



La Nouvelle Tendence Culinaire !



AVEC LE DÉLICIEUX CONCOURS DE



Sur *A bride abattue*, le culturel fait bon ménage avec le culinaire depuis déjà sept ans.

Conçu comme un magazine, le blog rassemble des recettes de cuisine, des portraits de chef, des billets d'humeur, des compte-rendus de balades, de découvertes de lieux et de produits.

On y apprécie aussi les critiques de spectacles, de films et de livres, de concerts et d'expositions, communiqués souvent en avant-première.

La rédactrice ne limite ni ses coups de cœur ni ses coups de griffe. Avec la volonté de surprendre et de partager avec ses lecteurs des sorties qui peuvent être à la portée de chacun.

<http://abrideabattue.blogspot.fr/>

INTERVIEW

Pourquoi j'apprécie le Microcake®

Les *Microcakes*® sont en polypropylène, sans BPA, ni phtalates, et sont de fabrication française, ce qui est à souligner.

Ils sont jolis, robustes, faciles d'entretien et d'utilisation et je les trouve terriblement inspirants.

Un des points forts de cet ustensile est qu'on ne se brûle pas en le sortant du four.

Les râleurs pointeront la restriction de la cuisson au micro-ondes.

Mais auront-ils l'idée de les utiliser aussi en version froide ou glacée ?

En dessert comme en plat salé ?

Chacun découvrira ce qui se cache à l'intérieur au moment de déguster

et dans ce cas, soit on consommera dans le Microcake®, soit on le

démoulera dans son assiette, ce qui placera le convive en situation

d'achever la recette, en lui proposant plusieurs accompagnements

(topping, sauces, épices ...).

Cela aussi c'est très tendance!

Je vous propose, selon des principes analogues, plusieurs versions salées, preuve que cet outil n'est pas dévolu qu'aux desserts.

marie-claire *A bride abattue*

Fabrication 100% Française.

Recettes individuelles

«à la minute»

gourmandes, simples et rapides

de 7 à 77 ans.



TIMBALE MINUTE DE BOUDIN A LA NORMANDE

Les recettes sucré/salé ont toujours leur petit succès pour leur originalité et la combinaison de saveurs qui finalement s'accordent bien ensemble.

Un grand classique :
pomme fruit et boudin
(noir bien entendu).



On choisit une **pomme assez mûre**, la Golden est parfaite à mon avis mais on prend ce qu'on aime ...

On la coupe en petits morceaux que l'on tasse au fond d'un Microcake®.

On ajoute **une demi-cuillère à café de Balsamique à l'orange** Puget

puis le **boudin noir** dont on aura retiré la peau comme s'il s'agissait d'une épluchure.

On tasse bien et on remet une couche de pommes, un peu de ce vinaigre sirupeux avant de refermer.

C'est parti pour deux fois une minute au micro-ondes avec un temps de repos entre.

On démoule sur **une tranche épaisse de brioche** "demi-sel et crème".

On déguste brûlant. Avec un cidre. Cette fois je recommande un cidre du Pays d'Othe, parce qu'il n'y a pas que les normands et les bretons qui s'y connaissent en pommes.

On aurait pu faire griller la brioche mais cela ne m'a pas semblé nécessaire, ou encore en mettre une dans le fond du moule avant les pommes.



TIMBALE MINUTE LUZIENNE

On dispose dans le fond des petits carrés de tomate. J'ai choisi un fruit bien rouge mais j'aurais pu prendre la tomate ananas d'un joli jaune ou la zebra verte.

J'ai versé une demi cuillerée à café de Vincotto Barrique d'Enrico de Lorenzo distribué par Fabienne Petit, la dénicheuse des Producteurs de caractère.

Le Vincotto Barrique est un délicieux condiment italien originaire de la région des Pouilles, élaboré à partir de vin de Salento. Sa texture velouté est le fruit d'une cuisson lente avant un repos de 3 mois en fût de chêne avant d'être embouteillé d'où son appellation "barrique".

Ses notes épicées font merveille sur un magret de canard rosé, de la mozzarella, des légumes grillés, une viande rouge mais aussi en version sucrée avec du fromage blanc, une faisselle ou même une glace.

Une demi-boîte d'émiettée de thon Luzienne Belle-Iloise.

Une demi biscotte broyée au pilon (on ne sentira pas cet ingrédient à la dégustation mais cela assurera de la tenue) assaisonnée de **poudre de zaathar** de Ethic Valley.

C'est un mélange traditionnel d'épices et de plantes aromatiques du Moyen Orient, doux et parfumé, composé essentiellement de thym, de graines de sésame et de sumac.

J'ai complété avec **un reste de macédoine de légumes** maison en ne remplissant pas le moule à plus d'un centimètre du bord.

Une nouvelle **demi cuillerée à café** de ce fameux **vinaigre** a imbibé la préparation.

J'ai placé deux fois 1 minute au micro-ondes avec un petit temps de refroidissement entre les deux cuissons.

Le démoulage est un peu délicat et n'est pas absolument nécessaire.

J'ai servi sans attendre sur un lit de salade.



MICROFLETTE



Les Savoyards ont la tartiflette. Toutes les régions méritent leur gratin.

Par exemple en Bretagne où pousse le rutabaga et où la viande de porc est excellente on peut disposer **une tranche de jambon fumé** sur la paroi intérieure du Microcake[®], puis alterner les couches de **rondelles de légumes (pré-cuites)** avec des **morceaux de reblochon**.

On referme le couvercle et on rouvre après une minute au micro-ondes.

Il est plus élégant de démouler.

On pourra combiner ainsi d'autres charcuteries avec d'autres légumes et fromages.



RIZ À L'IMPÉRATRICE



Aujourd'hui je reprends cette même brioche beurre demi-sel et crème fraîche dans un Riz à l'impératrice à ma façon et qui me donnera aussi l'occasion d'utiliser le vinaigre Vincotto pour un dessert.

Cette fois la brioche sera intégrée dans le dessert après l'avoir découpée avec un emporte-pièce de taille adéquate. On la posera sur la dernière couche d'ananas juste avant de refermer le moule.

En premier on place des **morceaux d'ananas** dans le fond. Puis on arrose de **vinaigre Vincotto** (si vous n'en avez pas prenez un caramel).

On recouvre d'une couche de **riz (déjà cuit)** puis de l'ananas, un **souppçon de rhum** dilué dans un peu d'**eau sucrée** (sinon le dessert sera amer) et la couche de **brioche**.

Jolie surprise au démoulage.

D'ailleurs chaque invité pourra s'en charger lui-même au dernier moment.

MOËLLEUX AU CHOCOLAT



Dans un premier temps faire fondre dans votre Microcake[®] **4 carreaux de chocolat** noir dessert, **2 cuillères à soupe de lait** et **20 g de beurre**, 30 secondes à 900W.

A la sortie du four mélanger et ajouter **4 cuillères à café de farine** et **3 cuillères à café de cassonade**, mélanger.

Visser le couvercle de votre Microcake[®] et enfourner pour 40 secondes à 900W.

A la sortie du four, laisser tiédir, décorer avec des **perles et vermicelles de couleur**, déguster !



TATIN MINUTE

La Tatin minute d'origine se fait avec de la **pomme**, du caramel liquide, des **biscuits de type spéculos**, et on la sert avec **une boule de glace vanille**.

J'ai utilisé **une pêche mûre** à point. Je l'ai épluchée, coupée en dés directement dans le Microcake®. J'ai ajouté **une cuillère à café de caramel liquide**, émietté deux petits gâteaux secs et **trois pralines roses** écrasées avant une demi-cuillère à café de caramel.

J'ai vissé le couvercle (*il est recommandé de ne pas oublier la manoeuvre avant de l'enfourner*) et placé 1 minute à 700W au micro-ondes



PANNA COTTA GOURMANDE AUX PÊCHES

Eplucher et couper **quelques morceaux de pêche** directement dans votre Microcake®, ajouter 3 ou 4 **cuillères à café de mascarpone** et le **sucre vanillé**, bien mélanger. Refermer votre Microcake® et cuire quelques secondes au micro-ondes afin de tiédir un peu la préparation.

Pendant ce temps, faire ramollir la **feuille de gélatine** dans un peu d'eau froide puis l'ajouter à votre préparation tiédie, bien remuer pour que la feuille de gélatine se mélange à la préparation.

Visser le couvercle de votre Microcake®, et cuire 1 minute à 700 W.

Déguster tiède pour une consistance plus aérée, ou froid pour une structure plus dense !



TIMBALE Briochée À LA MANGUE

A bride abattue



A bride abattue



A bride abattue

La version spéculoos conviendra à une glace vanille ou nougat sous une crème parfumée saveur Petit beurre ou Spéculoos (*mais oui, ça existe*). Il existe aussi d'ailleurs une brioche Harrys au spéculoos.

Elle s'accorde très bien avec la poire.

Des trois nouvelles variétés de Harrys j'ai choisi celle au praliné pour l'associer avec de la mangue en procédant de manière désormais classique : des quartiers de **mangue** puis **caramel** puis **brioche** et on recommence en terminant par la brioche, soit en la découpant à l'emporte-pièce soit en tassant les chutes restantes.

Le démoulage risque d'en pâtir mais sans incidence sur le goût.

Les petits moules Microcake® sont utiles aussi en pique-nique pour faire par exemple un ersatz de baba au rhum en combinant brioche imbibée de rhum (et eau sucrée) avec une crème dessert *genre de celle qu'on se lève pour elle ... si vous voyez ce que je veux dire*.

Il y a quatre petits trous dans le couvercle mais en transportant debout le risque de fuite est limité.

Bien entendu cette fois on ne démoulera pas.



TIRAMISU MINUTE

Placer dans votre Microcake®, un **biscuit rose de Reims** ou un biscuit à la cuillère coupé en 3, Verser **quelques gouttes de liqueur de framboise**, rajouter les **fruits rouges** de votre choix saupoudrés d' $\frac{1}{2}$ **sachet de sucre vanillé**, visser le couvercle de votre Microcake® et placer 20 sec au micro-ondes à 800W Rajouter **une cuil. à soupe de Mascarpone**, remettre quelques fruits rouges saupoudrés de sucre vanillé, cuire 30 sec au micro-ondes à 800W. Laisser complètement refroidir. Décorer avec des pépites colorées.

POMME ET GUIMAUVE

Eplucher et couper en petit dés votre **demi pomme**. Placer l'**ourson en guimauve** et les dés de pomme dans le microcake. Cuire 50 secondes à 900 watts.

A la sortie du four émietter une galette bretonne sur votre dessert. Régalez-vous !!!

CRUMBLE EXPRESS FIGUE-MIEL

Couper **2 figues fraîches** en petits quartiers dans votre microcake®, ajouter **une cuillère à soupe de miel**.

Refermer votre microcake® et enfourner 35 sec à 900W.

A la sortie du four, émietter **un sablé breton** sur votre préparation.



CONSEILS D'UTILISATION



Cuisson au micro-ondes uniquement

Les temps de cuisson sont donnés à titre indicatif, à vous de les adapter à votre propre four

A utiliser en présence d'un adulte

Bien visser le couvercle de votre Microcake® avant de l'enfourner

A la sortie du four, ouvrez délicatement votre Microcake® pour éviter tout risque d'éclaboussures

Avant de déguster laissez tiédir et reposer quelques instants

Pour une cuisson uniforme et plus rapide, ne placez qu'un seul Microcake® à la fois dans le micro-ondes

Jean Dubost®

Coutelier Professionnel 1920 - France



Le Bourg - 63250 VISCOMTAT - France
contact@jeandubost.com
www.jeandubost.com/microcake

