

Recettes de cuisine du Blanc-Mesnilois

Retrouvez à chaque numéro du Blanc-Mesnilois une nouvelle recette de cuisine !

Quiche courgette, chèvre et ciboulette (Le Blanc-Mesnilois #229)

Infos pratiques

- **Nombre de personnes** : 4 à 6
- **Temps de préparation** : 15 minutes
- **Temps de cuisson** : 45 minutes

Les ingrédients de la recette

- 2 courgettes moyennes
- 1 pâte brisée
- 3 œufs
- 20 cl de crème liquide entière
- 2 crottins de chèvre (120 g)
- 1 petit bouquet de ciboulette
- Sel, poivre

La préparation de la recette

1. Préchauffez le four à 180°C. Disposez la pâte dans un moule à tarte. Piquez le fond de pâte avec une fourchette.
2. Lavez les courgettes et coupez-les en fines rondelles. Mélangez la crème avec les œufs, un crottin émietté et la ciboulette coupée finement.
3. Salez, poivrez, ajoutez les rondelles de courgettes et versez sur la pâte. Ajoutez le second crottin coupé en tranches sur le dessus de la tarte et mettez à cuire au four pendant 45 minutes. Servez chaud, tiède ou froid.

Tarte aux framboises et au mascarpone (Le Blanc-Mesnilois #228)

Infos pratiques :

Pour 6 personnes | Préparation : 15 minutes | Cuisson : 20 minutes | Réfrigération : 15 minutes

Recette de la tarte aux framboises

Ingrédients

- 1 rouleau de pâte sablée
- 300 g de mascarpone
- 50 g de sucre glace
- 1 yaourt nature
- 1 gousse de vanille
- 250 g de framboises

Préparation

- Préchauffez le four à th 6 (180°). Beurrez un moule à tarte. Étalez la pâte sablée dans le moule, piquez-la avec une fourchette.
- Garnissez de haricots secs et enfournez pour 20 min de cuisson à blanc. Laissez refroidir.
- Mélangez le mascarpone avec le sucre glace, le yaourt nature et les graines de la gousse de vanille.
- Garnissez-en le fond de tarte, puis répartissez les framboises dessus.
- Mettez à refroidir 15 min au réfrigérateur avant de servir.

Faisselle en tartelettes du soleil (Le Blanc-Mesnilois #227)

Infos pratiques :

Pour 4 personnes | Préparation : 20 minutes | Cuisson : 30 minutes | Repos : 30 minutes

Ingrédients

- 200 g de fromage blanc en faisselle
- 1 rouleau de pâte brisée
- 2 œufs
- 8 tomates cerises
- 1 cuil. à café d'origan
- sel et poivre

Préparation

- Laissez égoutter la faisselle dans une passoire fine au moins 30 min. Préchauffez le four à th 6 (180°). Déroulez la pâte brisée et découpez-la en 4 disques.
- Garnissez-en 4 moules à tartelette en conservant le papier de cuisson. Piquez la pâte de quelques coups de fourchette, tapissez le fond de disques de papier sulfurisé et recouvrez de haricots secs.
- Enfourez pour 10 min de cuisson "à blanc" afin que la pâte soit bien dorée. Sortez les tartelettes du four (ne l'éteignez pas), retirez papier et haricots, et réservez.
- Lavez et essuyez les tomates cerises et détaillez-les en quartiers. Dans une jatte, mélangez au fouet à main la faisselle égouttée avec les œufs, salez, poivrez et parfumez d'origan.
- Répartissez cette préparation dans les moules à tartelette. Disposez sur le dessus les quartiers de tomates et enfourez à nouveau pour 20 min. Servez chaud ou tiède.

Rillettes de maquereau fumé (Le Blanc-Mesnilois #226)

Infos pratiques :

Pour 6 personnes | Préparation : 15 minutes | Réfrigération : 1 heure

Ingrédients

Boî de rillettes de maquereau accompagné de toasts

- 450 g de maquereau fumé nature
- 70 g de beurre mou
- 15 cl de crème liquide très froide
- 2 cuil. à soupe de vinaigre de Xérès
- 2 échalotes
- le jus de 1 citron
- 1 botte de ciboulette
- poivre

Préparation

- Pelez et émincez finement les échalotes. Ciselez la ciboulette. Montez la crème liquide en chantilly bien ferme.
- Débarrassez les filets de maquereau de la peau et des arêtes, puis émiettez-les à la main dans une jatte.
- Ajoutez le beurre mou, le jus de citron, le vinaigre, les échalotes ciboulette ciselée et du poivre. Travaillez la préparation à la fourchette jusqu'à ce qu'elle soit bien homogène, puis incorporez délicatement la chantilly.
- Parsemez les rillettes du reste de ciboulette, couvrez et mettez au moins 1 heure au réfrigérateur.
- Servez les rillettes bien fraîches avec du pain grillé.

Œuf cocotte à la basque (Le Blanc-Mesnilois #225)

Infos pratiques :

Pour 4 personnes | Préparation : 15 minutes | Cuisson : 45 minutes

œufs cocotte à la basque

Ingrédients :

- 4 tranches de chorizo
- 2 poivrons
- 1 oignon
- 1 tomate
- 4 œufs
- 15 cl de crème fraîche liquide
- 1 pincée de piment d'Espelette
- 1 cuil. à café d'herbes de Provence
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- Sel et poivre

Préparation :

- Lavez et épépinez les poivrons, coupez-les en dés. Pelez et émincez l'oignon. Mondiez et épépinez la tomate puis coupez-la en dés.

- Faites chauffer l'huile d'olive. Ajoutez l'oignon, et mélangez de temps en temps pendant 3 min. Ajoutez les poivrons et la tomate. Saupoudrez de piment et d'herbes. Salez, poivrez, couvrez et laissez cuire à feu très doux environ 30 min. Si la préparation attache, versez un peu d'eau.
- Préchauffez le four à 180 °C. Répartissez la compote de légumes dans le fond de 4 petits ramequins. Formez une petite cavité au centre. Cassez les œufs délicatement au cœur de la préparation dans chaque ramequin.
- Coupez les tranches de chorizo en dés. Répartissez-les autour des œufs. Versez un peu de crème fraîche sur chaque œuf.
- Placez les ramequins dans un plat à four et versez de l'eau bien chaude autour, à mi-hauteur du niveau des ramequins. Enfourez pour 8 min environ. Surveillez bien, il faut que le jaune reste liquide. Dégustez en entrée avec une belle tranche de pain.

Tartare d'avocat à la mexicaine et galettes de maïs maison (Le Blanc-Mesnilois #224)

Nombre de personnes : 6 | Temps de préparation, 20 minutes | Temps de cuisson, 4 minutes

Tartare d'avocat à la mexicaine et galettes de maïs maison

Ingrédients

- 4 avocats
- 1 oignon rouge
- 1 cuil. à café d'épices chili (type Ducros Saveurs intenses)
- 2 citrons verts
- 1 petite boîte de maïs en grains (140 g)
- 3 cuil. à soupe de polenta (précuite)
- 60 g de farine
- 1 cuil. à café de levure chimique
- 1 œuf
- 1/2 cuil. à café de piment
- 4 cuil. à soupe d'huile d'olive
- sel

Préparation

- Mélangez le maïs égoutté avec la polenta, la farine, la levure, le piment et l'œuf pour obtenir une pâte épaisse. Salez et réservez-la au frais.
- Pressez les citrons, épluchez et émincez l'oignon. Pelez les avocats, coupez-les en deux, retirez les noyaux et détaillez la chair en dés.
- Mettez-les dans un saladier avec l'oignon, les épices, du sel, le jus de citron et la moitié de l'huile. Mélangez délicatement et mettez au frais jusqu'au moment de servir.
- Au dernier moment, faites chauffer le reste d'huile dans une grande poêle antiadhésive.
- Divisez la pâte en six parts et étalez-les en leur donnant la forme d'une galette avec le dos d'une cuillère mouillée. Faites-les cuire 2 min de chaque côté et servez aussitôt avec le tartare d'avocat.

Pain perdu à la vanille (Le Blanc-Mesnilois #223)

Ingrédients

Pain perdu à la vanille

Pain perdu à la vanille

- 4 tranches de pain de campagne de 2 cm d'épaisseur
- 50 cl de lait entier
- 2 œufs
- 150 g de sucre en poudre
- 50 g de beurre
- 1 gousse de vanille
- 2 cuillères à soupe de rhum
- sucre glace pour le décor

Préparation

- Fendez la gousse de vanille dans sa longueur, grattez les graines noires qu'elle contient au-dessus d'une casserole. Versez le lait, ajoutez la gousse et portez à ébullition. Laissez tiédir.
- Dans une jatte, battez à la fourchette les œufs, le sucre en poudre et le rhum. Versez le lait petit à petit (ôtez la gousse), toujours en remuant.
- Disposez les tranches de pain dans un grand plat creux, arrosez-les de la préparation au lait et laissez-les s'imprégner une heure en les retournant une ou deux fois.
- Passé ce temps, égouttez les tranches de pain. Faites chauffer le beurre dans une grande poêle et mettez-y le pain à dorer pendant 3 à 4 min de chaque côté. Si votre poêle n'est pas assez grande, procédez en deux fois.
- Égouttez les tranches de pain dorées, répartissez dans des assiettes à dessert, saupoudrez de sucre glace et servez aussitôt.

Verrines de chèvre aux herbes et tomates confites (Le Blanc-Mesnilois #222)

Verrines de chèvre aux herbes et tomates confites.

Ingrédients

- 350 g de fromage de chèvre frais
- 1 gros bouquet de persil plat
- 1 botte de ciboulette
- 50 g de tomates confites
- 10 cl de crème liquide très froide
- 4 cuill. à soupe d'huile d'olive
- sel
- poivre du moulin

Préparation

- Efficuez le persil.
- Faites blanchir ses feuilles 2 min à l'eau bouillante salée, puis passez-les sous l'eau froide et égouttez-les en gardant un peu de leur eau de cuisson. Réduisez-les en purée au mixeur en ajoutant peu à peu l'eau réservée.
- Mélangez la moitié de cette purée à la moitié du fromage de chèvre.
- Montez la crème très froide en chantilly en ajoutant un peu de la purée de persil restante.
- Mélangez ce qui reste de purée de persil avec l'huile. Coupez les tomates en tout petits dés, ajoutez la ciboulette ciselée. Salez et poivrez le reste de fromage.
- Montez des verrines en alternant les couches de chèvre nature, chèvre au persil, huile de persil, tomates confites à la ciboulette et chantilly verte.
- Terminez par quelques gouttes d'huile et réservez au frais jusqu'au moment de servir.

Velouté de salsifis (Le Blanc-Mesnilois #221)

Velouté de salsifis.

Ingrédients

- 1,3 kg de salsifis
- 1 l de bouillon de légumes
- 20 cl de crème fraîche
- 2 oignons
- 5 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 1 demi-citron
- sel et poivre

Préparation

- Pressez le citron dans un saladier. Remplissez d'eau.
- Epluchez les salsifis, coupez-les en petits morceaux et faites-les tremper dans le saladier.
- Pelez et hachez les oignons.
- Faites chauffer l'huile d'olive dans une cocotte sur feu doux et déposez-y les oignons. Faites blondir 6 à 8 min en remuant.
- Égouttez les salsifis et ajoutez-les à la cocotte. Mettez le bouillon de légumes et laissez cuire pendant 45 minutes à feu doux.
- Ajoutez la crème fraîche, du sel et du poivre puis mixez pour obtenir un velouté lisse et onctueux. Servez bien chaud.

Pain à la pomme de terre (Le Blanc-Mesnilois #220)

Pain à la pomme de terre

Ingrédients

- 400 g de pommes de terre à purée
- 1 œuf
- 90 g de beurre pommade
- 30 g de lait + 2 cuillères à soupe
- 1 sachet de levure de boulanger
- 350 g de farine
- 15 g de sucre
- 2 cuillères à soupe de graines de sésame
- 10 g de sel

Préparation

- Épluchez et faites cuire les pommes de terre à l'eau 30 minutes. Égouttez-les et réduisez-les en purée.
- Faites tiédir le lait et ajoutez la levure de boulanger. Mélangez et laissez reposer 5 à 10 minutes.
- Placez la purée dans un robot, ajoutez la farine, la levure diluée dans le lait, l'œuf, le sucre, le sel et pétrissez pendant 7 minutes à vitesse 2, jusqu'à ce que la pâte soit homogène. Couvrez et laissez lever pendant deux heures.
- Sur un plan de travail fariné, séparez la pâte en 7 morceaux égaux puis boulez-les. Sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé, formez une marguerite avec les boules de pâte. Couvrez à nouveau et laissez pousser 45 minutes.

- Préchauffez le four à 200°C. À l'aide d'un pinceau, badigeonnez le pain avec le reste de lait puis parsemez de graines de sésame.
- Enfourez le pain, puis laissez cuire 40 minutes environ. À la sortie du four, laissez-le refroidir sur une grille.

Tartes fines aux poires et au thym (Le Blanc-Mesnilois #218)

Tartes fines aux poires et au thym.

Tartes fines aux poires et au thym.

Ingrédients

- 4 poires
- 1 pâte feuilletée
- 4 cuil. à soupe de poudre d'amandes
- 4 cuil. à café de miel liquide
- le jus d'un citron jaune
- 4 petites branches de thym

Préparation

- Préchauffez le four à 200°C (th.6-7). Lavez, épluchez les poires et coupez-les en fines tranches. Arrosez de jus de citron.
- Étalez la pâte feuilletée, et à l'aide d'un emporte-pièce ou d'un bol retourné, réalisez des disques de 10 cm de diamètre environ.
- Disposez-les sur une plaque à pâtisserie recouverte de papier cuisson. Piquez chaque disque à l'aide d'une fourchette.
- Garnissez la surface d'une cuillère à soupe de poudre d'amandes ou de noisettes.
- Disposez des lamelles de poires en les superposant légèrement sur toute la surface des tartelettes.
- Ajoutez une petite cuillère à café de miel et une petite branche de thym.
- Enfourez pendant environ 20 à 22 min en surveillant la cuisson. Servez les tartes fines encore tièdes.

Gâteau renversé ananas et noix de coco (Le Blanc-Mesnilois #219)

Gâteau renversé ananas et noix de coco.

Gâteau renversé ananas et noix de coco.

Ingrédients

- 1 ananas frais coupé en rondelles (ou en boîte)
- 130 g de noix de coco râpée + un peu pour le décor
- 150 g de farine
- 1 sachet de levure chimique
- 130 g de sucre roux
- 1 sachet de sucre vanillé
- 150 g de beurre
- 3 œufs
- 150 g de sucre (pour le caramel)

Préparation

- Préchauffez votre four à 180°C.
- Mélangez le beurre ramolli avec le sucre roux. Ajoutez le sucre vanillé.
- Ajoutez les œufs un à un, en remuant bien entre chacun.
- Incorporez la farine tamisée puis la levure et mélangez à nouveau. Terminez en ajoutant la noix de coco râpée.
- Dans une poêle, faites fondre le sucre pour le caramel. Une fois qu'il est bien ambré, versez-le dans un moule à gâteau. Venez déposer les rondelles d'ananas par-dessus.
- Versez la pâte dans le moule et enfourez pour 35 à 40 minutes. Après cuisson, laissez le gâteau refroidir et démoulez-le.
- Parsemez de noix de coco râpée avant de servir.

Verrines banane-caramel (Le Blanc-Mesnilois #217)



Ingédients

- 150 g de spéculoos ou Bastogne (biscuits à la cannelle)
- 2 bananes
- le jus d'un demi citron
- 200 g de confiture de lait
- 100 g de chocolat noir
- 3 cuil. à soupe de crème épaisse
- 10 cl de crème liquide très froide

Préparation

- Mettez un saladier et les fouets d'un batteur au congélateur.
- Mixez les biscuits dans un robot (ou écrasez-les au rouleau à pâtisserie).
- Répartissez la poudre obtenue dans 4 verrines.
- Coupez les bananes en rondelles, arrosez de jus de citron, disposez sur les biscuits en rangeant des rondelles le long des parois. Répartissez la confiture de lait dessus.
- Faites fondre le chocolat avec la crème épaisse au four à micro-ondes (ou au bain-marie) et versez-le sur la confiture. Réservez les verrines au réfrigérateur.
- Montez la crème liquide bien froide en chantilly ferme et réservez-la également au frais.
- Au moment de servir, surmontez les verrines de chantilly.
- Dégustez !

Cookies (Le Blanc-Mesnilois #216)



Ingrédients :

- 150 g de farine
- 75 g de beurre doux
- 1 œuf
- 1 pincée de sel
- 100 g de cerneaux de noix
- 65 g de sucre roux
- 1 sachet de sucre vanillé

Préparation :

- Sortez le beurre du réfrigérateur 30 minutes avant de préparer les cookies.
- Concassez les noix en petits morceaux à l'aide d'un rouleau à pâtisserie.
- Dans un saladier, battez le beurre en pommade avec le sucre, le sucre vanillé et le sel jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
- Ajoutez l'œuf battu et mélangez.
- Tamisez la farine, ajoutez-la à la préparation puis ajoutez les noix.
- Mélangez avec une spatule en bois.
- Séparez la pâte en faisant des petites boules de la taille d'une balle de golf.
- Disposez-les de manière espacée sur du papier cuisson et faites cuire 10 minutes environ à 170°.
- Laissez les cookies cuits sur une grille pour les laisser refroidir.
- Bon appétit !

Gâteaux de sésame croustillants (Le Blanc-Mesnilois #215)



Gâteaux de sésame croustillants

Ingrédients

- 45 g de sucre roux
- 50 g de beurre à température ambiante
- ½ blanc d'œuf
- 20 g de farine (ou un peu moins mais pas plus !)
- 70 g de graines de sésame (non torréfiées de préférence)

Préparation

- Faites ramollir le beurre au micro-onde à puissance très faible sans qu'il ne soit fondu pour autant
- Mélangez ensuite tous les ingrédients
- Disposez le mélange sur une feuille de papier sulfurisé ou une feuille de silicone
- Recouvrez d'une seconde feuille
- Avec un rouleau à pâtisserie, étalez la pâte le plus finement possible (grâce à la seconde feuille, le rouleau à pâtisserie ne touche pas la pâte). Attention à ce que celle-ci ne déborde pas des feuilles, sinon elle coulera dans votre four. Éventuellement préparez 2 plaques si vos feuilles ne sont pas assez grandes
- Enfourez à 180°, pendant 8 minutes
- Enlevez alors la feuille de papier sulfurisé du dessus et laissez cuire encore 2 minutes, ou le temps nécessaire pour que la pâte soit bien dorée
- Sortez du four et laissez refroidir
- En refroidissant, la pâte durcit (c'est ce que l'on recherche !) - coupez alors avec les mains des morceaux plus ou moins grands de gâteaux au sésame
- Régalez-vous !

Endives braisées (Le Blanc-Mesnilois #214)



Ingrédients

- 4 endives
- 2 gousses d'ail
- 1 oignon jaune
- 30 g de beurre
- 1 filet d'huile de votre choix
- 25 cl d'eau
- 1 cube de bouillon de volaille
- Sel et poivre

Préparation

- Rincez rapidement les endives, essuyez-les et coupez les talons
- Épluchez, émincez et dégermez les gousses d'ail et l'oignon jaune
- À feu moyen, faites fondre le beurre avec le filet d'huile dans une cocotte, et ajoutez l'oignon et l'ail émincés
- Ajoutez l'eau et le cube de volaille dans votre cocotte
- Ajoutez les endives coupées en 2 dans le sens de la longueur, assaisonnez avec le sel et le poivre
- Laissez colorer les endives en les retournant régulièrement sur chaque côté
- Au bout de 10 minutes découvrez puis terminez la cuisson pendant 15 minutes. Les endives sont cuites quand elles sont tendres à la pointe du couteau

Soupe de carottes au gingembre (Le Blanc-Mesnilois #213)



Ingrédients

- 500g de carottes
- 1 oignon
- 3cm de gingembre frais ou 1 cuillère à soupe de gingembre surgelé
- 1/2 cube bouillon de poulet (ou bouillon de légumes)
- Sel, poivre
- Un peu de lait ou de lait de coco
- Optionnel : coriandre fraîche ou huile de coriandre.

Préparation

- Peler les carottes et les couper en petits dés (plus les dés seront petits, plus la soupe cuira rapidement)
- Peler l'oignon et l'émincer
- Faire chauffer de l'huile d'olive dans une casserole
- Ajouter l'oignon et les carottes. Faire légèrement prendre couleur. Remuer régulièrement
- Pendant ce temps, peler le gingembre et le râper (avec une râpe à fromage par exemple ou une râpe microplane)
- Ajouter le gingembre, mélanger à nouveau. Faire fondre environ 1 à 2 minutes
- Recouvrir les légumes d'eau à hauteur (l'eau ne doit pas dépasser les légumes)
- Ajouter le bouillon de poulet ou de légumes et saler un peu
- Réduire le feu, poser un couvercle sur la casserole et faire cuire jusqu'à ce que les carottes soient tendres (environ 45 minutes - temps à ajuster en fonction de la taille des morceaux de carottes)
- Vérifier la cuisson des carottes à l'aide d'un couteau. Lorsqu'elles sont cuites, les transférer avec le bouillon dans un mixeur et mouliner jusqu'à la consistance désirée.
- Ajouter un peu de lait ou de lait de coco (environ 1/2 verre) pour apporter une texture plus douce.
- Assaisonner et déguster !

Mairie du Blanc-Mesnil

1, place Gabriel-Péri
BP 10076
93156 Le Blanc-Mesnil cedex

Tél. 01 45 91 70 70

Horaires d'ouverture

Lundi
09:00–12:30, 14:00–17:30
Mardi
14:00–17:30
Mercredi
09:00–12:30, 14:00–17:30
Judi
09:00–12:30, 14:00–17:30
Vendredi
09:00–12:30, 14:00–17:30
Samedi
09:00–11:45
Dimanche
Fermé

Dernier accès pour une prestation à **17h15**.

Mairie annexe

2 bis, avenue Jean-Jaurès
93150 Le Blanc-Mesnil

Horaires d'ouverture

Lundi
09:00–12:15, 13:30–17:15
Mardi
09:00–12:15, 13:30–19:45
Mercredi
09:00–12:15, 13:30–17:15
Judi
09:00–12:15, 13:30–17:15
Vendredi
09:00–12:15, 13:30–17:15
Samedi
Fermé
Dimanche
Fermé

Pour toute démarche, prendre un rendez-vous sur le [formulaire en ligne](#).