

Index

Soupe aux pommes

Sauce épicée pommée et tomatée

Salade d'hiver

Quatre-Quart aux pommes

Pomme farcie au Roquefort

Poêlée aux potimarrons

Pâte à tartiner

Mousse de topinambour aux pommes (+ fromage de chèvre)

Mayonnaise aux pommes

Granola aux pommes

Compote aux céleris raves

Chutney

Caramel ou sucre cuit

Soupe aux pommes

Ingrédients :

- Oignons (2/3)
- Huile d'olive
- Pommes type Reinette (bien parfumées) (1/3)
- Farine ou flocons d'avoine, ou de seigle, ou d'orge, ...
- Poivre
- Mélange de Curry
- Bouillon de légume

Recette :

Faire revenir vos oignons à feu doux dans l'huile

Ajouter vos pommes égrenées et la farine et faire dorer quelques minutes

Ajouter de l'eau et le reste des ingrédients

Faire cuire et mixer selon goût + sel et poivre selon goût.

Par Daniel Cauchy

Sauce épicée pommée et tomatée

Ingrédients :

- Tomates fraîches juteuses et parfumées (j'aime particulièrement la Rose de Berne)
- Pommes juteuses et parfumées type Cwastresse
- Piment rouge, cumin, coriandre, curcuma, paprika, gingembre
- Huile d'olive
- Oignon
- Ail
- Herbes aromatiques selon goût type Basilic ou thym ou...

Recette :

Mixer le piment et les épices et les faire revenir dans l'huile d'olive.

Couper les pommes et la tomate et l'ajouter

Faire revenir lentement en mélangeant régulièrement jusqu'à l'obtention d'une pâte.

Servir sur tartine ou accompagne vos plats méditerranéens

Par Daniel Cauchy

Salade d'hiver

Ingrédients :

- Betterave rouge
- Choucroute
- Pommes type Belle-fleur (bien juteuse, sucrée et légèrement acide)
- Fromage blanc
- Raifort
- Huile d'olive

Recette :

Faire cuire les betteraves à la vapeur puis les râper ou les découper en dés.

Ajouter la choucroute

Râper les pommes et les ajouter

Ajouter les autres ingrédients

Saler et poivrer selon goût

Par Daniel Cauchy

Quatre-Quart aux pommes

Ingrédients :

- Farine
- Sucre
- Œuf
- Huile de sésame
- Pommes à cuire (personnellement j'adore la cwastresse dans les tartes et gâteaux)

Recette :

Faire un quatre-quart avec beaucoup de pommes et utiliser de l'huile plutôt que du beurre qui n'est pas top quand il est cuit.

Par Daniel Cauchy

Pomme farcie au Roquefort

Ingrédients :

- Pommes fermes et acides type Reinette Gris Braibant ou de France coupées horizontalement en 2 et étrognées
- Noix
- Céleri branches
- Roquefort
- 1 Oignon

Recette :

Faire cuire les pommes à la vapeur quelques minutes pour qu'elles restent encore ferme.

Mélanger les autres ingrédients : céleri et noix hachés, roquefort émietté.

Ajouter le mélange sur les pommes et déguster par exemple en apéro

Par Daniel Cauchy

Poêlée aux potimarrons

- potimarron
- oignons
- pommes
- pommes de terre (ex. :Nicolas)
- thym, sel, poivre.

Faire revenir tous les ingrédients dans une poêle.

Pâte à tartiner

Ingrédients :

- Pomme (type ½ de Jacques Lebel ou Président Roulin et ½ de Reinette type Descardres)
- Pois chiches
- Pâte d'amande (en vente dans les magasins bio)
- Miel

Recette :

Faire une compote de pomme

Faire cuire les pois chiche (trempé 1 nuit puis cuire min 1h sans sel)

Mixer le tout, plus ou moins un tiers chaque ingrédient, un peu moins pour la purée d'amande.

Ajouter du miel selon goût

Étaler sur une tartine

Par Daniel Cauchy

Mousse de topinambour aux pommes (+ fromage de chèvre)

- quantité égale de pommes (en compote) et de topinambour (cuits à la vapeur et ensuite épluchés)
- graine de tournesol
- sel
- poivre
- 4 œufs (jaunes + blancs battus en neige)
- éventuellement mélangé le tout avec du fromage de chèvre

Mélangé la compote et les topinambours.

Mayonnaise aux pommes

Ingrédients :

- 1 pomme bien juteuse et parfumée (j'utilise de la Cwastresse) non pelée, mais étrognée
- ½ tête d'ail
- 1 oignon
- 1 œuf entier
- Huile d'olive
- Moutarde à l'ancienne
- Vinaigre de cidre : une cuillère selon goût
- Estragon

Recette :

Mixer la pomme, l'ail, l'oignon, l'œuf, le vinaigre, la moutarde et l'estragon. Ajouter doucement l'huile. Saler et poivrer selon goût.

Par Daniel Cauchy

Granola aux pommes

Ingrédients :

- (Pommes type Reinette)
- Muesli 4 bols
- Noix et Noisettes 1 bol
- Huile de sésame ¼ bol
- Miel ¼ bol
- Sirop d'orge 2 CS (en vente dans les magasins bio)

Recette :

Faire préchauffer le four à 200°

Râper les pommes

Hacher grossièrement les noix et noisettes

Mélanger les ingrédients dans un saladier puis étaler le mélange sur votre plaque qui va au four

Enfourner, émietter et mélanger régulièrement

Servir tel quel ou en faire un ramequin avec du fromage blanc et de la compote de pomme et ...selon goût

Par Daniel Cauchy

Compote aux céleris raves

- sucre
- Petits dés de pommes de 1 cm/1cm
- Petite allumettes de céleri rave en 7cm/5mm/5mm

Casserole + un fond d'eau

On fait une compote normale et on rajoute les céleris raves en fin de cuisson + sucre.

Remarque : si on cuit des fruits avec du sucre dès le début, les fruits restent en morceaux.
Si on cuit les fruits sans sucre et qu'on le rajoute à la fin : les fruits se décomposent en compote.

Chutney

- 500 gr oignons
- 1 kg de pomme
- 400 gr de sucre
- gingembre (coupées en morceaux)
- cannelle
- clous de girofle
- cumin (pas trop) en grains
- graines moutarde, ail, curcuma
- huile ou beurre clarifié ou huile de noix de coco
- raisins secs (150 gr)
- 300 ml de vinaigre de cidre

Cuisson 1 heure à feu doux

Se conserve en pots

Caramel ou sucre cuit

- Sirop de glucose (300 gr)
- 300 ml eau
- 500 gr sucre
- Thermomètre

On fait fondre le sirop. On diminue le feu et on mélange jusque 144°C. En nettoyant régulièrement les parois de la casserole à l'eau froide avec un pinceau (afin d'éviter que le sucre se cristallise et tombe dans le mélange).

Pour des pommes d'amour : piquer les pommes sur un pic à brochette et les enrouler dans le caramel.

Remarque : prendre la T° au milieu de la casserole mais pas dans le fond (éviter d'en mettre sur les côtés de la casserole).