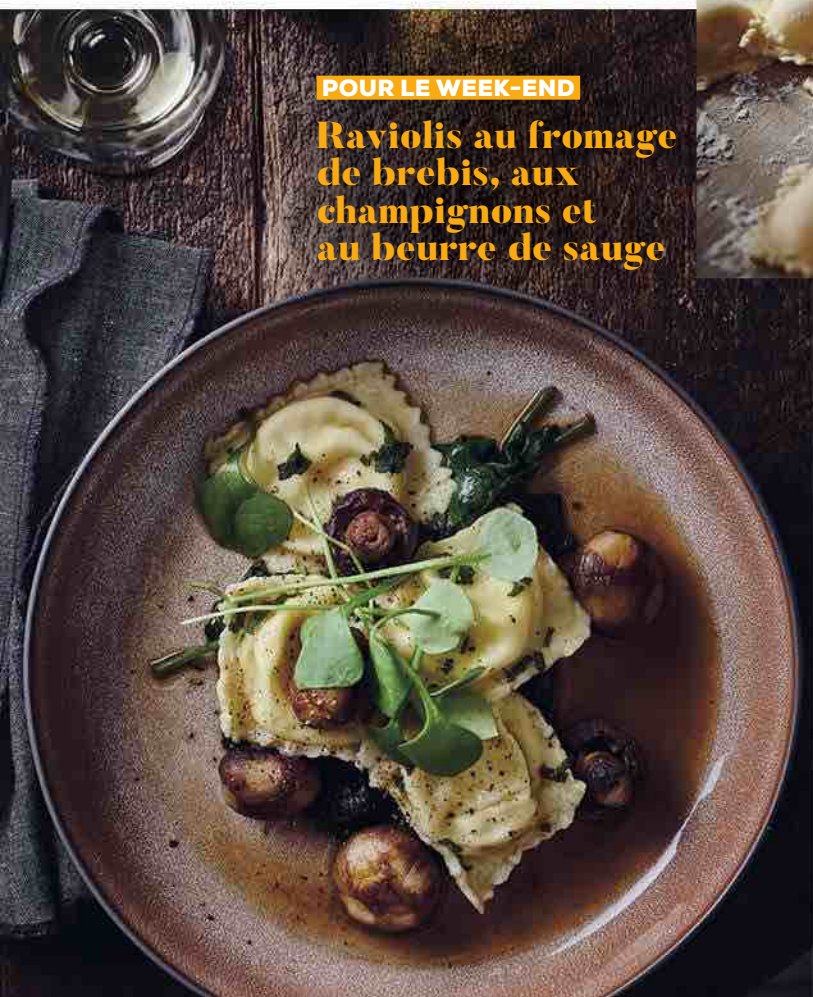
4 Faites fondre le beurre dans une casserole et ajoutez la farine, mélangez en roux blond puis ajoutez le lait aromatisé, en fouettant pour obtenir une béchamel lisse, assaisonnez avec la moutarde et une poignée de gruyère râpé.

5 Assemblez la lasagne : déposer, dans un plat à four, une couche de fenouil, de feuilles de lasagne, de potiron, de la sauce au fromage, etc. Recouvrez de chapelure panko et du reste de fromage râpé. Enfournez, 35 min.



POUR LE WEEK-END

Raviolis au fromage de brebis, aux champignons et au beurre de sauge



**4 personnes / 45 min
+ 1 h de repos**

- 1 portion de pâtes fraîches (voir recette de base)
- 1 jaune d'œuf battu

La farce

- 150 g de fromage de brebis à pâte mi-dure
- 2 c à s de crème fraîche

La garniture

- 250 g de champignons de Paris
- beurre doux
- 20 cl de bouillon de volaille
- 200 g de jeunes épinards
- quelques feuilles de sauge
- sel, poivre

1 Pour la farce, mixez le fromage avec la crème et une pincée de poivre. Mélangez. Versez dans une poche à douille. Posez les feuilles de pâte à plat et garnissez-en 2 avec des petits tas de fromage. Badigeonnez les contours avec le jaune d'œuf battu et placez une feuille de pâte à pâtes par-dessus. Pressez les bords. Utilisez un couteau à raviolis pour découper des raviolis. Laissez-les reposer, 1 h, au frigo.

2 Nettoyez les champignons. Faites chauffer une grosse noix de beurre dans une poêle et faites-y revenir les champignons, à feu vif, salez et poivrez. Déglacez avec le bouillon, ajoutez les épinards et laissez réduire.

3 Ciselez la sauge. Dans une poêle, faites fondre 50 g de beurre avec la sauge. Faites cuire les raviolis dans de l'eau légèrement salée. Ils sont cuits quand ils remontent à la surface. Égouttez-les et réservez une louche d'eau de cuisson. Déglacez le beurre à la sauge avec la louche d'eau de cuisson et remettez les raviolis dans la poêle et faites chauffer, 2 min.

4 Dresser les épinards et les champignons sur les assiettes, ajoutez les raviolis et nappez de beurre de sauge.

POUR LA SEMAINE

Conchiglies aux épinards, mascarpone et sauce tomate

**4 personnes / 25 min
+ 25 min de cuisson**

- 350 g de conchiglies

La sauce tomate

- 1 oignon rouge
- huile d'olive
- 400 g de tomates en conserve
- 2 feuilles de laurier
- 1 c à s de miel
- 1 c à s de vinaigre balsamique

La farce

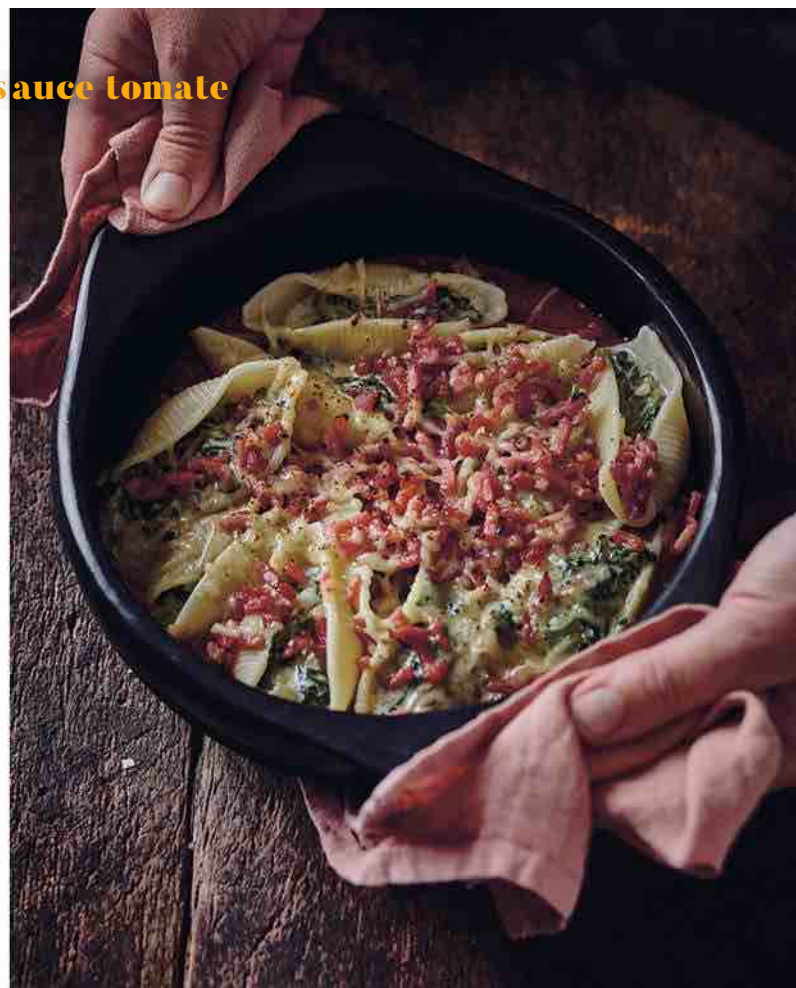
- 100 g de lardons fumés
- 1 oignon
- 300 g d'épinards
- 250 g de mascarpone
- noix muscade
- 80 g de fromage râpé
- sel, poivre du moulin

1 Pour la sauce, pelez et hachez l'oignon rouge et faites-le revenir dans de l'huile d'olive. Ajoutez les tomates pelées et le laurier et laissez mijoter, à couvert, 15 min. Assaisonnez avec le miel, le vinaigre, sel et poivre. Retirez le laurier et mixez.

2 Pour la farce, faites dorer les lardons dans une poêle et laissez-les égoutter sur du papier absorbant. Faites cuire les pâtes al dente dans de l'eau salée, selon les instructions de l'emballage.

3 Pelez et hachez finement l'oignon et faites-le revenir dans la même poêle que les lardons, avec un peu d'huile d'olive. Ajoutez les épinards et faites-les cuire, 5 min. Ajoutez le mascarpone, salez, poivrez et ajoutez de la noix muscade.

4 Préchauffez le gril du four. Versez la sauce tomate dans le plat à four. Remplissez les conchiglies avec les épinards au mascarpone et posez-les sur la sauce. Saupoudrez de lardons et de fromage râpé et enfournez, 5 min.



**De France,
en passant
par l'Australie
et le Chili,
découvrez
ce cépage
expressif.**

5 VINS

DE CÉPAGE

DOMAINE COURBIS

2019, Saint-Joseph

Ce cru septentrional de la vallée du Rhône se fait amicalement appelé « Saint Jo ». Les frères Courbis sont une référence dans cette appellation. Ce millésime 2019, très solaire, déploie un nez marqué par la violette, une bouche qui libère des arômes de petits fruits noirs (cassis). D'une belle maturité, il se montre aussi élégant et frais. À boire dès à présent mais on sera également très heureux de le retrouver au mieux de sa forme dans 5 ou 6 ans.

→ À déguster vers 16-17 °C (après, idéalement, un carafage de 2 h) avec des caillottes rôties.

Catalogue des Grands Vins Colruyt (grandsvins.be), 19,95 € (achat possible à la bouteille).

ROMAIN DUVERNAY

Crozes-Hermitage 2018

Au pied de la célèbre colline de l'Hermitage, en vallée du Rhône septentrionale, ce cru est le plus étendu de cette région. Une couleur encore jeune (avec ses reflets violacés) et une bouche gourmande marquée par des fruits rouges et noirs. La finale se dirige vers une touche épicée typique (poivre noir). Un crozes déjà très agréable par sa parfaite maturité mais qui pourra encore se garder 2 ou 3 ans.

→ Dans l'assiette? Une épaule d'agneau rôtie au four. On l'apprécie vers 16 ou 17 °C. Cora (et via corawine.be), 14,89 €.

SOLAR 6, SYRAH

Cévennes IGP 2020 Bio, Gérard Bertrand

Rouge bio, ce vin est aussi certifié « Bee Friendly », un label qui entend défendre la protection des abeilles et des pollinisateurs. Dans les Cévennes, au nord de Montpellier, sur un terroir caillouteux, la syrah s'exprime avec rondeur, un fruité bien mûr et des tanins soyeux. Gourmand et croquant.

→ Servi vers 16 °C, il accompagnera une volaille rôtie et des chicons braisés.

Delhaize, 7,99 €.

VICTORIA SAMUEL WYNN

« The man from nowhere », Shiraz (Australie)

L'Australie a adopté ce cépage et il y est fortement planté, parfois associé au cabernet sauvignon. Cette pure shiraz (c'est son nom au pays des kangourous) évoque des notes de fruits noirs confits comme le pruneau.

→ Elle sera comblée (servie vers 16 °C) avec une côte de bœuf bien née.

Carrefour Hyper, 8,99 €.

COSTERO

Syrah Reserva 2017, Valle de Leyda (Chili)

D'une région chilienne assez fraîche car proche de l'océan pacifique, cette syrah bénéficie d'un climat qui permet une lente maturité des raisins. Cela permet de développer la complexité des vins. On aime ses notes de fruits rouges et d'épices (poivre).

→ On le boira (vers 16 °C) avec un steak au poivre vert. Carrefour Hyper, 8,99 €.

LA SYRAH

Voilà un des très rares cépages féminins. La syrah entretient une légende quant à son origine qui serait, selon elle, la Perse. Mais en réalité, en analysant son génome, celui-ci démontre une origine savoyarde : un de ses descendants serait un cépage local, la mondeuse. Elle est surtout plantée dans le nord de la vallée du Rhône où elle se montre la plus expressive, la plus racée aussi. Mais on la retrouve un peu partout dans le monde et notamment en Australie sous le nom de shiraz.

Texte **Patrick Fiévez**

LES FANS D'EXPÉRIENCES
INSOLITES VONT ADORER
CES 10 CONCEPTS HYBRIDES,
À SAVOURER D'URGENCE.

TOP 10 des RESTOS

Texte **Marie
Honnay** /
Photos **Doc.
presse**, Getty
Images



Mama & Son



**ÉPICERIE US + SNACK + BOUTIQUE
DE BASKETS ET DE VÊTEMENTS**

MAMA & SON

En tandem avec Medhi, son fils, un passionné de sneakers, Magali a ouvert une triple enseigne. À la fois boutique de baskets et de vêtements en éditions limitées, épicerie dédiée aux produits américains (beurre de cacahuète, céréales, sodas, pâte à tartiner au marshmallow...) et petit snack sympa, cette nouvelle adresse se veut branchée et cool à la fois. À l'heure du lunch, testez les hot dogs, les toasts au fromage fondu ou encore le bagel. Mama & Son à base de dinde, guacamole, oignons, salade et tomates. **Passage de la Bourse 18, 6000 Charleroi. 0479 2570 37.**





CENTRE DE SOINS + RESTO **DÔME**

Chez Dôme, on peut décompresser dans une eau chauffée à 35 °C, s'offrir un soin énergétique et dénicher de jolis objets déco, des bijoux et des produits de soin durables... Ensuite, attablez-vous chez

Brut ô dôme. Centré sur les petits plats à partager (bios, sains et de saison avec un max de produits issus du potager), le restaurant ouvert pour le lunch, le dîner et le brunch du dimanche mixe différentes cultures: française, japonaise et sud-américaine. En été, on s'installe sur la sublime terrasse avec vue sur la forêt de Soignes. Chaussée de Waterloo 15, 1640 Rhode-Saint-Genèse. dome.bio



CAFÉ-CANTINE + WASSERETTE

BARMANNE

Dans cet espace convivial situé en face de l'université, vous pouvez laver votre linge (6 machines, dont une version de 11 kg), mais aussi profiter du café/cantine à l'esprit vintage installé dans le même espace. Côté cuisine, Paschal et Ludovic ont choisi de miser sur des plats réconfortants. Le chili sin carne a beaucoup de succès. Tout comme les boulets, la moussaka, les chicons au gratin ou encore le poulet thaï. Les enfants vont adorer l'ours en peluche géant, souvenir du confinement, qui fait désormais figure de mascotte.

Place du Vingt Août 34,
4000 Liège. barmanne.be

RESTO + MAGASIN DE DÉCO

LA TABLE DE MAXOU

C'est à un couple italo-vietnamien qu'on doit ce double concept, beau et gourmand. En tandem avec Stéphane, Nghi orchestre La Table de Maxou, un restaurant installé au cœur de Composition, leur boutique de déco. Ouvert du jeudi au samedi (le soir), l'espace fait la part belle aux spécialités de la botte, mais aussi asiatiques. Commandez un bol de vermicelles au bœuf sauté et citronnelle ou un osso-buco et régalez-vous dans une ambiance colorée. L'occasion de découvrir l'offre déco autrement et, après un verre, de craquer pour un canapé.

Route de Hamoir 87, 4500 Huy. meubles-composition.be

MIXTES



CANTINE + MAGASIN DÉCO

CAFÉ LULU

Petit-déj', brunch, lunch et goûter: 4 occasions de découvrir cette adresse forcément cosy, pendant direct de la boutique éponyme. Si, côté magasin, on aime l'esprit belgo-scandinave des objets déco et art de vivre de Lulu Home Interior, on se régale tout autant des propositions saines du café. L'ambiance cool de l'enseigne du Châtelain vous séduit? Notez que vous pouvez retrouver un café Lulu au bord de du canal, sur le quai des Charbonnages. Au menu: de belles grandes salades, des sandwiches inspirés ou encore des pâtes funky. Rue du Page 101, 1050 Bruxelles. www.luluhomeinterior.be

FRITERIE + BAR + WASSERETTE

FRITERIE LE COCO

Cette nouvelle adresse ixelloise signée Frédéric Nicolay (sériel-créateur d'enseignes tendance) entend faire revivre le quartier en permettant aux gens de se retrouver dans un lieu cool et convivial. On y passe à n'importe quel moment de la journée pour laver son linge, commander

un cappu ou un serré de chez Café Capitale, siroter un verre de vin accompagné d'une planche du bar à vins Tortue, croquer dans un cake végane de chez Cokoa... Un comptoir installé rue Mercelis permet aussi d'emporter un cornet de frites, un burger ou des croquettes aux crevettes. Place Fernand Cocq 12, 1050 Bruxelles.

BUREAUX + CANTINE + CAVE À VINS

WOKR 17

Les espaces de coworking ont la cote. Surtout ceux qui allient ambiance inspirante et concepts novateurs. C'est le cas de Wokr17, une adresse hybride qui combine bureaux partagés, cave à vins sociale et cantine cool. Vous pouvez y louer un espace de travail, y stocker vos bonnes bouteilles tout en profitant des suggestions et des conseils de Jules, le sommelier maison, mais aussi vous sustenter. En marge du bar à cocktails ouvert le soir, Wokr a son propre restaurant. Baptisé Sol&Mat, il est accessible dès 18 heures pour un dîner à partager, mais aussi à l'heure du brunch, les samedis et dimanches. Rue du Berger 17, 1050 Bruxelles. wokr.eu

BOUTIQUE + TABLE D'HÔTES

OZFAIR

Situé à Saint-Gilles depuis 2007 et aussi, depuis peu, à Linkebeek, ce concept boutique et table d'hôtes est géré par une coopérative d'une quinzaine de personnes. Leur objectif: inviter le durable, le bio et le commerce équitable dans nos vies. En plus des accessoires, jouets, produits cosmétiques, alimentaires et de

déco, la cantine sert des plats végé, à déguster sur place ou à emporter. Rue Jean Volders 9, 1060 Bruxelles. ozfair.be



BISTROT + BROCANTE **LES GRENIERS DE L'ÉCOLE**

Si l'univers des brocantes vous branche, vous aller adorer le nouveau bistrot d'Olivier et Frédérique. Installé au cœur de leur magasin d'antiquités, cet espace affiche un charme vintage. Tous les vendredis et dimanches, ainsi que 2 samedis/mois, le couple propose de siroter un verre de vin de la Maison Collot accompagné d'une portion d'escargots de Warnant ou d'une planche de spécialités belges. L'après-midi, commandez une part de tarte aux pommes et un café gourmand parfum caramel beurre salé. Rue Marot 12, 5503 Sorinnes. 0474 30 41 69.

**UNE TARTE NE DOIT PAS TOUJOURS ÊTRE SUCRÉE
ET SE DÉCLINE AUSSI EN QUICHE, SA VERSION
SALÉE. AVEC UNE SALADE, C'EST PARFAIT
POUR UN DÎNER ÉQUILIBRÉ.**

Recettes et stylisme **Manon Van Aerschot** / Photos **Karl Bruninx** / Adaptation des recettes **Marjorie Elich**



QUICHE

OH MA *quiche*

DÉLICIEUX FROID

Quiche au fenouil et à la poire

4 personnes / 20 min
+ 30 min au four

- 1 fenouil
- 1 poire
- 2 œufs
- 15 cl de crème fraîche
- 100 g de fromage râpé
- 2 brins de thym
- 1 disque de pâte feuilletée
- + 1 moule Ø 22 cm

1 Coupez le fenouil en morceaux et faites-les cuire, à la vapeur, pour qu'ils restent al dente. Coupez la poire en morceaux.

2 Préchauffez le four à 180 °C. Dans un bol, battez les œufs, ajoutez la crème et le fromage, effeuillez la branche de thym et mélangez.

3 Placez la pâte feuilletée dans le moule de cuisson. Faites-y quelques trous avec une fourchette. Disposez le fenouil et la poire par-dessus. Couvrez avec le mélange d'œufs. Enfourez, 35 min.

A PARTAGER

Quiche panais, pancetta et taleggio

4 personnes / 20 min
+ 30 min de repos
+ 50 min au four

La pâte

- 400 g de farine
+ pour le moule
- 200 g de beurre
+ pour le moule
- 10 cl d'eau

La garniture

- 4 œufs
- 10 cl de crème fraîche
- 1 petit panais
- 8 tranches fines de pancetta
- 100 g de taleggio
- quelques brins de thym frais
- sel, poivre

1 Préchauffez le four à 180 °C. Pour la pâte, mélangez la farine avec le beurre et 1 pincée de sel, pétrissez en une pâte grumeleuse. Incorporez l'eau et pétrissez jusqu'à l'obtention d'une pâte ferme, ajoutez un peu d'eau si nécessaire. Formez une boule, enveloppez-la dans un film alimentaire, laissez-la reposer, 30 min, au frigo.

2 Abaissez la pâte sur un plan de travail fariné, déposez-la dans un moule beurré et fariné, retirez l'excédent des bords et piquez le fond à l'aide d'une fourchette. Faites cuire à blanc, 15 min, à four chaud.

3 Pour la garniture, mélangez les œufs avec la crème, salez et poivrez. Nettoyez le panais, sans l'éplucher, coupez-le en très fines lamelles.

4 Versez la garniture sur la quiche précuite, recouvrez de panais, répartissez la pancetta et le taleggio, parsemez de thym et prolongez la cuisson, 35 min.

Le taleggio est un fromage italien AOP, fabriqué à partir de lait de vache et originaire de Lombardie.



SANS GLUTEN**Quiche aux carottes, épinards et pesto****4 personnes / 20 min**
+ 50 min au four**La base**

- 4 carottes
- 200 g de flocons d'avoine
- 2 œufs
- 70 g de parmesan moulu

La garniture

- 2 carottes
- 4 œufs
- 20 cl de crème fraîche
- 100 g de fromage râpé + pour la garniture
- 100 g d'épinards

Le pesto

- 1/2 gousse d'ail
- 1/2 bouquet de basilic
- 1/2 botte de persil
- 20 cl d'huile d'olive
- 2 c à s de pignons
- 2 c à s de parmesan râpé

1 Préchauffez le four à 180 °C. Pour la base, râpez les carottes et mixez finement les flocons d'avoine au robot. Dans un bol, mélangez les flocons d'avoine avec les carottes, les œufs et le parmesan.

2 Versez la préparation dans un moule beurré et chemisé, pressez bien sur le fond et les bords, faites cuire, 15 min, à four chaud.

3 Pour la garniture, nettoyez les carottes, coupez-les en longues lamelles. Faites-les blanchir rapidement dans de l'eau bouillante salée.

4 Dans un bol, mélangez les œufs avec la crème et le fromage, versez sur le fond de quiche, ajoutez les carottes et les épinards, parsemez avec le fromage supplémentaire.

5 Pour le pesto, mixez tous les ingrédients ensemble, versez sur la quiche et prolongez la cuisson, 35 min.

VÉGÉ**Miniquiches aux betteraves et au chèvre****4 personnes / 20 min**
+ 30 min de repos
+ 40 min au four**La pâte brisée**

- 400 g de farine + pour le moule
- 200 g de beurre + pour le moule
- 10 cl d'eau

La garniture

- 4 œufs
- 10 cl de crème fraîche
- 6 minibetteraves précuites
- 150 g de fromage de chèvre en bûche
- thym frais
- sel, poivre

1 Préchauffez le four à 180 °C. Pour la pâte, mélangez la farine avec le beurre et 1 pincée de sel, pétrissez en une pâte grumeleuse. Incorporez l'eau, pétrissez jusqu'à l'obtention d'une pâte ferme, ajoutez un peu d'eau si nécessaire. Formez une boule, enveloppez-la dans un film alimentaire, laissez-la reposer, 30 min, au frigo.

2 Abaissez la pâte sur un plan de travail fariné, déposez-la dans des moules beurrés et farinés, retirez l'excédent des bords et piquez le fond à l'aide d'une fourchette. Faites cuire à blanc, 15 min, à four chaud.

3 Pour la garniture, mélangez les œufs avec la crème, salez et poivrez, versez sur les fonds de tarte. Coupez les betteraves en deux, répartissez-les sur les quiches, émiettez le chèvre, décorez de thym, salez et poivrez. Faites cuire, 20 à 25 min, à four chaud.

VÉGANE**Miniquiches provençales****4 personnes / 30 min**

- 300 g de tofu soyeux
- 5 cl de crème de soja
- 6 tomates séchées
- 1 c à c d'herbes de Provence
- 1/4 courgette
- 8 champignons de Paris
- 1/2 poivron rouge
- 1 gousse d'ail
- huile d'olive
- 4 feuilles de pâte filo
- sel, poivre

1 Au robot, mixez le tofu, la crème de soja, 4 tomates et les herbes de Provence en consistance lisse.

2 Préchauffez le four à 180 °C. Coupez la courgette, les champignons et le poivron en morceaux. Épluchez et émincez l'ail. Faites revenir le tout à la poêle avec 2 c à s d'huile d'olive.

3 Coupez les feuilles de pâte filo en carrés égaux, déposez une feuille de pâte dans un petit moule, badigeonnez-la d'huile d'olive, répétez l'opération avec 4 feuilles et 3 autres moules. Versez le tofu, ajoutez les légumes et faites cuire, 20 min, à four chaud.

Servez les quiches juste à la sortie du four sinon le fond sera détrempé.

COPIEUX**Quiche au saumon et au curry****6 personnes / 20 min**
+ 45 min au four

- 1/2 chou romanesco
- 200 g de filet de saumon
- 1 rouleau de pâte feuilletée
- 8 œufs
- 20 cl de crème fraîche
- 1 c à s de curry en poudre
- 100 g de fromage râpé
- sel, poivre

1 Préchauffez le four à 180 °C. Coupez le chou en fleurettes, faites-les blanchir rapidement dans de l'eau bouillante salée, égouttez-les. Coupez le saumon en morceaux.

2 Déroulez la pâte avec le papier cuisson dans un moule, faites cuire à blanc, 15 min à four chaud.

3 Dans un bol, battez les œufs avec la crème fraîche, assaisonnez de curry, ajoutez le fromage, salez et poivrez.

4 Répartissez la moitié du chou et du saumon sur la quiche, versez les œufs puis ajoutez le reste du chou et du saumon, faites cuire, 30 min, à four chaud.

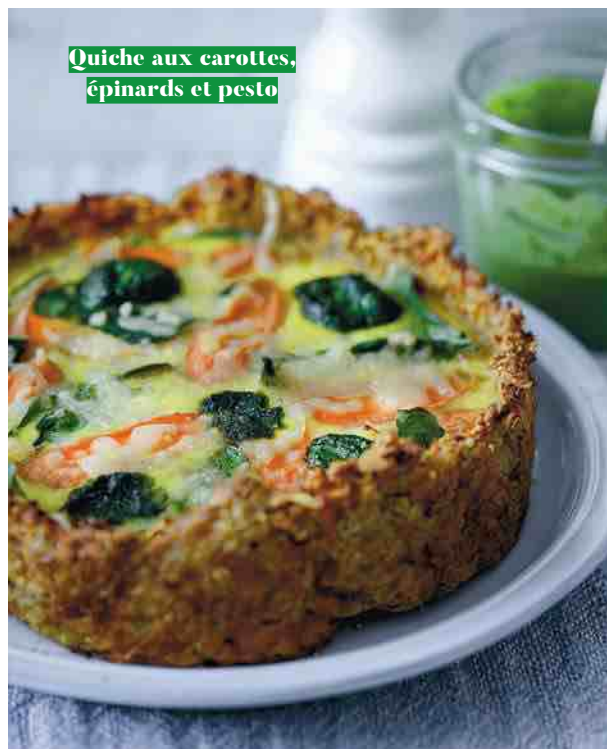
ACCOMPAGNEMENT**Salade d'hiver****4 personnes / 10 min**

- 1 pomme de type Golden
- 1/2 céleri-rave
- 2 c à s de noix
- 3 c à s de raisins secs
- quelques brins de ciboulette
- La vinaigrette**
- 2 c à s de yaourt à la grecque
- 1 c à s de jus de citron
- sel, poivre

1 Rincez la pomme, épluchez le céleri-rave, coupez-les en julienne, mélangez le tout dans un saladier. Hachez les noix, incorporez-les dans la salade avec les raisins, mélangez.

2 Pour la vinaigrette, mélangez tous les ingrédients, salez et poivrez.

3 Incorporez la vinaigrette dans la salade, parsemez de ciboulette ciselée.



Quiche aux carottes,
épinards et pesto

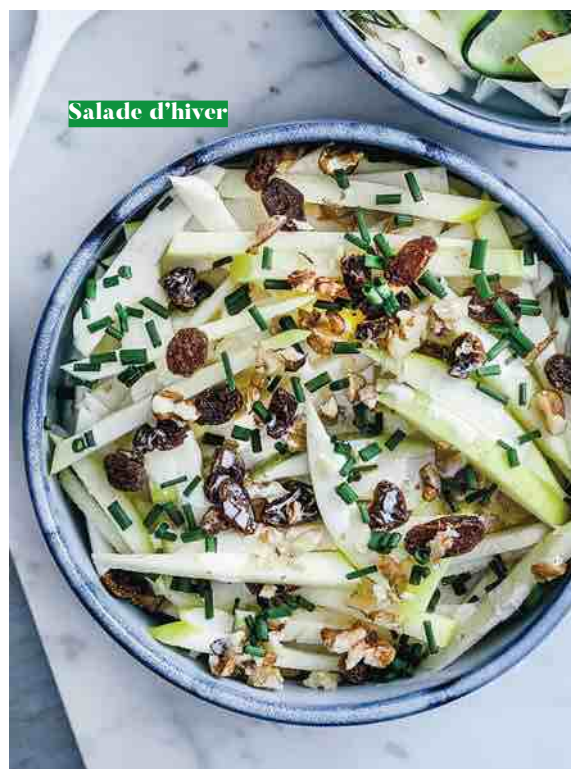


Miniquiches
aux betteraves
et au chèvre

Miniquiches
provençales



Quiche au saumon
et au curry



Salade d'hiver

COMME UNE TOURTE

Miniquiches à la viande hachée

4 personnes / 15 min
+ 40 min au four

- 150 g de lardons fumés
- 800 g de haché porc et veau
- 2 c à c de graines de fenouil
- 6 c à s de fromage râpé
- 4 feuilles de pâte feuilletée
- 1 œuf
- lait
- sel, poivre

1 Préchauffez le four à 180 °C. Faites revenir les lardons dans une poêle à sec. Mélangez la viande avec les graines de fenouil, le fromage et les lardons, salez et poivrez.

2 Déroulez une feuille de pâte feuilletée avec le papier cuisson, découpez-y un grand disque avec le papier cuisson, déposez dans un moule, déposez-y un peu de viande. Découpez un disque de pâte plus petit et déposez-le sur la viande. Refermez les bords des disques de pâte, répétez l'opération pour toutes les quiches.

3 Dans un bol, battez l'œuf avec un peu de lait, badigeonnez-en le dessus des quiches à l'aide d'un pinceau et faites cuire, 40 min, à four chaud.

Avec les restes de pâte feuilletée, préparez des gressins pour l'apéro.

ACCOMPAGNEMENT

Salade de pourpier et radis

4 personnes / 10 min

- 2 bouquets de pourpier d'hiver
- 1/2 botte de radis
- 2 c à s de mélange de graines

La vinaigrette

- quelques brins de persil plat, ciselés
- quelques brins de basilic, ciselés
- quelques brins d'estragon, ciselés
- 10 cl de crème fraîche
- 1/2 gousse d'ail, épluchée et émincée
- sel, poivre

1 Lavez le pourpier, mettez-le dans un saladier. Nettoyez et émincez les radis, ajoutez-les au pourpier, salez et poivrez.

2 Pour la vinaigrette, mélangez tous les ingrédients ensemble, incorporez le tout à la salade. Parsemez de graines.

ORIGINAL

Quiche au céleri-rave, aux champignons et au fromage vieux

4 personnes / 15 min
+ 45 min au four

- 250 g de céleri-rave
- huile d'olive
- noix muscade
- 1 gousse d'ail
- 250 g de champignons de Paris
- 2 œufs
- 15 cl de crème fraîche
- 100 g de fromage râpé vieux
- 1 pâte brisée
- quelques feuilles d'origan frais
- sel, poivre
- + 1 moule Ø 22 cm

1 Pelez le céleri-rave et coupez la moitié en cubes. Coupez le reste en très fines tranches, à la mandoline, réservez-les. Faites dorer les cubes de céleri-rave, 8 min, dans un filet d'huile d'olive. Assaisonnez avec du poivre, du sel et de la noix muscade. Réservez.

2 Pelez et émincez l'ail. Faites revenir les champignons et l'ail dans un peu d'huile d'olive. Salez et poivrez.

3 Préchauffez le four à 180 °C. Dans un bol, battez les œufs avec la crème et le fromage.

4 Placez la pâte dans le moule de cuisson. Disposez-y les champignons et le céleri-rave. Couvrez avec le mélange d'œufs. Enfournes, 35 min.

5 Arrosez les fines tranches de céleri-rave avec de l'huile d'olive, répartissez-les au centre de la quiche et enfournes à nouveau, 10 min. Décorez d'origan frais.



Le POIVRE

DANS TOUS SES

PARCE QU'UN POIVRE N'EST PAS L'AUTRE ET QUE CHAQUE COULEUR A SA PARTICULARITÉ.

Un peu d'histoire

Les grains de poivre sont les baies séchées du poivrier, le *piper nigrum*, et se déclinent en vert, blanc, rouge, noir ou gris selon leur maturité et la manière dont ils sont séchés. À l'origine, le poivre provient d'Inde mais devient populaire chez les Égyptiens et les Grecs de l'Antiquité, via la Perse. Au 15^e siècle, l'Italie possède le monopole du commerce du poivre, ce qui pousse les Portugais, et notamment le célèbre Vasco de Gama, à trouver une route pour les Indes. Pendant longtemps, le poivre était une épice exclusive et un produit de luxe coûteux qui servait même de monnaie d'échange, c'est de là que provient l'expression «payer en espèces (épices)». Même aujourd'hui, le poivre de qualité peut encore être relativement cher.



Photo Wout Hendrickx
Adaptation Marjorie Elich

A top-down view of a metal sieve filled with small, round, green and yellow lentils, resting on a light-colored wooden surface. A wooden handle is visible on the left, and several lentils are scattered on the surface around the sieve.

POIVRE ROUGE

Ce type de poivre est très rare car les baies sont arrivées à pleine maturité, de manière naturelle, il faut donc les laisser plus longtemps sur la plante pour qu'elles conservent leur couleur brun-rouge. Ce procédé est principalement utilisé au Cambodge, sous le nom de poivre de Kampot. Le poivre rouge n'est pas aussi piquant que les autres et a un goût plutôt fruité et floral, avec une subtile nuance de vanille. Délicieux avec du poisson, des crustacés ou de la volaille.

À l'origine, le poivre noir a une couleur verte. Les baies sont cueillies presque à maturité, fermentées puis séchées jusqu'à ce qu'elles noircissent. Ce poivre contient également de la pipérine, une substance saine. Le poivre noir fraîchement moulu du moulin est considéré par les chefs comme la variété la plus aromatique. De plus, le poivre noir donne immédiatement un visuel intéressant à n'importe quel plat.

Le poivre blanc est constitué de baies mûres (poivre rouge) ou presque mûres (poivre noir), trempées dans l'eau puis débarrassées de leur enveloppe. En raison du processus de production plus long, le poivre blanc est plus cher que le noir. Il n'a pas beaucoup d'arôme et est surtout piquant, il présente l'avantage d'être invisible dans les plats. L'emblématique « steak au poivre » est roulé dans un mélange de grains de poivre noirs et blancs concassés.

Tout comme le poivre noir, le poivre vert est immature, mais les graines sont immédiatement conservées dans de l'eau, du sel ou du vinaigre en saumure. Le poivre vert est moins piquant et a un goût plus frais, idéal pour une sauce au poivre... vert.

Le poivre de Guyenne est en partie du premier
siècle de moulin et le poivre d'Inde du Sicilien
est de ce qu'on appelle les faux poivres,
qui sont de mauvaise qualité.

Saison-**n**

Si on allait MANGER

PARCE QUE MANGER À L'HÔTEL,
MÊME QUAND ON N'Y DORT PAS,
EST PLUS TENDANCE QUE JAMAIS,
ON OSE POUSSER LA PORTE
ET ON SE RÉGALE.

WALLONIE

QUAI 5, HÔTEL VAN DER VALK à Mons

Aux fourneaux Marco Pronesti. Diplômé de l'Institut Notre-Dame de Fleurus, avec une spécialisation en traiteur organisateur de banquet. Il a travaillé un an à la ferme de la Pitance (traiteur), un an au restaurant Sel & Poivre, et six ans au Van der Valk comme commis, puis comme chef.

La philosophie Une cuisine traditionnelle d'inspiration internationale. Pour l'anecdote, il doit son nom à la nouvelle gare de Mons qui comptera quatre quais, ce lieu gourmand, situé juste en face, en est le prolongement.

L'ADN de la table Une cuisine d'inspiration traditionnelle française avec une touche de modernité et de saveurs méditerranéennes, des produits de saison et le plus souvent locaux, un menu 3 services qui change chaque mois et s'inspire des produits de saison.

Un plat pour lequel on s'est damnée Le traditionnel « Boulets Liégeois » revisité à la Wohrmann's Beer, la bière de la maison brassée par la famille Wohrmann (17,50 €).



Les plus de l'adresse Le spa de l'hôtel (30 €/jour), avec mention spéciale pour l'incroyable float room, immersion dans un bain de sel (comme à la mer Morte!), la possibilité de louer des vélos à trois minutes, la possibilité d'acheter sur place des tickets pour Sparkoh et non loin de là, Pairi Daiza et le château de Beloeil.

hotelmns.eu



Qu'on se dise bien-ê



LA VILLA DU HAUTSART à Melin

Aux fourneaux Au départ, le chef Olivier Wilbers, secondé par Frédéric Picot depuis douze ans, deux Maîtres Cuisiniers belges passionnés par les bons produits et véritables artistes artisans. C'est la pandémie qui a été le déclic pour Olivier, titillé par l'envie de proposer des chambres de luxe à ses convives... rêve réalisé à la réouverture de l'horeca en mai 2020.

La philosophie Les produits de saison comme impératif et la volonté de se réinventer sans cesse.

L'ADN de la table Une cuisine traditionnelle revisitée basée sur des produits locaux. Des produits frais et pas de plats signature.

Un plat pour lequel on s'est damnée Les noix de Saint-Jacques de Dieppe snackées et son crémeux de topinambours, déclinaison de betteraves et écume corail (dans le menu Cœur des saveurs à 39 €).



Les plus de l'adresse Le petit-déjeuner 100 % local si on y reste dormir (assiette de fromage et de charcuterie du cru, jus de pomme fabriqué à côté), le jacuzzi avec vue, le village de Melin, considéré comme l'un des plus beaux villages de Wallonie, circuits VTT dans les bois, randos à pied.

lavilladuhautsart.com

À L'HÔTEL?

Reportage Aurélie Dejond



LA CUISINE, NAXHELET à Wanze

Aux fourneaux Jacques Demany, depuis l'ouverture en 2014. Formé au Prince de Liège à Gembloux (1 étoile Michelin), à La Cravache d'or (2 étoiles), au Rommeyer (2 étoiles), son impressionnant C.V. plante le décor.

La philosophie Une cuisine gastronomique conviviale qui s'inspire de la nature et de l'écosystème où elle est située. Une mise en avant remarquable des produits de saison, souvent bios, et ultralocaux, grâce à une sélection de produits de l'écosystème (boulangerie, ferme et potager sur place, notamment): 500 hectares dédiés à l'accueil, aux forêts et à la production agroalimentaire régénérative qui se retrouve dans les assiettes.

L'ADN de la table Une cuisine gastronomique accessible et proche de la nature. Le menu change toutes les six semaines, la carte change à chaque saison. Côté boissons, des gins locaux, des vins belges et des bières locales.

Un plat pour lequel on s'est damnée Le cannelloni végétal de chou blanc et de lomo maison, Saint-Jacques, algues et crevettes grises de Zeebrugge (menu 4 ou 5 services, 51 € et 61 €).



Les plus de l'adresse

Le spa situé dans l'ancienne écurie (40 €/jour), le magnifique golf, la location de vélos électriques, le château féodal de Moha non loin, la charmante petite ville de Huy et une rando de 8km autour du château de Modave.
naxhelet.be



LE CHÂTEAU DE NAMUR

Aux fourneaux Axel Devillers, diplômé de l'École Hôtelière Provinciale de Namur et qui a fait ses armes dans différents établissements (la Bergamote, Bruneau, Plage d'Amée...). Aux manettes depuis près de vingt ans, il propose une cuisine qualitative et gastronomique.

La philosophie C'est le restaurant d'application de l'École Hôtelière Provinciale de Namur qui accueille chaque année de nombreux stagiaires. Objectif: les mettre dans des conditions de travail réelles et actuelles afin de les préparer au mieux pour la suite.

L'ADN de la table Des assiettes classiques aux nuances contemporaines. Le plus? Le label «clé verte», qui garantit une cuisine la plus durable possible: produits locaux, circuits courts, saisonnalité. Le menu change toutes les deux semaines.

Un plat pour lequel on s'est damnée Le dos de cabillaud royal, crevettes grises de la mer du Nord, légumes de saison, sauce vin blanc. (Menu 3 services 39 €).

Les plus de l'adresse Une visite guidée de Namur en tuk-tuk ou pousse-pousse, le tout nouveau téléphérique qui monte à la citadelle, l'atelier de parfumerie Guy Delforge, la location de vélos Pro Vélo près de la gare.

chateaudenamur.com

(Plus d'infos sur toutes ces activités en Wallonie sur visitwallonia.be)

L'ÉPI D'OR

à Rochehaut

Aux fourneaux Michel Boreux et sa brigade. Biberonné au terroir, ce fils d'agriculteurs a toujours vu sa maman faire des merveilles avec les produits de la ferme familiale pour les clients de son auberge qui comptait quelques chambres. Il a repris la cuisine, son frère Marc l'activité agricole.

La philosophie Un locavisme revendiqué avant l'heure. Depuis trente ans, les produits du terroir de la province de Luxembourg sont constamment mis en avant, travaillés et sublimés. Une cuisine transparente et traçable, du fait maison, et de la saisonnalité avant tout. Idem dans le verre : bières locales, Chant d'Éole, vins belges... le savoir-faire du royaume dans toute sa splendeur.

L'ADN de la table La cuisine ardennaise gastronomique revisitée et allégée, en circuits courts, sans tourner

le dos à des produits d'ailleurs (coquilles Saint-Jacques en saison), entre tradition et touches contemporaines, avec la possibilité de boire local. Le plus ? Les viandes sont issues de leurs propres élevages restent à la carte toute l'année : Angus-Beef, gibier, moutons roux d'Ardenne, sangliers et porcs élevés en plein air à Rochehaut.

Un plat pour lequel on s'est damnée Le filet de pigeonneau servi rosé et sa cuisse en tempura, jus monté au beurre, topinambour, sucrose au lard (menu 3 services 39 €, 4 services 48 €, 7 services 75 €).



Les plus de l'adresse La balade des échelles, ou la rando du vertige, avec ses vues à couper le souffle, la microbrasserie, l'agrimusée, le parc animalier, le caveau de dégustation et la charmante ville de Bouillon, non loin. aubergederochehaut.com



BRUXELLES

ENEKO BASQUE, HOTEL RADISSON COLLECTION

Grand-Place Bruxelles



Aux fourneaux Une carte imaginée par Eneko Atxa, chef basque star 3 étoiles et engagé écologiquement, avec son restaurant Azurmendi. En Belgique, c'est une brigade spéciale qui s'occupe du lieu, emmenée par le chef Didier Rary.

La philosophie Trois piliers, saveur, texture et esthétique, dans des recettes basques traditionnelles modernisées, à base de produits basques et de saison. Extrêmement dépaysant !

L'ADN de la table Une cuisine 100 % basque, la recherche de techniques et de textures innovantes. Des plats à partager (ou non), un très beau service à table, une carte recherchée mais accessible.

Un plat pour lequel on s'est damnée Une côte à l'os (pour deux) Txuleta, un bœuf basque d'exception accompagné de sauce, de purée de pommes de terre et de poivrons de Padròn, un vrai voyage dans l'assiette (70 €) ! Le plus ? Une très belle carte des vins sélectionnés du sommelier Vincent Mazières – grands crus notamment espagnols. Possibilité de wine pairing et de cocktail pairing.

Les plus de l'adresse Visites guidées alliant découverte du patrimoine bruxellois (au centre-ville) et découverte du chocolat et des chocolatiers. radissonhotels.com





HÔTEL JULIANA

Aux fourneaux La jeune Lady Chef Rosa Caldarola, 27 ans, italienne amoureuse de la Belgique depuis plusieurs années et dont la cuisine a conquis le propriétaire de l'hôtel, qui lui a confié le restaurant.

La philosophie Une cuisine gastronomique belgo-française, qui met en avant des produits du royaume, que la cheffe a du plaisir à découvrir et sublimer (chicons, rhubarbe, chocolat Marcolini relevé d'une meringue maison...) avec des accents italiens (liqueurs maison). La proximité avec les clients: la cheffe n'hésite pas à passer à table pour parler avec chacun.

L'ADN de la table Une saisonnalité revendiquée et la volonté de conscientiser sur l'importance de devoir s'adapter à la nature, et non le contraire. Des plats qui changent chaque semaine au gré de l'imagination de la cheffe et des produits disponibles, une façon de sensibiliser au respect de notre environnement.

Un plat pour lequel on s'est damnée Le poulpe grillé sur crème de pois chiches et romarin (28 €), magnifiquement dressé.



Les plus de l'adresse À deux pas de la rue Neuve, la place représente la première manifestation de style néoclassique de Bruxelles. Une magnifique terrasse à l'écart du brouhaha de la ville. On y va prendre un verre pendant une virée shopping ou déjeuner sur le pouce avec une copine.
juliana-brussels.com



co-responsable
de la cuisine
en ville

SERRA, HOTEL INDIGO

Aux fourneaux Le chef Étienne Mahieu – il dirige l'équipe depuis l'ouverture – et le chef Pierre Balthazar, deux parcours impressionnants dans l'hôtellerie, notamment. Un duo aguerri!

La philosophie Les produits de saison en stars de l'assiette, au cœur de la jungle de béton bruxelloise. Du bon, pour l'homme comme pour la planète. Au choix: le concept Slow Food Urban Picnic (et sa terrasse canon aux beaux jours) ou le resto écoresponsable Garden Kitchen, chic et zen, à la déco impressionnante, inspirée des jardins botaniques.

L'ADN de la table De la ferme à l'assiette! Le locavorisme mêlé à la créativité pour des saveurs

simples, mais puissantes. Des plats authentiques et respectueux de l'environnement, en fonction de ce que la nature a à offrir. L'essence du concept? La cuisine de fusion.

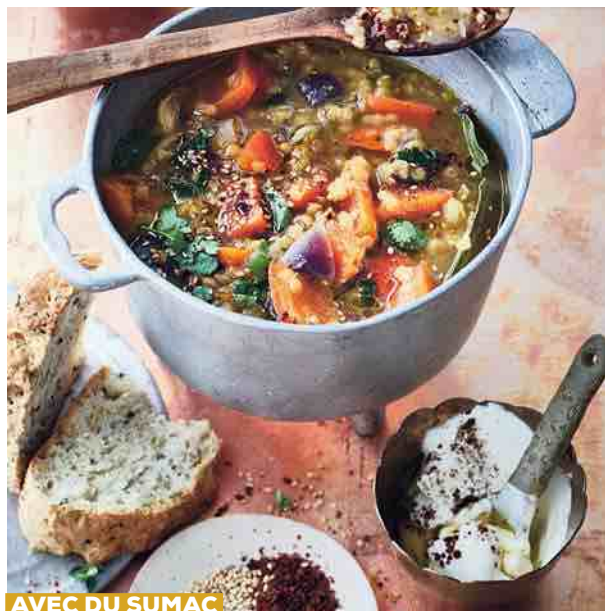
Un plat pour lequel on s'est damnée Le hachis parmentier de patate douce et le curry massaman avec pomme de terre, citrouille et noix de cajou, testés en duo.

Les plus de l'adresse La carte des boissons! Un partenariat avec Brussels Beer Project, des vins européens pour réduire l'empreinte CO₂, des cocktails signature à base d'infusion de thé, des cocktails avec des ingrédients frais et de saison pour une touche spéciale Serra.

serrabrussels.be



UNE DÉLICIEUSE COCOTTE AUX ARÔMES RAFFINÉS EST PLUS FACILE QUE VOUS NE LE PENSEZ.



AVEC DU SUMAC

Cocotte aux lentilles rouges

4 pers. / 30 min
+ 20 min de cuisson

- 1 oignon
- 1 oignon rouge
- 5 gousses d'ail
- 1 carotte
- 2 poivrons
- 2 courgettes
- huile d'olive
- 1 c à c de concentré de tomates
- 1 c à c de paprika
- 1 c à c de cumin
- 1 c à c de coriandre en poudre
- 250 g de lentilles rouges
- 1 c à c de thym frais
- 2 feuilles de laurier fraîches
- 80 cl de bouillon de légumes
- sumac
- 2 c à c de graines de sésame grillées
- 2 c à c de feuilles de coriandre
- 100 g de yaourt à la grecque
- sel, poivre

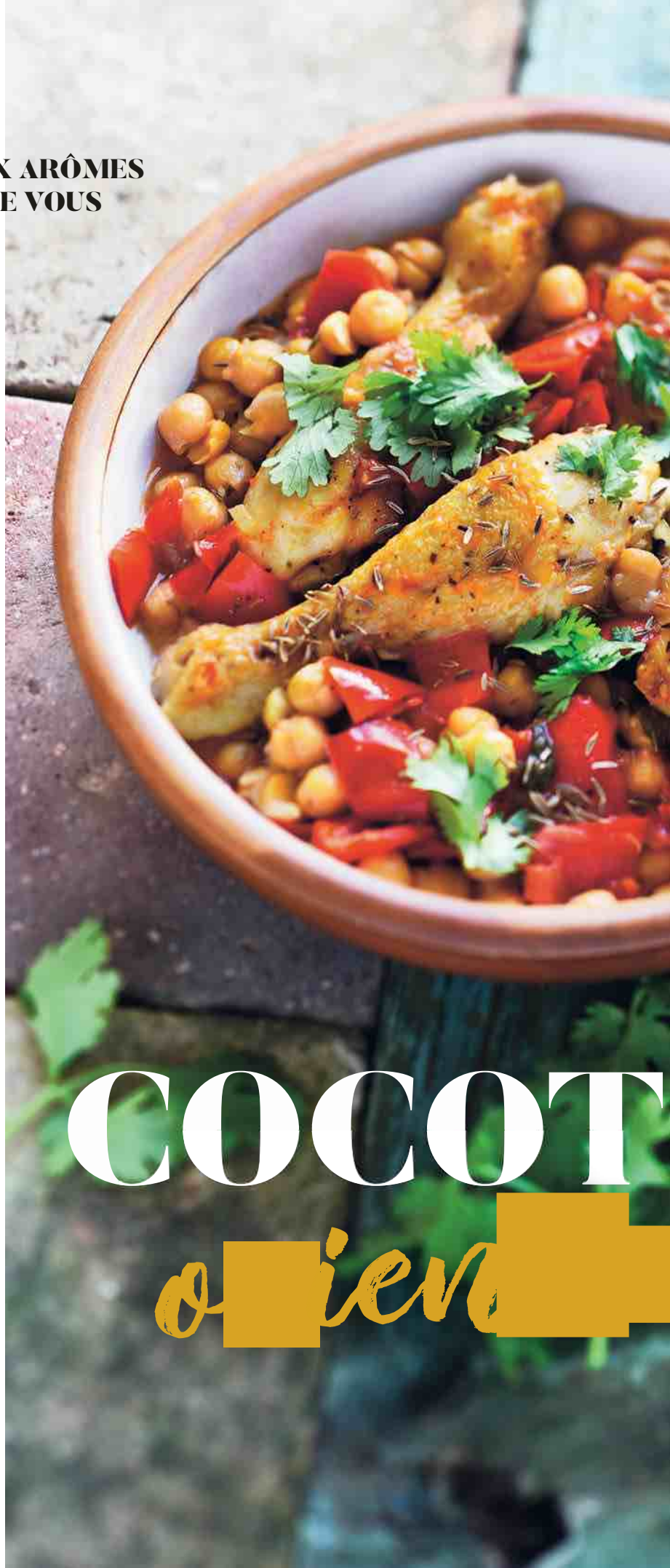
1 Épluchez les oignons et 2 gousses d'ail, émincez l'oignon blanc et l'ail, l'oignon rouge en gros cubes. Épluchez les gousses d'ail restantes.

2 Pelez la carotte, coupez-la en petits morceaux. Lavez les poivrons, coupez-les en gros morceaux. Lavez les courgettes, coupez-les en quatre, dans la longueur, puis en morceaux de 4 cm de long. Faites revenir les légumes dans une cocotte, 5 min, avec un filet d'huile d'olive.

3 Ajoutez le concentré de tomates et les épices, laissez mijoter, 3 min. Ajoutez les lentilles, les gousses d'ail entières, le thym et le laurier, versez le bouillon, salez et poivrez, laissez mijoter, 15 min, à feu doux. Ajoutez 2 à 3 pincées de sumac, le sésame et la coriandre.

4 Dans un bol, mélangez le yaourt avec un filet d'huile d'olive, saupoudrez de sumac, salez. Servez à part avec du pain au sésame.

Le sumac est une épice orientale que l'on retrouve en épicerie spécialisée. De couleur rouge foncé, son goût est acidulé, proche du citron.



COCOT oriental

AVEC DU PAPRIKA FUMÉ

Tajine au poulet, au pois chiches et aux poivrons

**4 personnes / 20 min
+ 40 min de cuisson**

- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 8 pilons de poulet
- 2 c à c de romarin séché
- huile d'olive
- 2 poivrons rouges
- 10 cl de vin blanc
- 500 g tomates en dés en conserve
- 250 g de pois chiches en bocal
- 1 c à s de miel
- 1 c à s de paprika fumé
- 1 c à c de cumin
- 3 brins de coriandre
- sel, poivre

1 Épluchez l'oignon et l'ail, émincez-les. Assaisonnez le poulet avec 1 c à c de romarin, salez et poivrez. Faites-les dorer dans un tajine avec de l'huile d'olive. Retirez le poulet du tajine, ajoutez l'oignon et l'ail et faites-les revenir jusqu'à ce qu'ils soient translucides.

2 Lavez les poivrons, coupez-les en petits dés. Ajoutez-les au tajine, laissez mijoter, 5 min. Versez le vin, ajoutez les tomates.

3 Ajoutez les pois chiches égouttés et le miel, assaisonnez de paprika et de cumin, salez et poivrez. Remettez le poulet, fermez le couvercle et laissez mijoter, 30 min. Ajoutez un peu d'eau si nécessaire.

4 Assaisonnez le tajine, parsemez du reste de romarin et de coriandre, servez chaud.

Si vous n'avez pas de tajine, réalisez cette recette dans une cocotte en fonte ou à fond épais.

Photos **Stockfood** / Adaptation des recettes **Marjorie Elich**



AVEC DU SAFRAN

Potée de chou et pois chiches, couscous au citron

**4 personnes / 30 min
+ 30 min de cuisson**

- 2 carottes
- 2 poivrons longs
- 1 branche de céleri
- 1 fenouil
- 400 g de chou blanc
- 200 g de potiron
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- huile d'olive
- 80 cl de bouillon de légumes
- 1 pincée de fils de safran
- 1 c à c de cumin
- 1 c à c de coriandre en poudre
- 1 pincée de poivre de Cayenne
- 200 g de pois chiches en bocal
- 2 c à s de graines de grenade
- 2 c à s de pignons de pin grillés
- 1 c à s de persil plat ciselé

Le couscous

- 25 cl de bouillon de légumes
- 200 g de couscous instantané
- 2 citrons bios
- sel, poivre

1 Épluchez et coupez tous les légumes frais en dés. Réservez des pluches de fenouil. Épluchez et émincez l'oignon et l'ail.

2 Dans une cocotte, faites revenir l'oignon dans de l'huile d'olive, 2 min, ajoutez les légumes, poursuivez la cuisson, 5 min. Incorporez l'ail, le bouillon, le safran, le cumin, la coriandre et le poivre de Cayenne, salez et poivrez. Incorporez les pois chiches égouttés et laissez mijoter, 20 min.

3 Pour le couscous, portez le bouillon à ébullition, versez-le sur le couscous, laissez gonfler, environ 10 min, en égrenant avec une fourchette.

4 Coupez 1 citron en tranches fines puis coupez-les en deux. Râpez le zeste de l'autre citron et pressez le fruit. Dans le couscous, incorporez les tranches, le zeste et le jus de citron, ajoutez 2 c à s d'huile d'olive, mélangez, salez et poivrez.

5 Répartissez les légumes dans des bols avec du couscous. Parsemez de graines de grenade et de pignons, arrosez d'huile d'olive, décorez de pluches de fenouil et de persil. Servez le couscous restant à part.

VÉGÉ

**VÉGÉ... ET SURTOUT
SAVOUREUX, FACILE ET
AVEC DES INGRÉDIENTS QUE
L'ON TROUVE PARTOUT.**

Wok de choux de Bruxelles au tofu

RAPIDE

Wok de choux de Bruxelles au tofu

4 personnes / 25 min

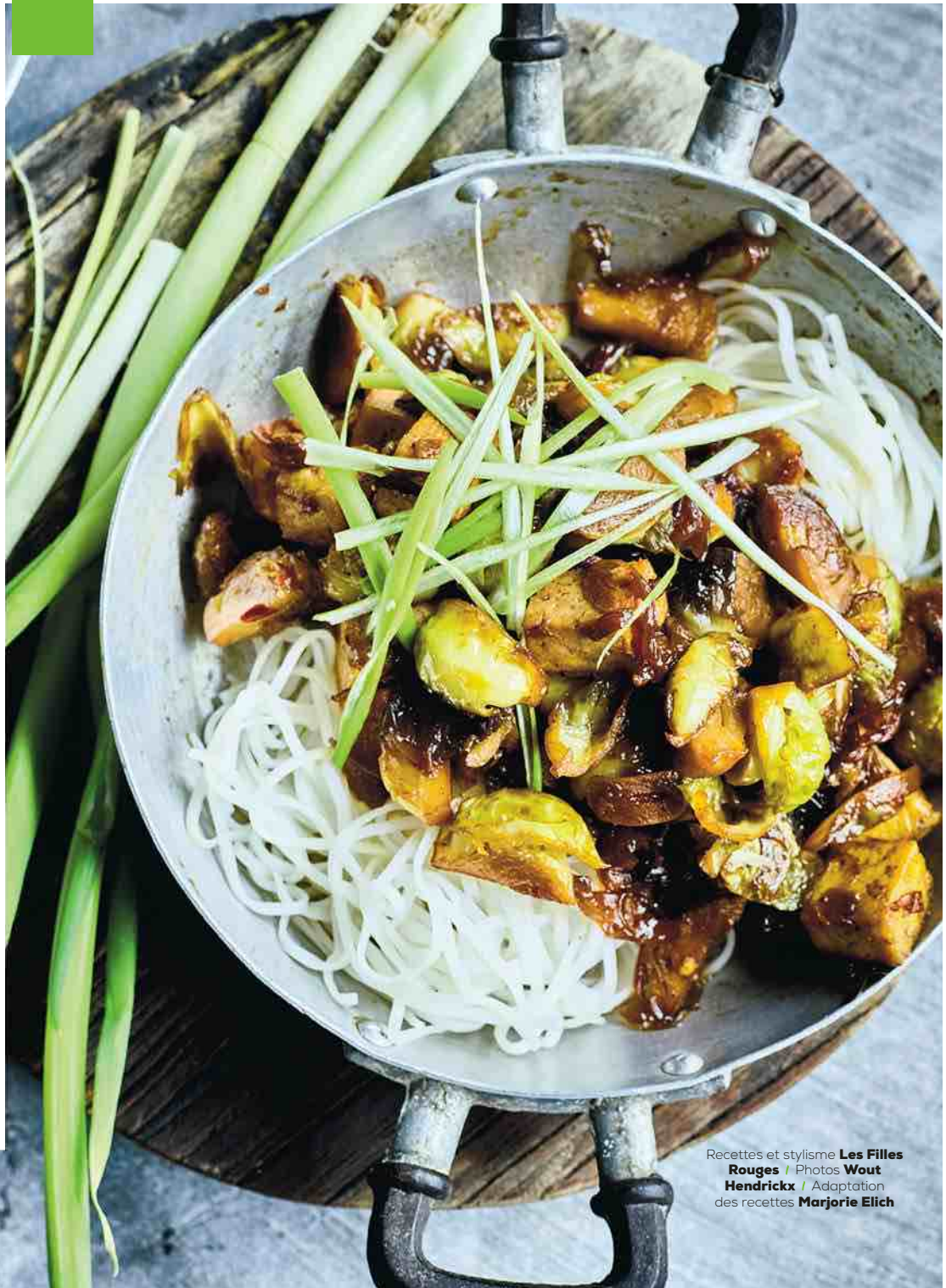
- 2 gousses d'ail
- 1 oignon
- 600 g de choux de Bruxelles
- 300 g de tofu ferme
- 350 g de nouilles de riz
- huile d'olive
- 1/2 c à s de flocons de piment
- 1 c à s de 5-épices chinoises
- 4 c à s de sauce soja
- 1 c à s d'huile de sésame
- 1 c à s de vinaigre de riz
- 1 c à s de sirop d'érable
- 3 jeunes oignons
- sel, poivre du moulin

1 Pelez et écrasez l'ail. Pelez et coupez l'oignon en lamelles. Coupez les choux de Bruxelles en 4. Coupez le tofu en cubes.

2 Faites cuire les nouilles al dente dans de l'eau salée, égouttez-les. Dans un wok, faites chauffer un filet d'huile d'olive et faites-y dorer les cubes de tofu, à feu vif. Salez et poivrez.

3 Retirez-les de la poêle, ajoutez un filet d'huile d'olive et faites sauter l'oignon, l'ail et les choux de Bruxelles avec un filet d'eau, 5 min. Ajoutez le tofu, les nouilles, les flocons de piment, les 5-épices, la sauce soja, l'huile de sésame, le vinaigre de riz et le sirop d'érable. Poursuivez la cuisson, 2 min.

4 Servez dans des assiettes et décorez avec les jeunes oignons coupés dans la longueur.



Recettes et stylisme **Les Filles Rouges** / Photos **Wout Hendrickx** / Adaptation des recettes **Marjorie Elich**

BON MARCHÉ Calzone aux chicons caramélisés

1 pizza / 30 min
+ 10 min au four

- 2 chicons de pleine terre
- 1 échalote
- beurre
- 50 g de provolone piquant
- 1 poignée de feuilles de persil
- huile d'olive
- 1 rouleau de pâte à pizza (prête à l'emploi)
- sel, poivre du moulin

1 Préchauffez le four à 240 °C. Coupez les chicons en lanières. Pelez et émincez l'échalote. Faites fondre une noix de beurre et faites-y revenir les chicons et l'échalote jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Salez, poivrez et faites légèrement caraméliser.

2 Coupez le fromage en fines tranches. Hachez finement le persil. Étalez la pâte à pizza sur une plaque tapissée de papier cuisson. Répartissez les chicons sur une moitié de la pâte, ajoutez le fromage et saupoudrez de persil. Repliez, pressez bien les bords et badigeonnez la pizza avec de l'huile d'olive, au pinceau.

3 Cuisez la calzone, 5 min à 240 °C puis baissez la température à 220 °C et poursuivez la cuisson, 5 min. Servez immédiatement.

SANS GLUTEN

Tacos de maïs au ragu de champignons

4 personnes / 35 min
+ 20 min au four

- 8 coquilles à tacos croustillantes

Le ragu

- 1 gousse d'ail
- 250 g de champignons de Paris
- 250 g de champignons shiitakés
- huile d'olive
- 25 cl de sauce arrabbiata pour pâtes (prête à l'emploi)
- 5 cl de ketchup
- 2 c à s de vinaigre de cidre

La salade

- 150 g de chou vert
- 100 g de sauce au yaourt (cf. recette falafels p. 31)
- 1/2 citron
- sel, poivre du moulin

1 Préchauffez le four à 185 °C. Pelez et écrasez l'ail. Coupez les champignons de Paris en 4. Faites chauffer un filet d'huile d'olive et faites revenir les champignons de Paris et les shiitakés jusqu'à ce qu'ils soient cuits et dorés. Ajoutez l'ail écrasé, la sauce arrabbiata, le ketchup, le vinaigre de cidre. Salez, poivrez et laissez cuire, 30 min, à feu doux.

2 Coupez le chou vert en fines lamelles. Mélangez avec 2 à 3 c à s de la sauce au yaourt et quelques gouttes de jus de citron. Salez et poivrez.

3 Placez les tacos dans un plat à four et remplissez-les avec le ragu de champignons. Enfournez, 20 min. Servez les tacos avec la salade de chou vert et le reste de la sauce au yaourt.

EXPRESS

Kedgeree au céleri-rave

4 personnes / 30 min

- 1 gousse d'ail
- 1 oignon
- 500 g de céleri-rave
- 1 poireau
- huile d'olive
- 2 c à c de curry
- 250 g de riz
- 1 cube de bouillon de légumes
- 4 œufs
- 1 poignée de persil
- sel, poivre du moulin

1 Pelez et écrasez l'ail. Épluchez et hachez l'oignon. Épluchez le céleri-rave et coupez-le en cubes d'environ 1 cm. Coupez le poireau en deux, coupez-le finement demi-lunes.

2 Faites chauffer un filet d'huile d'olive dans une sauteuse et faites-y revenir l'oignon, l'ail, le poireau et le céleri-rave, al dente. Assaisonnez avec le curry, salez et poivrez.

3 Ajoutez le riz, le cube de bouillon et 75 cl d'eau. Laissez cuire encore à feu doux, à couvert, 10 min. Si nécessaire, ajoutez un peu d'eau. Retirez la casserole du feu et laissez reposer, 5 min.

4 Faites cuire les œufs, 6 à 7 min. Rincez et hachez le persil. Servez le kedgeree avec le persil, les œufs durs et un chutney.

Le kedgeree est, à l'origine, un plat de riz indien, mais il est très populaire chez les Britanniques. Ils lui ont donné leur propre touche en ajoutant du poisson fumé.



TOUT-EN-UN

Falafels, navets et patate douce

4 personnes / 25 min

+ 35 min au four

- 300 g de navets
- 400 g de patates douces
- 1 gousse d'ail
- huile d'olive
- 1 c à c de ras-el-hanout
- 1 pincée de cannelle
- 300 g de falafels (prêt à consommer)
- 80 g de jeunes feuilles d'épinards

La sauce

- 1 citron bio
- 1 gousse d'ail
- 150 g de yaourt
- 1 c à s de mayonnaise
- 1/2 c à c de ras-el-hanout
- 1/2 c à c de harissa
- sel, poivre du moulin

1 Préchauffez le four à 185 °C. Rincez et coupez les navets en quartiers. Épluchez les patates douces et coupez-les en morceaux. Pelez et écrasez l'ail. Mélangez le tout avec 4 c à s d'huile d'olive, le ras-el-hanout, la cannelle, du sel et du poivre. Posez-les sur une plaque recouverte de papier cuisson et enfournez, 20 min.

2 Posez ensuite les falafels sur la plaque de cuisson, arrosez d'huile d'olive et enfournez, 15 min supplémentaires.

3 Pour la sauce, râpez le zeste du citron pour en obtenir 1 c à c. Pelez et pressez l'ail. Mélangez le yaourt avec la mayonnaise, l'ail, le zeste de citron, le ras-el-hanout, la harissa et 1 pincée de sel, en sauce lisse.

4 Servez le plat à table, décoré d'épinards, avec la sauce à part.



SIMPLISSIME

Chou rouge rôti à la feta, aux oignons caramélisés et raisins secs

4 personnes / 20 min

+ 40 min au four

- 1 petit chou rouge ou 1/2 chou rouge
- huile d'olive
- 2 brins de thym
- 2 oignons doux
- 2 c à s de vinaigre balsamique
- 1 c à s de miel
- 1 poignée de raisins secs
- 150 g de feta
- sel, poivre du moulin

1 Préchauffez le four à 185 °C. Coupez le chou rouge en segments, placez-les sur une plaque recouverte de papier cuisson, arrosez-les d'huile d'olive, de thym, sel et poivre. Couvrez d'une feuille d'aluminium et enfournez, 35 à 40 min.

2 Pelez et coupez les oignons en lamelles. Dans un wok, faites chauffer un filet d'huile d'olive et faites-y revenir les oignons avec un filet d'eau, à feu doux. Lorsque les oignons sont tendres, ajoutez le vinaigre balsamique, le miel, les raisins secs et un peu d'eau et laissez caraméliser. Salez et poivrez.

3 Servez le chou rouge avec la feta émiettée et les oignons caramélisés.



FACILE À SURGELER

Gnocchis au chou frisé

4 personnes / 25 min
+ 25 min au four

- 1 gousse d'ail
- 1 échalote
- 250 g de chou frisé
- 150 g de fromage à la moutarde en bloc
- huile d'olive
- 500 g de gnocchis (prêts à l'emploi)
- 1 cube de bouillon de légumes
- 15 cl de crème végétale
- sel, poivre du moulin

1 Préchauffez le four à 185 °C. Pelez et écrasez l'ail. Pelez et hachez finement l'échalote. Retirez la tige dure du chou frisé et hachez finement les feuilles. Coupez le fromage en petits morceaux.

2 Faites chauffer un filet d'huile d'olive dans une poêle et faites-y revenir l'échalote, l'ail et le chou frisé jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Salez et poivrez. Faites cuire les gnocchis dans de l'eau salée, en respectant les indications de l'emballage. Égouttez-les.

3 Dans un poêlon, portez à ébullition 20 cl d'eau avec le cube de bouillon, 2 min. Ajoutez la crème et faites réduire un peu. Ajoutez les morceaux de fromage, laissez fondre et retirez du feu.

4 Versez les gnocchis et le chou frisé dans un plat à four, couvrez de sauce au fromage. Enfournuez, 25 min.

Il vous reste du chou frisé ?
Utilisez-le ensuite pour faire un pesto.



VÉGANE

Portobellos farcis au hachis de légumes, purée de potiron

4 personnes / 35 min + 35 min au four

- 600 g de potiron
- huile d'olive
- 8 portobellos (champignons)

La farce

- 1 échalote
- 1 gousse d'ail
- 350 g de haché végétarien
- 1 c à s de sauce soja
- 60 g de pain rassis
- 4 feuilles de sauge
- sel, poivre du moulin

1 Préchauffez le four à 185 °C. Épluchez le potiron et coupez-le en morceaux. Répartissez-les sur une plaque recouverte de papier cuisson et arrosez-les d'huile d'olive. Salez et poivrez. Coupez les pieds des portobellos, arrosez-les d'huile d'olive, salez et poivrez. Placez les portobellos sur la plaque avec le potiron et enfournez, 5 à 8 min. Retirez les portobellos du four et faites cuire le potiron, 25 min supplémentaires, jusqu'à ce que la chair soit tendre. Écrasez-les avec 4 c à s d'huile d'olive. Réservez au chaud.

2 Pour la farce, pelez et hachez finement l'échalote. Pelez et pressez l'ail. Faites chauffer un filet d'huile d'olive et faites dorer l'échalote, l'ail et le hachis végétarien. Assaisonnez avec la sauce soja, du sel et du poivre.

3 Augmentez le four à 195 °C. Hachez le pain rassis avec les feuilles de sauge et 2 c à s d'huile d'olive. Farcissez les portobellos et saupoudrez-les de chapelure à la sauge. Enfournuez, 10 min. Servez avec la purée de potiron.



ORIGINAL

Clafoutis de salsifis au chèvre

4 personnes / 30 min
+ 25 min au four

- 500 g de salsifis
- le jus de 1 citron
- 4 œufs
- 120 g de chèvre frais
- 15 cl de crème
- 15 cl de lait
- 80 g de farine
- 4 brins d'estragon
- huile d'olive
- sel, poivre

1 Préchauffez le four à 185 °C. Pelez les salsifis et mettez-les dans de l'eau avec le jus de citron. Faites cuire les salsifis dans de l'eau salée jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Égouttez-les.

2 Dans un bol, mélangez les œufs avec le chèvre, la crème et le lait. Tamisez la farine au-dessus du bol et mélangez. Hachez finement l'estragon et incorporez-le à la pâte. Salez et poivrez.

3 Coupez les salsifis en deux et posez-les dans un plat à four. Couvrez avec la pâte et enfournuez, 25 à 30 min.

Servez chaud ou tiède
avec une salade.



RÉCONFORTANT

Pâtes au four, sauce romesco

4 personnes / 25 min
+ 25 min au four

- 350 g de penne
- 1/4 de chou vert
- huile d'olive
- 150 g de fromage râpé

La sauce

- 100 g d'amandes effilées
- 2 gousses d'ail, pelées
- 200 g de poivrons grillés égouttés (en bocal)
- 400 g de passata de tomates
- 120 g de tomates séchées à l'huile
- 1/2 c à c de paprika fumé
- 5 cl d'huile d'olive
- sel, poivre du moulin

1 Préchauffez le four à 195 °C. Faites griller les amandes effilées dans une poêle à sec. Laissez refroidir. Mixez tous les ingrédients de la sauce, salez et poivrez généreusement.

2 Faites cuire les penne al dente en suivant les indications de l'emballage, dans de l'eau bouillante salée, égouttez-les.

3 Mélangez les pâtes avec la sauce et versez dans un plat de cuisson. Coupez le chou vert en lanières et arrosez-les d'huile d'olive, salez et poivrez. Disposez le chou vert et le fromage râpé sur les pâtes. Enfournez, 25 min.

CONNUE POUR SES BAISERS ET SON CARNAVAL, LE PLUS ANCIEN DE BELGIQUE, MALMEDY SE DEVAIT D'ÊTRE NOTRE VILLE DÉCOUVERTE DU MOIS DE FÉVRIER. ENTRE SAINT VALENTIN ET MARDI GRAS, VENEZ Y FAIRE LA FÊTE !

ON Y MANGE QUOI ?

Les baisers

Cette pâtisserie est composée de deux meringues soudées par de la crème chantilly au beurre ou glacée. Elle aurait été inventée au milieu du 19^e siècle par le pâtissier Rodolphe Wiertz, cuisinier à l'Hôtel International de Spa puis reprenneur de la pâtisserie de son beau-père Oswald Villers, à Malmedy. Cette pâtisserie est d'abord commercialisée sous le nom de « blankès meringues » (meringues blanches) puis à partir des années 1930 sous celui de baiser, par analogie, la soudure des deux meringues rappelant celle de deux bouches s'embrassant. **Boulangerie Pâtisserie Dijan, ouvert à partir de 5h45 même le dimanche, fermé le jeudi, rue du commerce 7 à Malmedy, dijan.be.**



RECETTE FACILE pour 12 pièces

Préchauffez le four à 160 °C. Montez 6 blancs d'œufs en neige, ajoutez-y 50 g de sucre. Mélangez 100 g de sucre, 125 g d'amandes en poudre et 25 g de farine. Incorporez délicatement ce mélange dans les blancs d'œufs, versez dans une poche à douilles. Sur une plaque recouverte de papier cuisson, déposez 24 petits tas de pâte, parsemez d'amandes effilées. Enfourez, 20 min, puis diminuez la température à 100 °C et prolongez la cuisson, 20 min. Laissez refroidir sur une grille. **La crème:** fouettez 2 blancs d'œufs et 100 g de sucre. Placez au bain-marie et montez à 65 °C, retirez du feu et mixez, 5 min. Incorporez 150 g de beurre mou, versez dans une poche à douilles. Déposez la crème sur la moitié des biscuits, refermez avec l'autre moitié et servez.

Une salade russe

Préparée à l'origine pour la période du carnaval, cette salade est prévue pour remettre les estomacs d'aplomb après tout l'alcool ingurgité. De plus, son apport calorique est utile aux participants, longtemps dehors en plein hiver. En principe, elle se consomme pendant les quatre jeudis gras qui précèdent le carnaval puis pendant les quatre jours du Cwarmê proprement dit, cette recette peut se préparer à l'avance, ce qui évite ainsi de cuisiner les jours de fête. Elle a pris le nom de salade russe car c'est devenu un véritable fourre-tout. On y trouve principalement des harengs et des betteraves rouges, des pommes, de la mayonnaise mais aussi des pommes de terre, des œufs durs... Cette année, sauf restrictions de dernière minute, le Cwarmê aura lieu du samedi 26/2 au mardi 1/3.

OÙ BOIRE UN VERRE ?

Le centre de Malmedy ne manque pas de sympathiques petits établissements avec terrasse. Néanmoins, si vous cherchez de l'originalité, on vous propose :

Pour un voyage en Amérique du Sud

Le **Pintxos Bar** vous invite à grignoter des tapas sur pains et autres gourmandises ibériques, déguster de savoureux cocktails tout en vous plongeant dans un cadre et une ambiance typique. **Chemin Rue 17 à Malmedy.**

Pour une ambiance feutrée et vinicole

Si vous aimez les fauteuils en velours, les couvertures au crochet et la bonne musique old school, le **Velvet Bar** est l'endroit qu'il vous faut. Entre le mojito d'hiver à la poire et l'eierpunsch, sorte de lait de poule, notre cœur balance. **Place Albert 1^{er} à Malmedy.**

Pour du local et de l'artisanique

Que vous aimiez la brune, la blonde ou la triple, la **Brasserie de Bellevaux** a de quoi vous faire plaisir. Cette ancienne étable reconvertie en microbrasserie familiale utilise l'eau cristalline des Ardennes pour fabriquer des bières artisanales dans la plus pure tradition belge. C'est l'adresse à retenir pour reprendre des forces. **Rue de la Foncenale 1 à Bellevaux, visites guidées le week-end sur réservation, brasseriebellevaux.be.**





Le Cwarmê de Malmedy, fête populaire ancestrale.

NOS BONNES ADRESSES



L'Emboiserie de Malmedy

Installé sur les coteaux de Malmedy, Yves de Tender cultive au sein de sa framboiserie les saveurs d'autrefois à la force de ses bras et sans produits chimiques. À côté de ses belles framboises, il y cultive groseilles, cassis, rhubarbe mais aussi des légumes et même des plantes

sauvages comme les orties ! Sa production est exclusivement dédiée à la réalisation de confitures, sirops et gelées, dans le respect des traditions : transformation artisanale à la ferme sans aucun additif ni colorant. On vous conseille Le Fromager, une confiture à base de groseilles vertes mûres, de pommes vertes acides et d'épices. **Chemin des Potiers 10 à Malmedy, 080 33 03 35, différents points de vente sur la page FB du même nom.**



Le Fromager

Jean-Pierre, passionné de fromage, vous propose de découvrir ses coups de cœur, qu'ils soient de la région ou d'un peu plus loin, comme la Savoie ou la Suisse. Tous les producteurs sont sélectionnés avec soin car ici qualité et savoir-faire sont les maîtres mots. **Place de Rome 24 à Malmedy, possibilité de commander en ligne sur amonchavet.be.**

EDY

La Boucherie Michel

Entreprise familiale depuis 1930, cette boucherie charcuterie s'est agrandie avec les années et propose désormais, en plus de ses spécialités de salaisons artisanales, tout un assortiment d'épicerie fine comme de la moutarde aux cèpes ou du vinaigre aux panais. Parfait pour ramener des souvenirs. **Place Albert 1^{er} 26 à Malmedy, micha-malmedy.be.**

OÙ MANGER ?



Laurent Léveillé, L'Éveil des saveurs

À Vi Mâm'di

dans cette brasserie typiquement ardennaise, vous pourrez déguster de nombreux classiques de la cuisine belge comme les rognons de veau à la liégeoise, les boulets sauce lapin mais surtout les spécialités de la maison : le jambonneau basse température sauce moutarde ou encore le bœuf façon carbonades à la bière de Malmedy. En période de carnaval, cette

adresse est le bon plan pour également passer la nuit. **Place Albert 1^{er} 41 à Malmedy, réservations par téléphone au 080 33 96 36.**

Pour une planche tartine ou gourmande, rendez-vous à **L'Endroit**, établissement moderne et chaleureux qui assure un service continu de 12h à 21h30, tous les jours. Foie gras, saumon fumé mais aussi pâté d'Ardenne ou truite, il y en a pour tous les goûts. Apéro, bistro, resto,

ce sont eux qui le disent. **42, place Albert 1^{er} 42 à Malmedy, 080 40 05 96.**

Pour une expérience bistro-nomique, poussez une pointe jusqu'à **L'Éveil des saveurs**. En magnifiant les produits de la région, le chef Laurent Léveillé, vous convie à un voyage culinaire dans la haute gastronomie. Son secret ? Des plats authentiques, originaux et préparés avec beaucoup d'amour. **Les Clo-sures 2 à Mont-Malmedy.**

À Vi Mâm'di

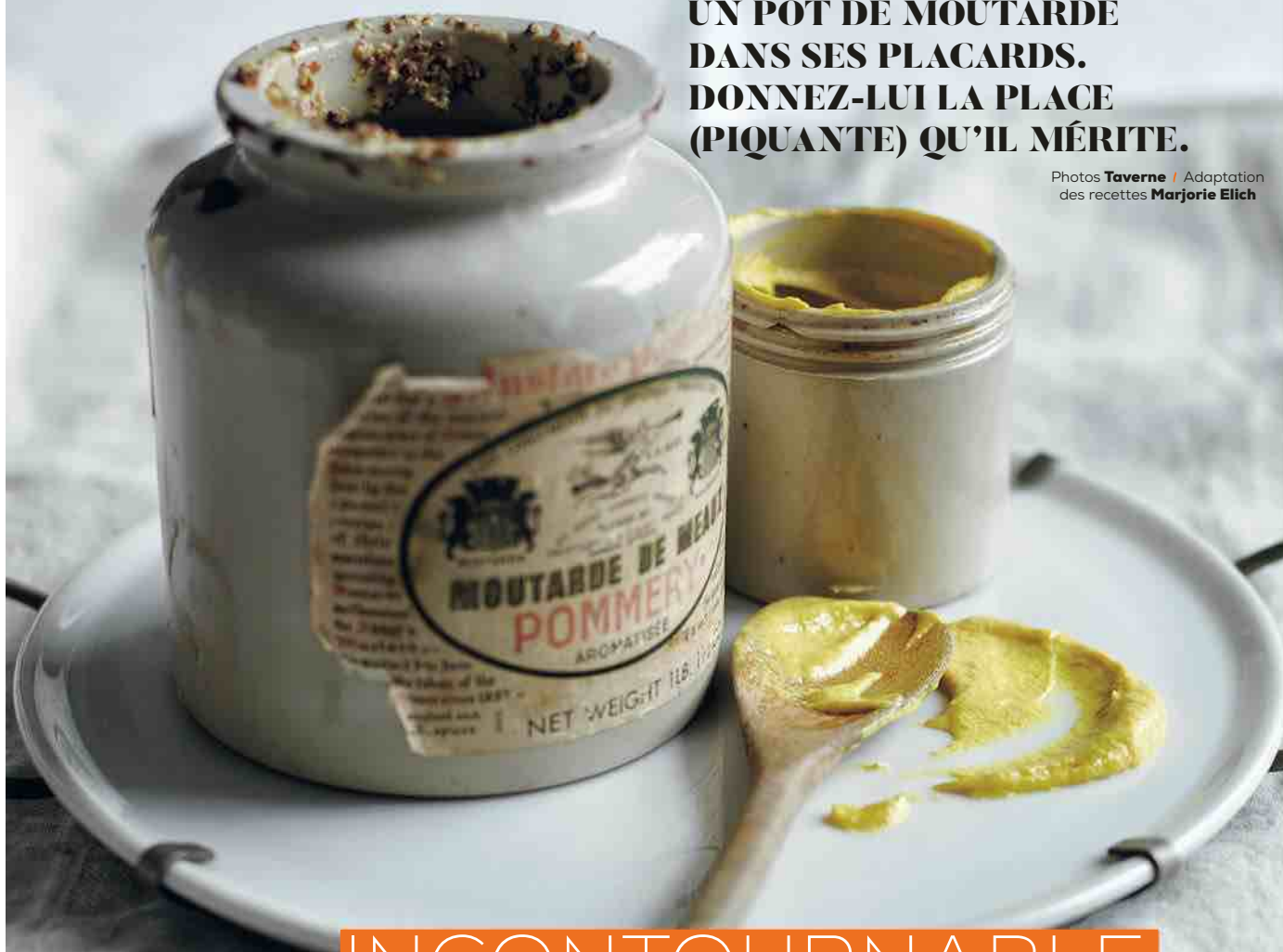


Pour consommer autrement

Unis Verts Paysans est un magasin de produits responsables, locaux et/ou bios. Cette coopérative citoyenne vise à soutenir les producteurs de la région tout en rendant accessibles des produits sains pour tous. Leur but ? Animer et éduquer à la consommation durable pour devenir maître de son alimentation. On applaudit des deux mains (vertes). **Chemin Rue 14 à Malmedy, du mercredi au samedi, unisverts-paysans.be.**

**TOUT LE MONDE A
UN POT DE MOUTARDE
DANS SES PLACARDS.
DONNEZ-LUI LA PLACE
(PIQUANTE) QU'IL MÉRITE.**

Photos **Taverne** / Adaptation
des recettes **Marjorie Elich**



INCONTOURNABLE MOUTARDE

SAVIEZ-VOUS QUE ?

La moutarde est fabriquée à partir de graines de moutarde, une plante aux fleurs jaune vif, répandue en France mais aussi en Wallonie.

Les graines de moutarde fraîchement cueillies ne sont pas aussi intenses que le produit final. C'est quand elles sont pilées dans le mortier que leur odeur et leur goût se libèrent.

Les graines de moutarde sont broyées dans un mortier puis humidifiées avec du vinaigre. Après quelques semaines, les graines sont mélangées avec du sel et broyées à nouveau.

La moutarde est faite avec différentes sortes de graines. Le mélange de graines jaunes, noires et brunes détermine le goût et le piquant de la moutarde.



ÉPATANT

Tomahawk au beurre moutarde noisette et frites de légumes

4 personnes / 30 min + 15 min au four + 25 min de repos

- 2 steaks Tomahawk de ± 800 g chacun (côte de bœuf à l'os)
- huile d'olive

Le beurre

- 35 g de noisettes grillées
- 5 filets d'anchois
- 1 poignée de cerfeuil
- 95 g de moutarde à l'ancienne + pour servir
- 150 g de beurre

Les frites de légumes

- 2 panais
- 1 patate douce
- sel, fleur de sel, poivre du moulin

1 Préchauffez le four à 200 °C. Pour le beurre, mixez les noisettes avec les anchois au robot. Ajoutez la moutarde et le beurre, salez et poivrez, mixez à nouveau. Formez un boudin avec le mélange et déposez-le sur du film alimentaire. Roulez-le, serrez les extrémités et laissez reposer, 20 min, au frigo.

2 Badigeonnez les steaks avec de l'huile d'olive, des deux côtés, salez et poivrez. Faites chauffer

une poêle allant au four et faites-y revenir la viande, 4 min, sur chaque face. Mettez la poêle au four, 8 min, retournez la viande et poursuivez la cuisson, 7 min, ou jusqu'à la cuisson désirée.

3 Sortez la viande du four et de la poêle, enveloppez-la dans du papier alu et laissez reposer, 5 min.

4 Préchauffez une friteuse à 160 °C. Nettoyez les panais et la patate douce, épluchez-les et coupez-les en longues frites. Faites-les cuire, 3 à 4 min, jusqu'à ce qu'elles soient dorées et croustillantes. Égouttez-les et parsemez-les de fleur de sel.

5 Coupez le beurre en tranches. Servez-les avec la viande, les frites de légumes et de la moutarde.

Le tomahawk est la tendance dans tous les restaurants BBQ du moment. C'est un morceau coupé de la côte avec un os plus long. Cet imposant morceau de viande doit son nom à l'os long saillant typique, faisant référence au tomahawk, la hache de guerre des tribus indiennes d'Amérique du Nord.

La moutarde
peut de s'
servir après
ouverture.
Conservez-la
au frigo.

CROUSTILLANT

Croquettes de veau au cheddar

Pour ± 32 pièces / 1 h 30

- 800 g d'épaule de veau coupée en dés
- huile d'olive
- 50 cl de bouillon de volaille
- 800 g de pommes de terre farineuses
- 4 œufs
- 2 c à c de moutarde forte + pour servir
- 120 g de cheddar râpé
- 3 c à s de persil plat ciselé
- 60 g de crème épaisse
- 75 g de farine
- 140 g de panko (chapelure)
- bain d'huile
- herbes fraîches au choix
- mayonnaise
- sel, poivre du moulin

1 Salez et poivrez la viande, faites-la revenir dans une sauteuse dans de l'huile

d'olive. Déglacez avec le bouillon et portez à ébullition. Diminuez le feu et laissez mijoter, 1 h, à couvert jusqu'à ce que la viande soit tout à fait tendre. Retirez la viande de la sauteuse, laissez-la tiédir et effilochez-la à fourchette.

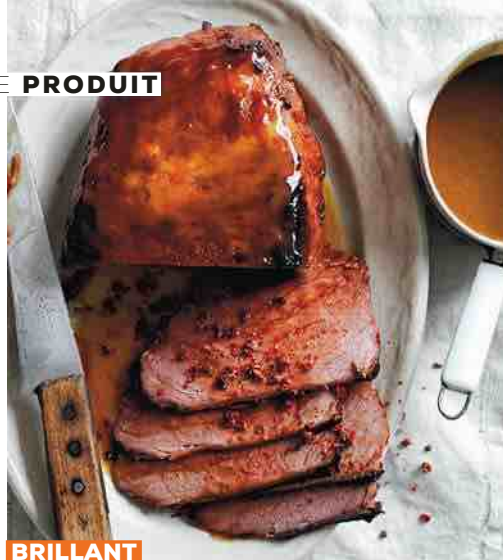
2 Épluchez les pommes de terre, coupez-les en cubes, faites-les cuire, 20 min, dans de l'eau bouillante salée. Égouttez-les et écrasez-les avec la viande, 1 œuf, la moutarde, le cheddar, le persil et la crème, salez et poivrez. Goûtez et ajoutez de la moutarde si nécessaire.

3 Roulez le mélange en petites boulettes. Battez les 3 œufs restants dans un bol, roulez les boulettes d'abord dans la farine, puis dans l'œuf et enfin dans la panko.

4 Faites chauffer l'huile, faites-y dorer les boulettes en plusieurs fois, 5 min. Égouttez-les sur du papier absorbant, décorez d'herbes au choix et servez avec de la mayonnaise et de la moutarde.

Pour éviter que vos croquettes craquent, doublez-les en les roulant 2 fois dans la farine, le jaune d'œuf et la panko.





BRILLANT

Filet de bœuf laqué

6 à 8 personnes / 35 min

+ 2 h 15 de cuisson + 8 min de repos

- 2 kg de filet de bœuf
- 3 feuilles de laurier
- 2 c à c de graines de moutarde
- 5 clous de girofle
- 6 cl de vinaigre de xérès
- 90 g de cassonade brune
- 1 oignon, non épluché, coupé en quartiers

Le laquage

- 190 g de moutarde de Dijon
- 45 g de cassonade brune
- 115 g de miel
- 2 c à s de vinaigre de xérès
- 2 gousses d'ail, pressées
- 1 c à s de poivre rose concassé

1 Placez la viande avec le laurier, les graines de moutarde, les clous de girofle, le vinaigre, la cassonade et l'oignon dans une cocotte. Ajoutez de l'eau jusqu'à ce que la viande soit complètement immergée. Portez à ébullition, couvrez et puis laissez mijoter, 2 h, à feu doux.

2 Préchauffez le four à 200 °C. Retirez la viande de la cocotte, égouttez-la sur une grille. Prélevez 25 cl du liquide de cuisson. Pour le laquage, mélangez la moutarde, la cassonade, le miel, le vinaigre, l'ail et le jus de cuisson dans un bol.

3 Déposez la viande sur une plaque de cuisson et recouvrez-la de laquage, faites cuire, 8 min, à four chaud. Laquez à nouveau et poursuivez la cuisson, 8 min, ou jusqu'à ce que la viande soit dorée et que le laquage commence à caraméliser. Enveloppez la viande dans du papier alu et laissez reposer, 8 min. Servez la viande en tranches avec la laque chaude et le poivre rose.

Vous pouvez faire cuire la viande 1 ou 2 jours à l'avance, puis la laisser refroidir complètement dans le liquide de cuisson et la conserver couverte au frigo, jusqu'à la cuisson.



FONDANT

Haricots borlotti à la moutarde

4 personnes / 20 min

+ 1 h de cuisson + 1 nuit de repos

- 200 g de haricots borlotti secs
- 200 g de lard, coupé grossièrement
- huile d'olive
- 1 oignon, émincé
- 2 gousses d'ail, émincées
- 2 c à s de concentré de tomates
- 2 c à c de paprika fumé
- 50 cl de bouillon de volaille
- 4 feuilles de laurier
- 140 g de moutarde à l'ancienne
- 6 cl de sirop d'érable
- 250 g de burrata
- petits pains
- poivre du moulin

1 Faites tremper les haricots dans de l'eau froide, 1 nuit. Rincez-les et égouttez-les. Faites dorer le lard dans une cocotte avec de l'huile d'olive, retirez-le et réservez. Dans la cocotte, faites revenir l'oignon, l'ail et du poivre du moulin, 5 min. Incorporez le concentré de tomates et le paprika, en mélangeant.

2 Déglacez avec le bouillon et 50 cl d'eau, ajoutez le laurier, la moutarde, le sirop d'érable et les haricots, mélangez. Portez à ébullition, puis baissez le feu et laissez mijoter, 30 min, à couvert. Retirez le couvercle et poursuivez la cuisson, 30 min, jusqu'à ce que les haricots soient tendres et que le liquide ait réduit.

3 Servez les haricots avec les lardons et la burrata, poivrez et servez avec du pain.

Tout comme les autres légumineuses, vous pouvez acheter des haricots borlotti précuits en conserve. En été, achetez-les frais dans une épicerie italienne, puis décortiquez-les comme des fèves.



RASSASIAN

Saucisses, purée aux poires et oignons caramélisés

4 personnes / 30 min

- 1 kg de pommes de terre farineuses
- 2 poires à cuire
- 25 cl de lait chaud
- 50 g de beurre en cubes
- 2 c à s de moutarde forte
- 8 saucisses
- huile d'olive
- 2 oignons, émincés
- 6 cl de vinaigre de vin blanc
- 90 g de cassonade brune
- 2 c à s de graines de moutarde
- 6 brins d'estragon
- fleur de sel, poivre du moulin

1 Épluchez les pommes de terre et les poires, coupez-les en morceaux. Dans de l'eau bouillante salée, faites cuire les pommes de terre, 10 min. Ajoutez les poires, poursuivez la cuisson, 10 min. Égouttez et écrasez avec le lait, le beurre et la moutarde, salez et poivrez, réservez au chaud.

2 Faites cuire les saucisses dans une poêle avec un peu d'huile d'olive. Retirez-les de la poêle et nettoyez-la. Faites chauffer un autre filet d'huile d'olive dans la poêle, ajoutez-y les oignons, 3 min. Déglacez avec le vinaigre, ajoutez la cassonade et les graines de moutarde. Effeuillez les brins d'estragon, ajoutez-les aux oignons, couvrez et laissez les oignons caraméliser, 10 min, à feu doux. Remettez les saucisses dans la poêle.

3 Servez la purée avec les saucisses et les oignons caramélisés.

Si vous n'êtes pas fan du mélange pommes de terre et fruits, remplacez les poires par des cubes de panais qui donneront également une touche sucrée à cette purée.



RÉCONFORTANT

Poulet rôti à la moutarde de Dijon

4 personnes / 15 min
+ 1h30 au four

- 1 gros poulet
- huile d'olive
- 50 cl de lait chaud
- 30 cl de bouillon de volaille chaud
- 2 c à s de moutarde en poudre
- 140 g de moutarde de Dijon
- 1 c à s de graines de fenouil
- zeste de 1 citron bio
- 6 brins d'origan
- 4 oignons moyens
- sel, poivre du moulin

1 Préchauffez le four à 200 °C. Salez et poivrez le poulet à l'intérieur et à l'extérieur. Faites chauffer de l'huile d'olive dans une cocotte et saisissez le poulet de tous les côtés.

2 Dans un bol, mélangez le lait avec le bouillon, la poudre de moutarde et la moutarde. Ajoutez les graines de fenouil, le zeste de citron et l'origan et versez le tout dans la cocotte, sur le poulet et enfournez, 1h.

3 Pelez et coupez les oignons en deux, ajoutez-les dans la cocotte, poursuivez la cuisson, 30 min, jusqu'à ce que le poulet soit complètement cuit. Poivrez et servez.

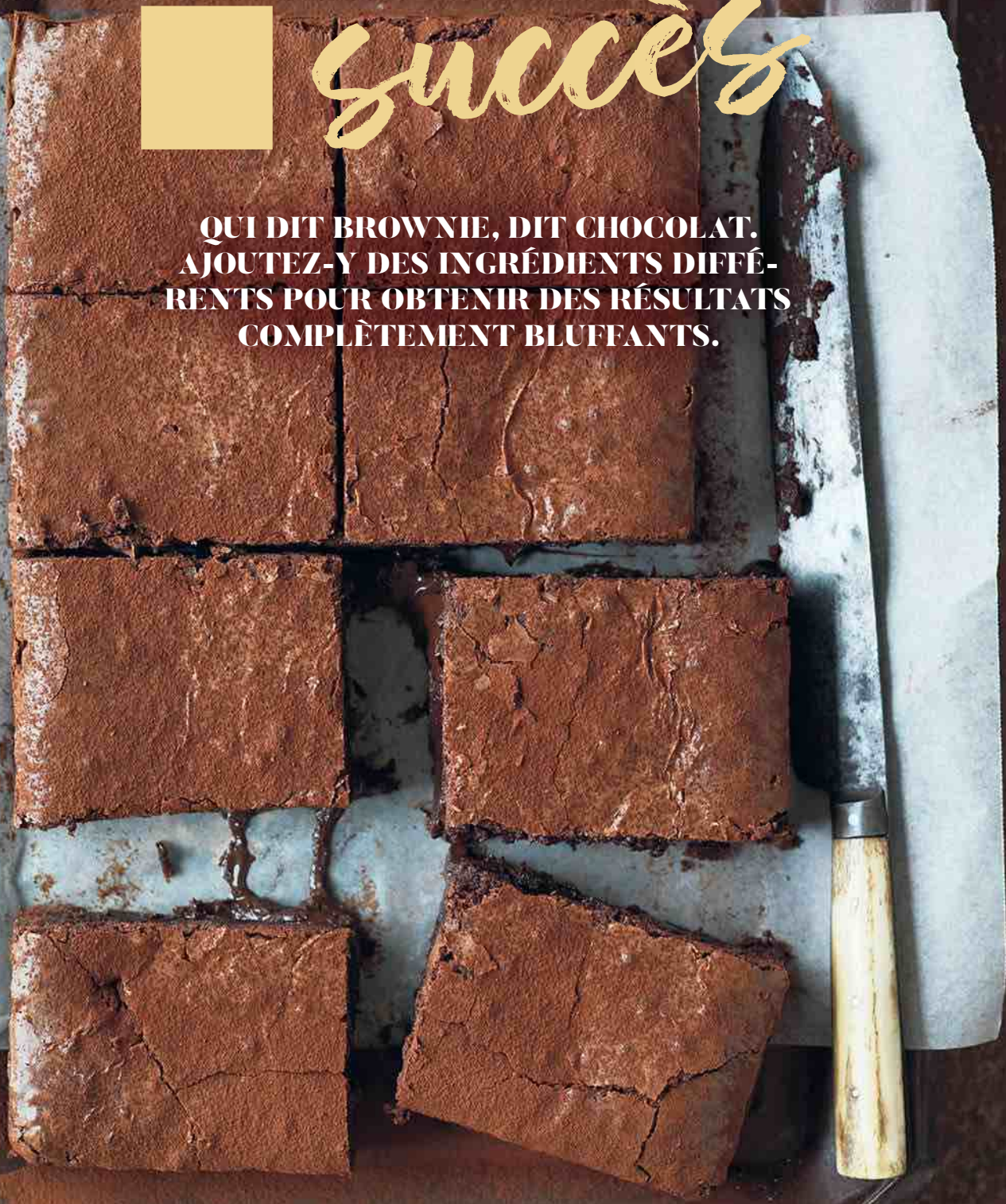
La moutarde en poudre s'utilise également comme assaisonnement quotidien ou dans une sauce de type mouseline ou hollandaise.

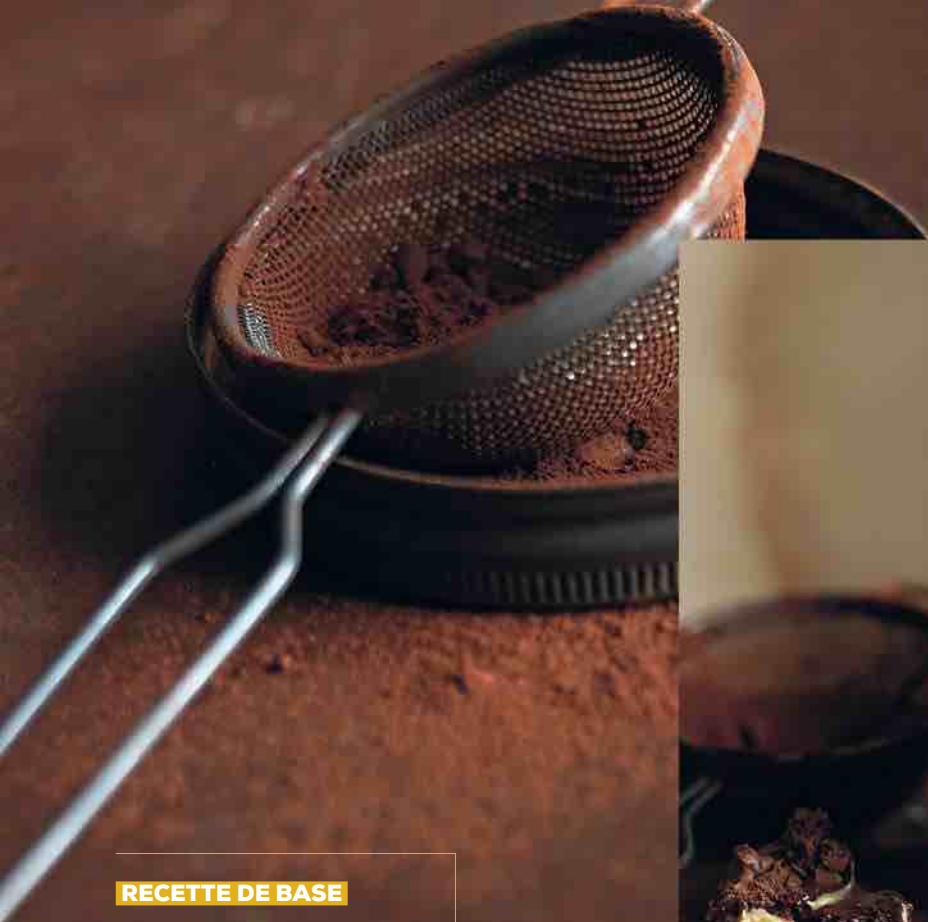
BROWNIES



succès

**QUI DIT BROWNIE, DIT CHOCOLAT.
AJOUTEZ-Y DES INGRÉDIENTS DIFFÉ-
RENTS POUR OBTENIR DES RÉSULTATS
COMPLÈTEMENT BLUFFANTS.**





RECETTE DE BASE

Brownies classiques

8 portions / 25 min

+ 35 min au four

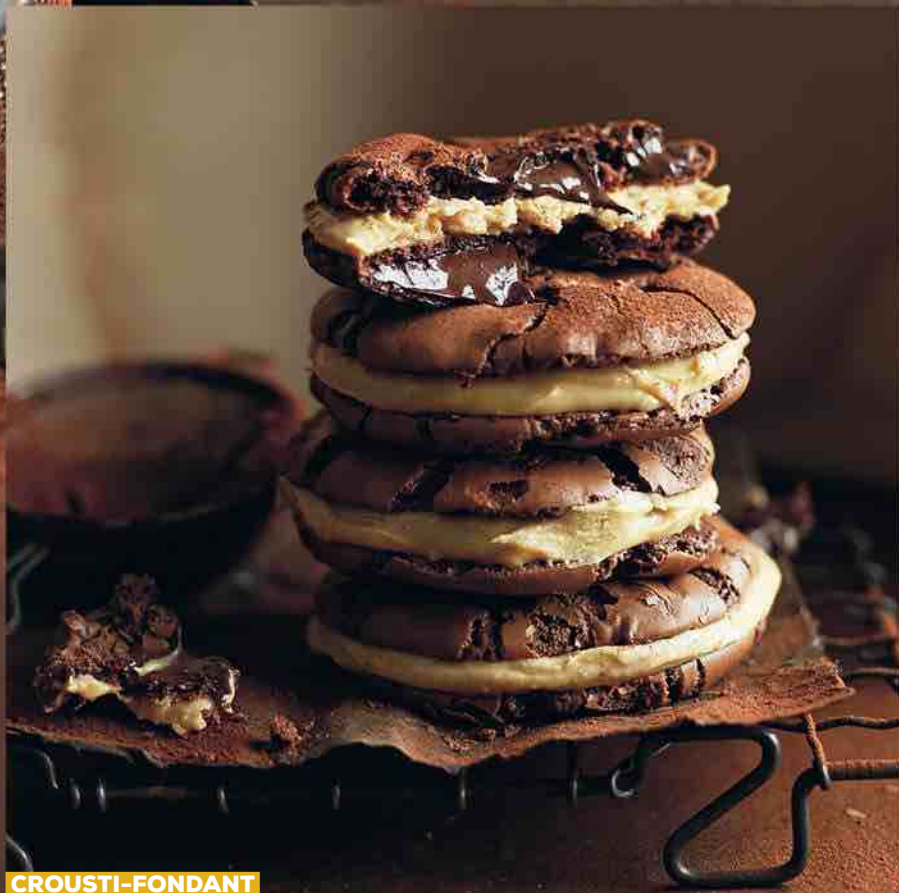
- 400 g de chocolat noir
- 280 g de beurre
- 350 g de cassonade brune
- 6 œufs
- 150 g de farine

1 Préchauffez le four à 180 °C. Hachez finement le chocolat. Faites-en fondre 200 g avec le beurre, à feu doux ou au micro-ondes, sans le faire brûler. Laissez tiédir.

2 Dans un saladier, mélangez la cassonade, les œufs et la farine. Incorporez le chocolat fondu, mélangez jusqu'à homogénéité, ajoutez le chocolat haché. Versez le mélange dans un moule beurré et fariné, faites cuire, 35 min, à four chaud.

3 Laissez refroidir dans le moule puis coupez en carrés avant de servir.

Les brownies se conservent jusqu'à 7 jours dans un récipient hermétique.



CROUSTI-FONDANT

Brownies moelleux au beurre de cacahuète

12 pièces / 30 min + 10 min de repos + 10 min au four

- 350 g de chocolat noir
- 40 g de beurre
- 2 œufs
- 150 g de sucre fin
- 1 c à c d'extrait de vanille
- 35 g de farine tamisée
- 1/4 c à c de levure chimique

Le glaçage

- 160 g de sucre impalpable
- 280 g de beurre de cacahuète
- 80 g de beurre
- 1 c à c d'extrait de vanille
- 8 cl de crème fraîche

1 Préchauffez le four à 180 °C. Hachez le chocolat, faites-en fondre 200 g avec le beurre, à feu doux ou au micro-ondes, sans faire brûler. Remuez jusqu'à ce que le chocolat et le beurre soient fondus. Laissez tiédir.

2 Au robot, battez les œufs avec le sucre et la vanille, 15 min, jusqu'à ce que le mélange soit crémeux. Incorporez la farine, la levure, le chocolat fondu et le reste du chocolat, mélangez en consistance homogène, laissez reposer, 10 min.

3 Recouvrez 2 plaques de papier cuisson, déposez-y des petits tas de pâte, faites cuire, 10 min, à four chaud, sortez-les du four et laissez-les refroidir.

4 Pour le glaçage, mélangez le sucre, le beurre de cacahuète, le beurre et l'extrait de vanille à l'aide d'un robot. Lorsque le mélange devient moussueux, ajoutez la crème et battez encore 2 min.

5 Étalez le glaçage sur la moitié des biscuits, refermez avec l'autre moitié.

Les brownies sont prêts lorsqu'ils sont gonflés et craquelés.

FRUITÉ

Minibrownies aux framboises

4 pièces / 25 min

+ 35 min au four

- 200 g de chocolat noir min 70 %
- 60 g de beurre
- 90 g de cassonade brune
- 6 cl de crème fraîche
- 3 œufs
- 35 g de farine
- 250 g de framboises

La ganache

- 300 g de chocolat noir
- 12,5 cl de crème fraîche

1 Préchauffez le four à 150 °C. Hachez le chocolat, faites-le fondre avec le beurre, le sucre et la crème, dans un poêlon, à feu doux. Remuez jusqu'à ce que le mélange soit fondu.

2 Au robot, mélangez les œufs et la farine jusqu'à homogénéité. Incorporez lentement le mélange de chocolat tout en remuant.

3 Répartissez le mélange dans 4 petits moules, déposez les framboises dans la pâte, faites cuire, 35 min, à four chaud (vérifiez la cuisson à l'aide d'un couteau).

4 Pour la ganache, hachez finement le chocolat, faites-le fondre dans une petite casserole avec la crème, à feu doux, remuez jusqu'à ce que tout soit fondu. Servez les tartellettes avec une cuillerée de ganache.

Également délicieux avec des cerises.

IRRÉSISTIBLE

Brownies au café et meringue

8 pièces / 25 min

+ 30 min au four

+ 1 min au gril

- 200 g de chocolat noir
- 250 g de beurre
- 150 g de sucre fin
- 175 g de cassonade brune
- 4 œufs
- 200 g de farine
- 2 c à s de cacao
- 1 c à s de liqueur de café + extra
- La meringue**
- 4 blancs d'œufs
- 220 g de sucre fin
- 1 c à s de fécule de maïs
- 2 c à c de vinaigre blanc

1 Préchauffez le four à 160 °C. Hachez le chocolat. Faites-le fondre avec le beurre, à feu doux ou au micro-ondes, sans le faire brûler. Laissez tiédir.

2 Dans un saladier, mélangez le sucre, la cassonade, les œufs, la farine, le cacao et la liqueur. Incorporez le chocolat fondu, mélangez jusqu'à homogénéité. Versez le mélange dans un moule à charnière, beurré et fariné, faites cuire, 30 min, à four chaud. Laissez refroidir et réglez le gril à son maximum.

3 Pour la meringue, montez les blancs d'œufs en neige, au robot. Incorporez le sucre, petit à petit, et battez jusqu'à consistance épaisse et brillante. Ajoutez la fécule, le vinaigre et 1 c à c de liqueur de café, mélangez.

4 Versez la meringue sur le brownie et passez sous le gril, 1 min, jusqu'à ce que la meringue soit dorée. Coupez en tranches et versez un peu de liqueur de café supplémentaire, servez immédiatement.



CROQUANT

Brownies au caramel

12 pièces / 35 min

+ 35 min au four

+ 3 h 30 de repos

- 100 g de chocolat noir
- 125 g de beurre
- 175 g de cassonade brune
- 2 œufs
- 100 g de farine tamisée
- 1 c à s de cacao

Le caramel

- 440 g de sucre fin
- 12,5 cl d'eau
- 12,5 cl de crème fraîche
- 50 g de beurre
- 70 g de grains de riz soufflé

La ganache

- 300 g de chocolat noir
- 12,5 cl de crème fraîche



1 Préchauffez le four à 180 °C. Hachez finement le chocolat, faites-le fondre, à feu doux ou au micro-ondes, avec le beurre, sans faire brûler. Laissez tiédir.

2 Dans un saladier, mélangez la cassonade, les œufs, la farine et le cacao. Incorporez le chocolat fondu, mélangez. Versez dans un moule beurré et fariné, faites cuire, 35 min, à four chaud. Laissez refroidir.

3 Pour le caramel, mélangez le sucre et l'eau dans une petite casserole, faites chauffer à feu doux et remuez jusqu'à ce que le sucre soit dissous, augmentez légèrement le feu et portez à ébullition. Avec un thermomètre de cuisine, faites cuire sans

remuer, 8 à 10 min, jusqu'à ce que le thermomètre atteigne 160 °C. Ajoutez la crème et le beurre, mélangez puis incorporez le riz soufflé.

4 Versez le caramel sur le brownie, lissez avec le dos d'une cuillère, laissez reposer, 30 min, à température ambiante, jusqu'à ce que le caramel soit presque pris.

5 Pour la ganache, hachez finement le chocolat, mettez-le dans une casserole avec la crème et faites chauffer, à feu doux. Remuez jusqu'à ce que le chocolat soit fondu, versez sur le caramel et laissez reposer, 3 h, à température ambiante. Coupez en tranches et servez.

Ce brownie est meilleur après 2 jours mais conservez-le hors frigo.

AVEC CE MENU DE
LA SEMAINE, ON VOUS
PROMET DES PLATS
DÉLICIEUX RÉALISÉS
EN UN TOURNEMAIN.

À TAAAA



4 PERS. 35 MIN + 30 MIN AU FOUR

Moussaka au chou et aux patates douces

- 400 g de viande hachée
- 1 pincée de cannelle
- 1 pincée de cumin
- 6 feuilles de chou frisé
- 4 patates douces
- 200 g de cottage cheese
- 100 g de mozzarella râpée
- 1 poignée de persil plat ciselé

La sauce

- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- huile d'olive
- 2 c à s de concentré de tomates
- 100 g de tomates séchées
- 1 pincée d'origan séché
- 1 pincée de paprika fumé
- 800 g de tomates en dés au basilic
- sel, poivre

1 Préchauffez le four à 180 °C. Pour la sauce, épluchez et émincez l'oignon et l'ail, faites-les revenir, 3 min, dans de l'huile d'olive. Ajoutez le concentré de tomates, les tomates séchées, l'origan et le paprika, mélangez puis ajoutez les tomates en dés, laissez mijoter, 20 min, à feu doux, salez et poivrez.

2 Faites revenir la viande dans une poêle à sec, avec la cannelle et le cumin. Retirez les grosses nervures du chou et faites-les blanchir, 5 min, à l'eau bouillante salée, égouttez. Pelez les patates douces, coupez-les en tranches fines avec une mandoline.

3 Versez une couche de sauce dans le fond d'un plat de cuisson, recouvrez d'une couche de viande hachée, puis de chou, ajoutez une couche de patates douces. Répétez l'opération avec tous les ingrédients, terminez par des tranches de patates douces.

4 Dans un bol, mélangez le cottage cheese avec la mozzarella, salez puis versez sur les tranches de patates douces. Lissez bien et faites cuire, 30 min, à four chaud. Garnissez de persil avant de servir. Délicieux avec une salade verte.



4 PERS. 30 MIN

Salade de scampis à la diable

- 300 g de riz basmati
- 1 cube de bouillon de légumes
- 6 grandes feuilles de chou frisé
- 500 g de champignons mélangés
- 1 gousse d'ail
- 1 échalote
- huile d'olive
- 500 g de scampis nettoyés, avec la queue
- paprika
- graines de sésame

La sauce

- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 1 piment rouge
- 2 c à s de concentré de tomates
- 20 cl de vin blanc
- 20 cl de bouillon de légumes
- 20 cl de crème fraîche
- 1/2 botte de coriandre
- sel, poivre

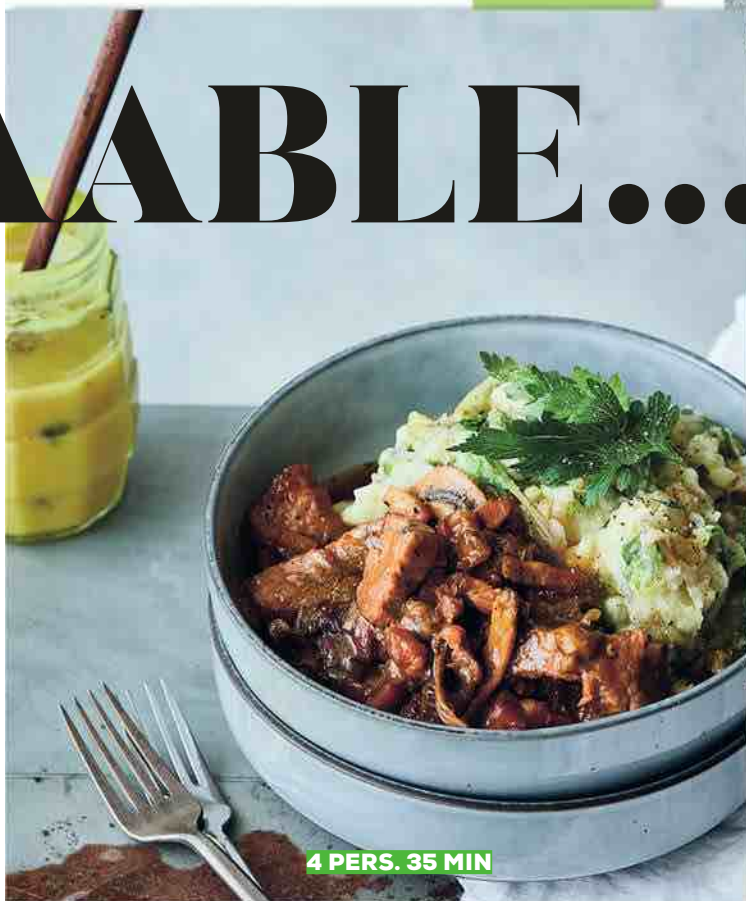
1 Faites cuire le riz selon les instructions de l'emballage dans de l'eau avec le cube de bouillon, égouttez et égrenez à l'aide d'une fourchette.

2 Rincez le chou, émincez-le. Faites-le blanchir, 5 min, dans de l'eau bouillante salée, égouttez. Nettoyez les champignons. Épluchez et pressez l'ail. Épluchez et émincez l'échalote. Faites revenir l'ail, l'échalote et les champignons à la poêle, dans de l'huile d'olive, ajoutez le chou et le riz, faites sauter, 3 à 4 min.

3 Dans une autre poêle, faites revenir les scampis dans de l'huile, 2 min de chaque côté, assaisonnez de paprika, réservez au chaud.

4 Pour la sauce, épluchez et émincez l'oignon et l'ail. Coupez le piment en deux, épépinez-le, émincez-le. Dans la poêle des scampis, faites revenir l'oignon, l'ail et le piment. Ajoutez le concentré de tomates, faites cuire, 3 min. Déglacez avec le vin et le bouillon, portez à ébullition. Ajoutez la crème, laissez réduire, ajoutez la coriandre, sel, poivre. Remettez les scampis et réchauffez. Servez avec le riz aux légumes, décorez de coriandre, parsemez de sésame.

AABLE...



4 PERS. 35 MIN

Cocotte de veau aux champignons

- 1 kg de pommes de terre fermes
- 1/2 scarole
- huile d'olive
- lait
- beurre
- noix muscade
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 500 g de champignons des bois
- 100 g de lardons
- 500 g de viande de veau en lanières
- thym séché
- farine
- 40 cl de fond de veau
- 2 c à s de sirop de Liège
- 2 brins de persil plat
- sel, poivre

Utilisez le reste de la scarole dans une salade d'hiver avec des cubes de fromage vieux, des rondelles d'oignons rouges, des cubes de pommes et des lardons.

1 Épluchez les pommes de terre, coupez-les en morceaux, faites-les cuire, 20 min, dans de l'eau bouillante salée. Rincez la scarole, coupez-la en lamelles, faites-les revenir à la poêle, dans de l'huile d'olive, salez et poivrez. Égouttez les pommes de terre, écrasez-les en purée avec un filet de lait et une noix de beurre, assaisonnez de muscade, salez et poivrez, incorporez-y la scarole.

2 Épluchez et émincez l'oignon et l'ail. Nettoyez les champignons. Dans une poêle avec du beurre, faites revenir l'oignon, l'ail, les champignons et les lardons jusqu'à ce qu'ils soient croustillants.

3 Dans une cocotte, faites fondre une bonne noix de beurre, saisissez-y la viande, assaisonnez de thym, salez et poivrez. Saupoudrez une cuillerée de farine, déglacez avec le fond de veau, ajoutez le sirop de Liège, laissez mijoter, 15 min, à feu doux, ajoutez les lardons et les champignons pour les réchauffer.

4 Servez la purée à la scarole avec la viande, décorez de persil. Délicieux avec des cornichons.



4 PERS. 20 MIN + 35 MIN AU FOUR

Falafels, salade de chou-rave

- 1 bocal de poivrons grillés
- 1 gousse d'ail
- 1 oignon
- huile d'olive
- 4 œufs
- 20 cl de crème fraîche
- paprika
- sauce Worcestershire (sauce anglaise)
- 1 petite baguette de pain rassis ou 1 ciabatta
- 16 falafels prêts à manger, surgelés
- 125 g de miniboules de mozzarella

La salade

- 1 chou-rave
- 2 pommes
- 1 jaune d'œuf
- vinaigre de vin blanc
- 1 c à s de moutarde douce
- 2 c à s de miel
- 20 cl d'huile de colza
- 50 g de roquette
- sel, poivre

1 Préchauffez le four à 185 °C. Égouttez les poivrons, coupez-les en lanières. Épluchez et émincez l'ail et l'oignon. Faites revenir le tout à la poêle dans de l'huile d'olive, éteignez le feu.

2 Dans un bol, battez les œufs avec la crème, assaisonnez de paprika et de sauce Worcestershire, salez et poivrez. Déchirez le pain en morceaux de la taille d'une bouchée.

3 Répartissez les poivrons, les falafels et le pain dans un plat de cuisson, versez les œufs, ajoutez les boules de mozzarella et faites cuire, 30 à 35 min, à four chaud.

4 Pour la salade, épluchez le chou-rave et rincez les pommes. À l'aide d'une mandoline, coupez le tout en tranches très fines, puis en allumettes. Dans un bol, battez le jaune d'œuf avec un trait de vinaigre, la moutarde et le miel. À l'aide d'un robot, incorporez l'huile de colza, petit à petit, pour obtenir une vinaigrette crémeuse et lisse, salez et poivrez.

5 Sortez le plat du four, ajoutez la roquette à la salade de chou-rave et pommes, versez-y la vinaigrette.



4 PERS. 35 MIN

Saumon sauce moutarde

- 800 g de pommes de terre grenailles
- 4 chicons
- beurre
- huile d'olive
- sucre
- jus et zeste de 1 orange bio
- 4 filets de saumon, avec la peau
- 1/2 bouquet d'aneth ciselé
- + pour la garniture

La sauce

- 1 échalote
- 10 cl de vin blanc
- 20 cl de bouillon de légumes
- 2 c à s de moutarde à l'ancienne
- 2 c à s d'estragon ciselé
- 20 cl de crème fraîche
- sel, poivre

Pour twister votre sauce, ajoutez-y quelques fils de safran.

1 Nettoyez les pommes de terre, coupez-les en 2, faites-les cuire, 20 min, à l'eau bouillante salée. Coupez les chicons en 2, salez et poivrez. Faites chauffer une poêle avec une bonne noix de beurre et un peu d'huile d'olive, déposez-y les chicons, côté coupé vers le bas. Saupoudrez de sucre, déglacez avec le jus et le zeste d'orange et laissez caraméliser, à feu doux.

2 Pour la sauce, épluchez et émincez l'échalote. Faites-la revenir dans un poêlon avec une noix de beurre, déglacez avec le vin, portez à ébullition, puis ajoutez le bouillon. Laissez réduire la sauce de 1/3 puis filtrez. Ajoutez la moutarde, l'estragon et la crème, sel et poivre, laissez épaissir à votre goût.

3 Faites dorer le saumon dans une poêle avec du beurre et de l'huile d'olive, d'abord côté peau, puis de l'autre côté, jusqu'à ce qu'il soit croustillant, salez et poivrez. Le saumon doit être encore un peu rosé à l'intérieur.

4 Égouttez les pommes de terre. Mélangez-les à l'aneth. Servez le saumon avec les chicons et les pommes de terre, arrosez de sauce tiède et garnissez d'aneth.



4 PERS. 20 MIN + 15 MIN AU FOUR

Mac & cheese au crabe et aux petits pois

- 150 g de petits pois surgelés
- 2 blancs de poireaux
- huile d'olive
- thym séché
- 2 panais
- noix muscade
- 400 g de macaronis
- 200 g de chair de crabe, en boîte
- 2 c à s de panko (chapelure)
- 300 g de pattes de crabe précuites
- 2 brins d'aneth
- La sauce au fromage**
- 2 c à s de beurre
- 2 c à s de farine
- 50 cl de lait
- 150 g de fromage râpé
- jus de citron
- sel, poivre

1 Préchauffez le four à 180 °C. Laissez décongeler les petits pois. Coupez les poireaux en 2, coupez-les en rondelles. Dans une poêle avec de l'huile d'olive, faites-les mijoter, 5 min, assaisonnez de thym, sel et poivre, retirez-les de la poêle. Nettoyez les panais, coupez-les en cubes, faites-les revenir dans la même poêle avec un peu d'huile d'olive, assaisonnez de muscade, salez et poivrez.

2 Dans de l'eau bouillante salée, faites cuire les pâtes selon les instructions du paquet, ajoutez les petits pois au dernier moment. Égouttez la chair de crabe, effilochez-la. Dans un bol, mélangez le panko avec une pincée de thym.

3 Pour la sauce, faites fondre le beurre dans un poêlon, ajoutez la farine, mélangez pour obtenir un roux puis déglacez avec le lait. Laissez épaissir, à feu doux, ajoutez le fromage, assaisonnez de muscade et de jus de citron, sel et poivre, mélangez en sauce lisse.

4 Égouttez les pâtes et les petits pois, ajoutez la chair de crabe égouttée, les panais, les poireaux et la sauce au fromage. Versez dans un plat de cuisson, saupoudrez de panko, faites cuire, 15 min, à four chaud. Ajoutez les pattes de crabe avant de servir, décorez d'aneth.



4 PERS. 30 MIN + 20 MIN AU FOUR

Filet de porc Orloff aux poires

- 1 petit chou rouge
- 1 échalote
- 3 poires à cuire
- beurre
- vinaigre balsamique
- 2 brins de romarin, + pour la garniture
- 1 bâton de cannelle
- 1 pincée de sucre
- 1 filet ou rôti de porc d'environ 600 g
- huile d'olive
- 8 tranches de comté
- 50 g de noisettes
- sel, poivre

Pour faire tenir la viande, insérez-y 2 longues brochettes en bois.

1 Préchauffez le four à 180 °C. Émincez le chou en fines lanières. Épluchez et émincez l'échalote. Épluchez 2 poires, coupez-les en cubes.

2 Dans une cocotte, faites revenir l'échalote et le chou avec un peu de beurre. Déglacez avec un bon filet de vinaigre balsamique, ajoutez les cubes de poires, le romarin, la cannelle et le sucre, mélangez. Ajoutez 15 cl d'eau et laissez mijoter, 20 à 25 min, à feu doux.

3 Badigeonnez la viande d'huile d'olive, salez et poivrez. Rincez la poire restante, coupez-la en tranches. Faites des incisions dans la viande jusqu'à la moitié, remplissez-les avec une tranche de poire et une tranche de fromage, en alternance. Déposez la viande dans un plat de cuisson huilé et faites cuire, 20 min, à four chaud.

4 Faites griller les noisettes dans une poêle à sec, égouttez-les sur du papier absorbant, hachez-les grossièrement. Servez la viande avec le chou chaud, décorez de romarin et de noisettes.



4 PERS. 10 MIN + 30 MIN AU FOUR

Galette aux cerises

- 340 g de cerises dénoyautées en bocal
- 2 c à s de beurre mou + pour la poêle
- 4 œufs
- 1 sachet de sucre vanillé
- 30 cl de lait
- 150 g de farine
- sucre impalpable
- sel

Essayez les décorations suivantes, au choix :

- Amandes effilées grillées.
- Crumble maison aux noix de pécan, farine d'amandes et miel.
- Une cuillère de crème au citron maison ou non.

1 Préchauffez le four à 200 °C. Égouttez les cerises dans une passoire.

2 Faites fondre le beurre. À l'aide d'un robot, mélangez les œufs avec le sucre vanillé, le beurre, le lait et la farine pour obtenir consistance lisse. Ajoutez une pincée de sel.

3 Dans une poêle en fonte beurrée, versez la pâte. Ajoutez les cerises et faites cuire, 25 à 30 min, à four chaud. Parsemez de sucre impalpable avant de servir.

Recettes et stylisme **Natalie Peeters** / Photos **Lot Van Riel** / Adaptation des recettes **Marjorie Elich** / Merci à **Casa, Cosy & Trendy, debijenkorf.be, Pomax** et **Serax**

Gagnez un temps fou grâce à femmesdaujourdhui.be/delices

7 jours, 7 recettes

Tous les vendredis, votre menu de la semaine!

Les foodies de Délices ont tout prévu pour vous : des recettes rapides, simples et équilibrées, à base de produits de saison... Et même en version veggie! *#delicesbelgique*



Lundi 🕒 ⚖️ € 🍳

Potage au butternut, crumble de quinoa



Mardi 🕒 🕒 ⚖️ € 🍳

Pâtes aux choux de Bruxelles rôtis, beurre noisette



Mercredi 🕒 🕒 ⚖️ € 🍳

Plies, purée de céleri-rave, beurre d'anchois



Jeudi 🕒 ⚖️ € 🍳

Lasagnes aux poireaux et à la ricotta



Vendredi 🕒 ⚖️ € 🍳

Camembert rôti au miel, feuilletés au thym



Samedi 🕒 🕒 ⚖️ € 🍳 🍳

Roulade de dinde farcie au pain d'épices



Dimanche 🕒 🕒 ⚖️ € 🍳

Crèmes brûlées à l'orange et au romarin

Surfez sur
femmesdaujourdhui.be/delices
pour découvrir votre menu de la semaine!

Grog au whisky et aux fruits rouges

Mixez 12 cerises en bocal avec 20 cl de leur sirop et 10 cl de jus de cranberries. Ajoutez 8 cl de whisky, 8 cl de porto rouge et 6 cl de sirop de grenadine. Répartissez dans 4 grands verres épais, puis versez, dans chacun d'eux, 10 cl d'eau bouillante et mélangez. Décorez de petites feuilles de menthe et servez ce cocktail tant qu'il est chaud.

Punch au cidre et aux agrumes

Pelez et émincez 2 oranges et 1 citron à vif. Faites chauffer 75 cl de cidre doux avec 40 g de cassonade brune, 6 clous de girofle, 1 bâton de cannelle et 1 pincée de noix muscade. Laissez frémir, 5 min, puis ajoutez les oranges et le citron et portez à ébullition, en pressant les agrumes à la spatule. Filtrez, versez dans des verres épais et servez.

Recettes Catherine Burnet

VIN CHAUD AUX POMMES

Lavez 2 pommes, coupez-les en rondelles, disposez-les sur une plaque, en 1 couche, saupoudrez de 25 g de sucre et passez-les, 5 min, sous le gril du four. Faites chauffer 1 l de vin rouge, 1 clou de girofle, le zeste râpé de 1 citron bio et 75 g de sucre, ajoutez les pommes, ôtez du feu et laissez infuser, 1 h. Filtrez, réchauffez doucement et servez.

10 recettes

de BOISSONS qui réchauffent

Thé façon ti-punch à l'ananas et au rhum

Pelez 1/2 ananas frais, coupez-le en petits dés, mélangez-les avec 8 c à s de rhum ambré, couvrez et réservez, 2 ou 3 h, à température ambiante. Préparez 75 cl de thé noir très chaud, ajoutez-y 4 c à s de sirop de sucre de canne et répartissez-le dans des verres épais. Ajoutez les dés d'ananas, décorez les verres de rondelles de citron vert et servez.

Sabayon à la gueuze

Fouettez 3 jaunes d'œufs et 3 c à s de sucre de canne dans un poêlon, jusqu'à ce qu'ils deviennent bien mousseux et prennent du volume. Incorporez-y 6 c à s de gueuze, placez le poêlon au bain-marie et faites cuire le sabayon, sans cesser de fouetter, pour qu'il continue à mousser, à gonfler et à s'épaissir. Répartissez dans des verres et servez.

LE CAFÉ-CHOCOLAT DU SKIEUR

Faites fondre 80 g de chocolat noir au bain-marie. Quand il est devenu pâteux, incorporez-y 80 cl de café noir et, en mélangeant, faites chauffer le tout, sans laisser bouillir. Versez 1 c à s de lait concentré sucré au fond de 4 tasses, recouvrez de café-chocolat brûlant, fouettez et servez. Pour l'emporter en montagne, transportez le lait à part.

Thé sucré riche en épices

Faites bouillir 15 cl de sirop de sucre de canne, les graines de 2 gousses de cardamome et de 1 étoile de badiane, 10 graines de fenouil et 1 bâton de cannelle. Laissez frémir, 2 min, ôtez du feu, laissez infuser, 2 h, et filtrez. Répartissez 75 cl de thé noir chaud dans 4 grands verres épais, ajoutez le sirop aux épices et du gingembre frais râpé.

Irish coffee

Mélangez, dans un verre chaud, 4 cl de whisky irlandais et 2 c à s de sucre. Ajoutez 20 cl de café brûlant et mélangez pour faire fondre le sucre. Fouettez un peu 2 c à s de crème fraîche et déposez-la sur la surface du café, en la faisant glisser sur le dos d'une cuillère posée sur le verre, dos vers le haut. Répétez l'opération 3 fois et servez.

Boisson chaude à la bière blonde

Faites chauffer 1 l de bière blonde dans une grande casserole. Ajoutez-y 3 c à s de miel ou de sirop d'agave, 1 bâton de cannelle, 1 pincée de noix muscade, 3 clous de girofle et 4 graines de coriandre pilées. Faites dissoudre le miel à feu doux et faites à peine frémir, 5 min. ôtez du feu, laissez infuser, 1 h, filtrez et réchauffez tout doucement.

CRÉMEUX VIENNOIS CHAUD

Faites fondre 150 g de chocolat noir râpé ou cassé en petits morceaux dans un poêlon, avec 10 cl d'eau, et laissez à peine frémir, 5 min. D'autre part, faites chauffer 40 cl de lait et 10 cl de crème fraîche, puis versez ce mélange sur le chocolat chaud, tout en fouettant. Répartissez dans 4 mugs, décorez de chantilly vanillée et servez bien chaud.



**Roularta
Media Group**

Siège social: Meiboomlaan 33, 8800 Roulars
TVA: BE 0434 278 896

Ce supplément est vendu avec le Femmes d'Aujourd'hui n° 6 du 10/2/2022. Jusqu'au 9/3/2022, il sera disponible au prix de 3,60 € avec Femmes d'Aujourd'hui.

Abonnements

Vous êtes abonnée et vous n'avez pas reçu votre Femmes d'Aujourd'hui? **Appelez le 0800 20 291 ou surfez sur abonnement.be.**

Rédactrice en chef Anne Daix

Art Director Sandrina Doucet

Conception et coordination Nathalie Bruart

Conception graphique

Chantal Everard, Pakal

Mise en pages Chantal Everard

Rédaction Nathalie Bruart, Catherine Burnet, Laurence Dardenne (correction), Aurélia Dejond, Marjorie Elich, Patrick Fiévez, Marie Honnay, Michèle Rager

Stylisme et photos Karl Bruninx, Debby De Mangelaere, Getty Images, Wout Hendrickx, Isopix, Frédéric Raevens, Shutterstock, Tom Swalens

Product Manager Véronique Leman

Directrice marketing Nele Baeyens

Éditrice Karen Hellemans

Régie publicitaire nationale

Roularta Media, rue de la Fusée 50,
1130 Bruxelles, tél.: 02 702 4511,
roulartamedia.be.

Directeur général Philippe Belpaire,
philippe.belpaire@roularta.be

Account Director Lifestyle Mireille De Braekeleer,
mireille.de.braekeleer@roularta.be

Publicité rubriques Sandra Seghers,
sandra.seghers@roularta.be

Roularta Media Group

Président Rik De Nolf

Administrateur délégué Xavier Bouckaert

Directeur magazines Niels Famaey

Éditeur responsable Sophie Van Iseghem

p/a Meiboomlaan 33, 8800 Roulars

Imprimerie Roularta Printing

Ce magazine est protégé par le droit d'auteur. Vous souhaitez scanner des articles, les stocker électroniquement, les imprimer, les copier ou les utiliser commercialement? Contactez ann.van.de.walle@roularta.be.
Plus d'infos sur vos droits presscopyrights.be.



Femmes d'Aujourd'hui adhère au jury d'éthique publicitaire et se conforme à ses recommandations pour éliminer de ses pages toute publicité trompeuse.



Cependant, si vous avez une réclamation à formuler, il vous est demandé d'écrire au jury d'éthique publicitaire, avenue Louise 120 boîte 5, 1050 Bruxelles.

Clause vie privée

Roularta Media Group, ayant son siège social à 8800 Roeselare, Meiboomlaan 33 (ci-après: «Roularta»), traite les données personnelles que vous avez fournies en tant que responsable du traitement de ces données. Vos données personnelles seront utilisées dans le cadre de l'exécution du contrat et à des fins de marketing direct. Les données personnelles seront conservées par nous pendant une période maximale de 5 ans après votre dernière interaction avec Roularta. Veuillez noter que vos données personnelles sont toujours traitées conformément à notre politique de confidentialité, que vous pouvez consulter sur notre site: roularta.be/fr/privacy. Si vous avez d'autres questions ou commentaires concernant le traitement de vos données personnelles, vous pouvez toujours nous contacter via l'adresse ci-dessus ou via roularta.be/fr/privacy-policy/contact.



Vous avez toujours rêvé d'être indépendant? Ouvrez votre librairie et faites de votre rêve une réalité. Plus d'infos sur lelibraire.be.

Index des recettes

Boisson chaude à la bière blonde.....	p. 49	Potée de chou et pois chiches, couscous au citron.....	p. 27
Brownies au café et meringue.....	p. 42	Poulet rôti à la moutarde de Dijon.....	p. 39
Brownies au caramel.....	p. 43	Punch au cidre et aux agrumes.....	p. 49
Brownies classiques.....	p. 41	Quiche au céleri-rave, aux champignons et au fromage vieux.....	p. 19
Brownies moelleux au beurre de cacahuète.....	p. 41	Quiche au fenouil et à la poire.....	p. 15
Calzone aux chicons caramélisés.....	p. 29	Quiche au saumon et au curry.....	p. 16
Chou rouge rôti à la feta, aux oignons caramélisés et raisins secs.....	p. 31	Quiche aux carottes, épinards et pesto.....	p. 16
Clafoutis de salsifis au chèvre.....	p. 32	Quiche panais, pancetta et taleggio.....	p. 15
Cocotte aux lentilles rouges.....	p. 26	Raviolis à la mozzarella et au jambon cru.....	p. 7
Cocotte de veau aux champignons.....	p. 45	Raviolis au fromage de brebis, aux champignons et au beurre de sauge.....	p. 10
Conchiglies aux épinards, mascarpone et sauce tomate.....	p. 10	Recette de base pour les pâtes fraîches.....	p. 6
Crèmeux viennois chaud.....	p. 49	Sabayon à la gueuze.....	p. 49
Croquettes de veau au cheddar.....	p. 37	Salade d'hiver.....	p. 16
Falafels, navets et patate douce.....	p. 31	Salade de pourpier et radis.....	p. 18
Falafels, salade de chou-rave.....	p. 45	Salade de scampis à la diable.....	p. 44
Filet de bœuf laqué.....	p. 38	Saucisses, purée aux poires et oignons caramélisés.....	p. 38
Filet de porc Orloff aux poires.....	p. 47	Saumon sauce moutarde.....	p. 46
Galette aux cerises.....	p. 47	Tacos de maïs au ragu de champignons.....	p. 29
Gnocchis au chou frisé.....	p. 32	Tagliatelles aux boulettes à la sauce tomate.....	p. 7
Grog au whisky et aux fruits rouges.....	p. 49	Tajine au poulet, aux pois chiches et aux poivrons.....	p. 27
Haricots borlotti à la moutarde.....	p. 38	Thé façon ti-punch à l'ananas et au rhum.....	p. 49
Irish coffee.....	p. 49	Thé sucré riche en épices.....	p. 49
Kedgerie au céleri-rave.....	p. 30	Tomahawk au beurre moutarde noisette et frites de légumes.....	p. 37
Lasagnes au butternut rôti et au fenouil.....	p. 9	Vin chaud aux pommes.....	p. 49
Le café-chocolat du skieur.....	p. 49	Wok de choux de Bruxelles au tofu.....	p. 28
Les baisers de Malmedy.....	p. 34		
Linguines alla puttanesca au thon.....	p. 8		
Mac & cheese au crabe et aux petits pois.....	p. 46		
Minibrownies aux framboises.....	p. 42		
Miniquiches à la viande hachée.....	p. 18		
Miniquiches aux betteraves et au chèvre.....	p. 16		
Miniquiches provençales.....	p. 16		
Moussaka au chou et aux patates douces.....	p. 44		
Pâtes à la pancetta, aux petits pois et aux champignons.....	p. 8		
Pâtes au four, sauce romesco.....	p. 33		
Porc laqué comme à Pékin.....	p. 5		
Portobellos farcis au hachis de légumes, purée de potiron.....	p. 32		



LE MOIS PROCHAIN

EN CUISINE AVEC **Loïc**

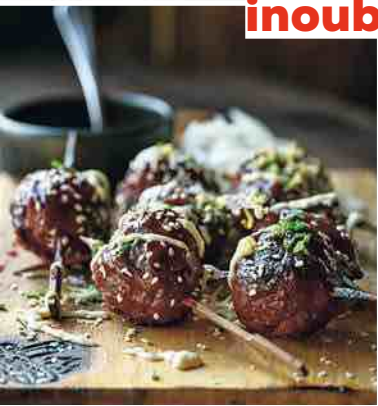
*Ses recettes préférées
du matin au soir*

Exclusif

les coulisses
de son
émission

SON APÉRO DE FOLIE

**Pour un moment
inoubliable**



PASSION PAIN

**5 versions
express**



*Se lever
du bon pied*
**5 RECETTES
DE PETIT-DEJ'
DU MONDE**



**« J'adore la cuisine
portugaise.**

J'avais envie de la partager
avec vous. »

Et aussi

- ▶ 5 vins pour trinquer
- ▶ L'ail, cette gousse magique
- ▶ 10 recettes véganes

Le 10 mars
en librairie

Gael



**Découvrez notre numéro
mode avec, en exclu,
la beauty box Caudalie.**
Gael. Vous avez tout pour vous.

GAEL + COFFRET PREMIER CRU DE CAUDALIE : SEULEMENT 9,99 € DE PLUS !
DÈS LE 16/2 EN LIBRAIRIE OU VIA L'APP MES MAGAZINES.