



LIVRET DE RECETTES

au poêle de masse Mélèze

www.poeles-meleze.fr | info@poeles-meleze.fr
04 75 90 14 82

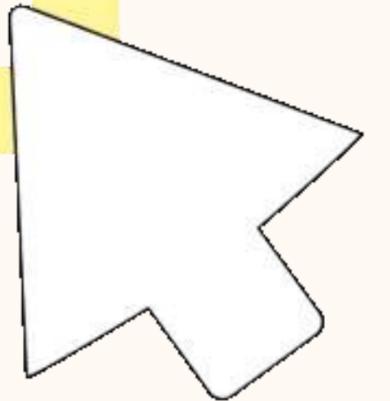
EN PANNE D'INSPIRATION POUR LE REPAS DE CE SOIR ?

Quelques idées pour égayer vos papilles !

des entrées ;

des plats ;

des desserts !



QUELQUES BASES

**FONCTIONNE
AVEC DES
PLATS EN
SILICONE**

Préconisation pour la réussite de vos petits plats :

- plantez un couteau pour vérifier la cuisson de vos pâtes ;
- jouez avec la porte du four pour intensifier ou baisser la température ;
- Ne placez pas vos plats directement sur la sole en acier, utilisez les baguettes en céramique ou la grille ;
- si de la nourriture tombe sur vos barrettes céramiques, vous pouvez les nettoyer en les plaçant dans le foyer durant une flambée.



La cuisson lente

L'atout phare de votre four, c'est la cuisson lente de vos mijotés. Ces plats doivent être placés dans le four juste après la flambée et laissés plusieurs heures (remuez juste de temps en temps)... miam !

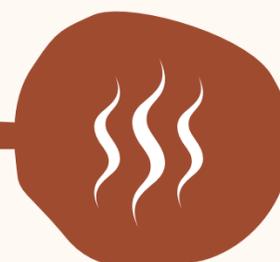


Optez pour la fonte

Pour une cuisson naturelle et traditionnelle...

Quelques marques :

Le Creuset | Staub | Invicta | Doufeu...



Cuisson vapeur

C'est possible avec une cocotte possédant un panier vapeur.

Guide général des tailles de cocottes en fonte



Guide des tailles de cocotte en fonte en fonction du diamètre



Cocotte ronde

Cocotte ovale

Ø	Personnes	L	Ø	Personnes	L
10 cm	1	0,30	17 cm	1	0,90
14 cm	1	0,90	23 cm	2/4	2,60
16 cm	1/2	1,30	25 cm	4	3,20
18 cm	2	1,80	27 cm	4/6	4,10
20 cm	2/4	2,40	29 cm	6	4,70
22 cm	4	3,30	31 cm	6/8	6,30
24 cm	4/6	4,20	33 cm	8/10	7,50
26 cm	6	5,30	35 cm	10	8,90
28 cm	6/8	6,70	40 cm	12	14,80
30 cm	8/10	8,40			
34 cm	10	12,40			

Cuisiner à
l'ancienne !

Entrées et pains

Partagez-nous les vôtres !



CAKE SALÉ

Timing : 45 min à environ 185 °C

- 200 g de farine
- 1 sachet de levure
- 100 g d'emmental râpé
- 4 œufs
- 7 cl d'huile d'olive
- 125 ml de lait (végétal éventuellement)
- Sel & poivre
- Garniture salée au choix

Mélangez la farine et la levure.

Ajoutez les œufs, le lait, l'huile, l'emmental, le sel et poivre.

Ajoutez la garniture souhaitée.

Au four !





- 1 reblochon
- 1 pâte feuilleté
- 1 oignon
- lardons

REBLOCHON EN CROUTE

Timing : environ 25 min à 200 - 210 °C

Au centre d'une pâte feuilleté, placez le reblochon sans enlever la crouste.

Poser les lardons dessus ainsi que les oignons crus en fines tranches.

Refermer.

Au four !

Merci Katia!

PAIN MAISON

Timing : 50 min à environ 200 °C

- 1 cube de levure fraîche 40 gr
- 70 cl d'eau
- 2 cuillère à café de sel
- 1 kg de farine

Dissoudre la levure dans l'eau, ajouter farine, sel.

Pétrir.

Laisser lever la pâte environ 1h30.

Au four !

Merci Pierrette et Serge!



Cuissons
lentes !

Plats chauds

**Ne vous privez pas
de nous partager les vôtres !**

GRATIN DE RAVIOLES

Timing : 45 min à environ 200 °C

Beurrer un plat à gratin.

Dans un saladier, mélanger la crème, le lait, le sel, le poivre et la noix de muscade.

Disposer 2 plaques au fond du plat, les recouvrir de crème et de parmesan. Alternier ainsi jusqu'au bord du plat en terminant par une couche épaisse d'emmental râpé.

Au four !

- 8 plaques de ravioles fraîches
- 400 g de crème fraîche épaisse
- 100 ml de lait
- 80 g de parmesan
- Beurre
- Sel, poivre & muscade





- 150 g de farine
- 125 g de buerre
- 150 g de parmesan
- 4 petites courgettes
- quelques champignons de Paris
- 150 g de chèvre
- 1 oignon

CRUMBLE SALÉ

Timing : environ 25 min à 210 - 220 °C

Dans une poêle avec un peu d'huile, faire revenir l'oignon, les rondelles de courgettes et les champignons.

Bien laisser mijoter.

Mélangez dans un saladier la farine, le beurre et le parmesan.

Malaxez le tout du bout des doigts pour obtenir une pâte sableuse.

Placez les légumes dans un plat à gratin.

Parsemez dans tout le plat des morceaux de fromage de chèvre.

Recouvrez le tout par la pâte à crumble.

Au four !

TARTE AU CAMEMBERT

Timing : environ 45 min à 180 °C

Étaler votre pâte dans le moule à tarte.

Éplucher et couper en rondelles les pommes de terre.

Garnir la pâte, ajouter la crème et mettre le camembert "de Normandie" en morceaux sur le dessus.

Au four !

- 1 pâte brisée
- Pommes de terre cuites à la peau
- 1 camembert
- 1 grosse càs de crème fraîche épaisse

Merci Pierrette et Serge!





SOUPE À L'OIGNON

Timing : 30 minutes à 200 ° C

Faire revenir les oignons coupés en lamelle dans du beurre et de l'huile.

Une fois qu'il sont bien marrons, couvrir d'eau.

Ajouter le bouillon, un peu de sel, du poivre 4 épices.

Au four !

- 1 kg d'oignons
- 1 bouillon de poule
- Beurre et huile tournesol
- Poivre 4 épices
- Sel

PISSALADIÈRE

Timing : 20 min à environ 220 - 250 °C

- 1 kg d'oignons
- 1 à 3 càs de sucre
- 1 càs d'origan
- 1 càc de thym
- 3 càs d'huile d'olive
- 300 g d'anchois
- petites olives noires de Nice
- 400 g pâte à pain

Dans une poêle, faire revenir les oignons dans l'huile d'olive.

Ajoutez du poivre, les herbes, la moitié des anchois et le sucre en poudre.

Étalez la pâte à pain sur une plaque de four huilée à l'huile d'olive.

Versez votre préparation sur la pâte et mettez des anchois et des olives pour la décoration.

Au four !



PÂTISSON FARCI

Timing : 30 min à environ 180 °C

- 1 pâtisson jaune
- 150 gr brousse de brebis ou ricotta
- 1 œuf, sel, poivre, Persil, ciboulette, cerfeuil

Cuire le pâtisson à la vapeur 15 min.

L'ouvrir en gardant le chapeau, retirer les graines.

Battre l'œuf avec la brousse et les herbes, saler poivrer.

Incorporez la préparation dans le pâtisson et hop au four !

Merci Pierrette et Serge!





BLANQUETTE DE VEAU- 4P

Timing : Plusieurs heures à partir de 180-200 ° C

Faire revenir la viande dans un peu de beurre doux jusqu'à ce que les morceaux soient un peu dorés.

Saupoudrer de 2 cuillères de farine. Bien remuer.

Ajoutez 2 ou 3 verres d'eau, les cubes de bouillon, le vin et remuer. Ajoutez de l'eau si nécessaire pour couvrir.

Coupez les carottes en rondelles et émincez les oignons puis incorporez-les à la viande, ainsi que les champignons.

Laissez mijoter dans le four durant plusieurs heures en remuant de temps en temps.

Dans un bol, bien mélangez la crème fraîche, le jaune d'œuf et le jus de citron.

Ajoutez ce mélange au dernier moment, bien remuer et servir tout de suite.

- 1 kg blanquette de veau
- 1 bouillon de poule + 1 de légume
- 1 petit pot de crème fraîche
- Farine
- 1 oignon
- 1 jaune d'œuf
- 2 carottes et qq champignons
- 25 cl vin blanc
- Citron
- Sel & poivre



- 1 kg bœuf bourguignon
- 100 g de lardons nature
- 300 g champignon
- 2 oignons
- 3 carottes
- 75 cl de vin rouge
- 2 cas farine
- 50 g de beurre et 2 cas d'huile
- 1 bouquet garni
- Sel & poivre

BOEUF BOURGUIGNON-4P

Timing : Plusieurs heures à partir de 180-200 ° C

Coupez la viande en gros cubes et émincez les oignons.

Faire revenir les lardons dans une cocotte dans l'huile et le beurre, puis les réserver.

Mettre la viande à la place et la faire colorer. Ajouter les oignons émincés et faire revenir.

Coupez les carottes en rondelles fines et les champignons également.

Ajouter la farine, puis le vin, puis les carottes, les champignons, les lardons, le bouquet garni, le sel et le poivre.

Au four pendant plusieurs heures !

Remuez de temps en temps.



TARTE A LA RACLETTE

Timing : environ 45 min à 180 °C

- 1 pâte brisée
- 1 càs de moutarde
- Pommes de terre
- Fromage à raclette

Étaler une pâte brisée badigeonnée de moutarde dans un moule à tarte.
Ajouter dans le plat des pommes de terre pré-cuites préalablement
et coupées en lamelle.

Assaisonner.

Recouvrir de fromage à raclette.

Au four !



Merci à La Maison des Puyoux !!



- 1.5 kg de boeuf
- 3 oignons
- 75 cl bière brune
- 30 g de beurre
- 40 cl d'eau
- 50 g de cassonade
- 1 cas vinaigre
- 2 cas de farine
- Moutarde à l'ancienne
- 4 tranches pain d'épices
- Sel et poivre

CARBONADE FLAMANDE- 4P

Timing : Plusieurs heures après la flambée

Coupez la viande en gros cubes et émincez les oignons.

Les faire revenir dans une cocotte dans le beurre, puis ajoutez la farine.

Salez et poivrez.

Incorporer la bière, le vinaigre, l'eau et la cassonade.

Tartinez le pain d'épices de moutarde à l'ancienne et les placer sur la préparation.

Couvrir et au four pendant plusieurs heures.

Remuez de temps en temps.

A la fin de la cuisson, ciselez du persil et ajoutez-en dedans.



CHILI SANS CARNE

Timing : Plusieurs heures après la flambée

Pelez et hachez l'oignon et l'ail / coupez en petits dés les carottes et les poivrons.

Faites revenir dans l'huile d'olive, l'oignon et l'ail jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides.

Ajoutez les carottes et les poivrons et laissez cuire 4 à 5 min.

Ajoutez le piment rouge, le cumin et la cassonade.

Laissez cuire le tout 1 min en mélangeant.

Coupez le tofu en petits dés et ajoutez-le au mélange. Faites revenir le tofu jusqu'à ce qu'il soit doré.

Ajoutez les haricots à la préparation.

Ajoutez les tomates coupées en dés et assez d'eau pour que le mélange reste assez humide.

Laissez mijoter plusieurs heures dans le four du poêle, salez et poivrez. Garnissez fromage râpé avant de servir.

- 400 g d'haricots rouges
- 200 g de tofu
- 100 g de carottes
- 12 g de cassonade
- 3 càs d'huile d'olive
- 1 càc de piment rouge
- 380 g tomates pelées
- 200 g d'oignons
- 80 g de poivrons verts
- 25 g fromage râpé
- 12.5 cl d'eau
- 1 càc cumin en poudre
- Sel & poivre





CHOUX AU QUINOA

Timing : environ 50 min entre 200 et 220 °C

- 1/4 de chou vert
- 50 g de quinoa
- 1 petit oignon rouge
- topinambour et courge rapés
- 300 g d'eau
- Vinaigre
- Sirop d'érable
- Levure maltée

Couper le chou vert en lamelles.

Verser le quinoa dans un plat à four.

Ajouter un petit oignon rouge coupé finement.

Ajouter le topinambour et la courge râpés (râpe gros trous).

Ajouter de l'eau, du vinaigre, du sirop d'érable.

Enfourner, les laisser cuire.

Ajouter de la levure maltée à la sortie du four.

Merci Delphine!



Cuisiner
avec sens !

Desserts

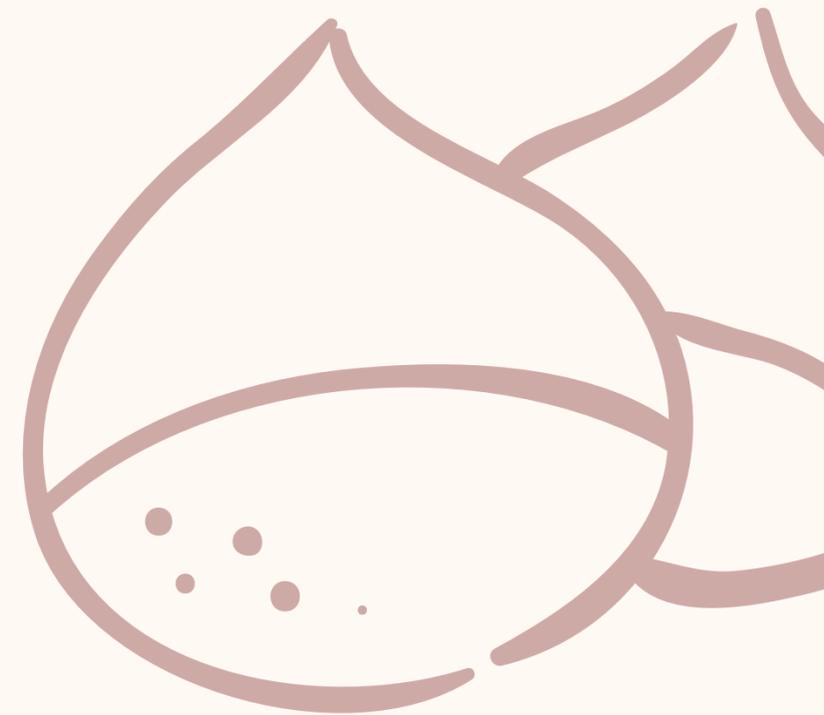
Quand on aime, on partage !



CHATAIGNES

Timing : environ 60 min entre 225 et 250 °C

- Entaillez vos châtaignes ou épluchez-les (au choix) ;
- Placez-les dans un plat à four, à sec sans eau ;
- Au four !



MUFFINS

Timing : 15 min à environ 220 °C

- 175 g de farine
- 100 g de sucre
- 1 oeuf
- 10 cl de lait
- 50 g de beurre
- 1/2 sachet de levure
- Garniture au choix

Battez l'œuf avec le sucre dans un saladier.

Ajoutez ensuite le beurre ramolli.

Dans un autre récipient, mélangez la farine et la levure.

Ajoutez la farine et le lait de façon alternée à la préparation principale.

Ajoutez la garniture désirée

Au four !





CAKE SUCRÉ

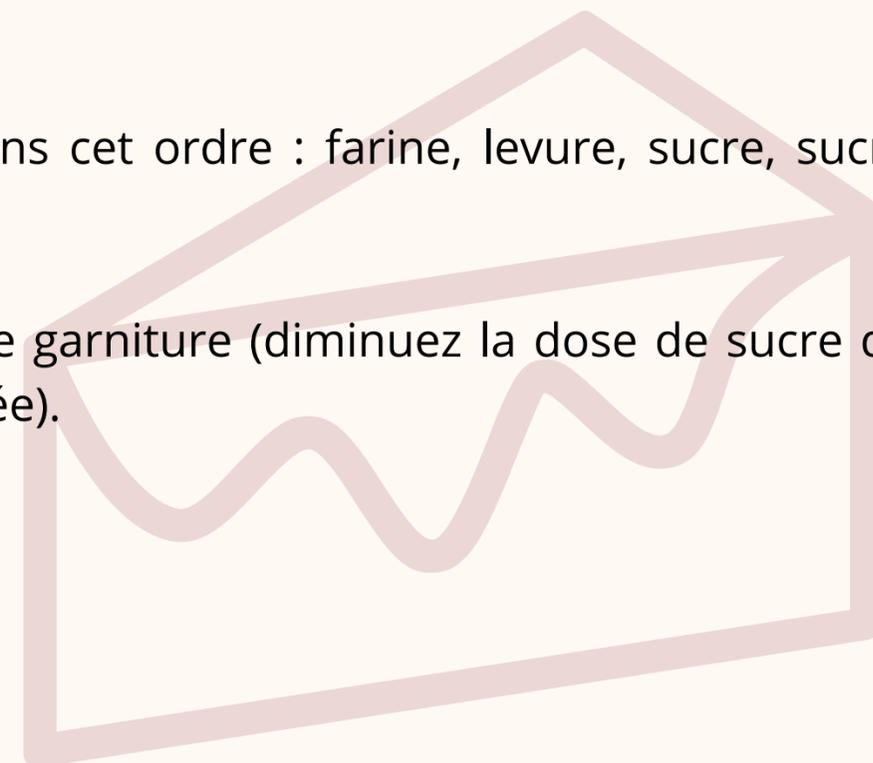
Timing : 45 min à environ 185 °C

- 200 g de farine
- 200 g de sucre
- 100 g de beurre
- 3 œufs
- 1 sachet de levure chimique
- 1 sachet de sucre vanillé
- Garniture sucrée au choix

Mélanger tous les ingrédients dans cet ordre : farine, levure, sucre, sucre vanillé, œufs, beurre.

Ajouter ensuite à convenance une garniture (diminuez la dose de sucre de moitié si la garniture est très sucrée).

Au four !





CRUMBLE POMME OU POIRE

Timing : environ 35 min à environ 180-200 °C

Pelez les fruits et coupez-les en dés.

Dans un saladier, mélanger la farine et le sucre ; puis le beurre.

Malaxez le tout du bout des doigts pour obtenir une pâte sableuse.

Buerrez le plat et y déposez les fruits et la pâte dessus.

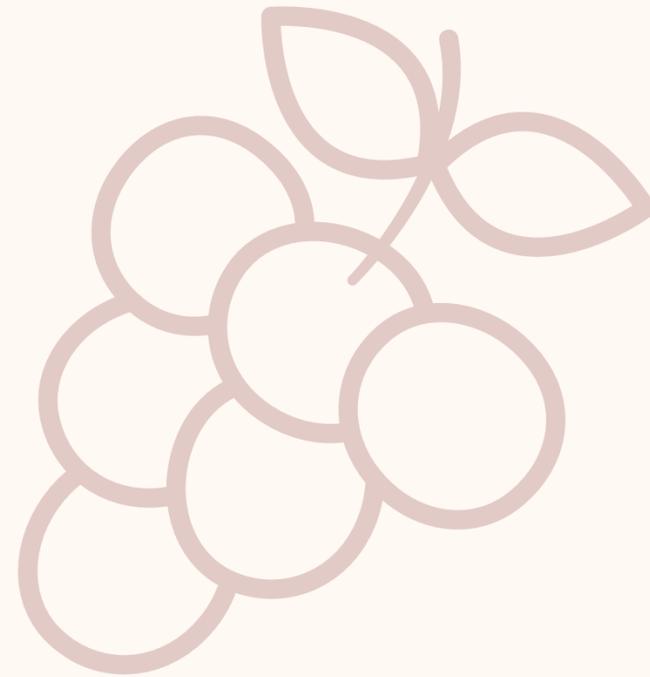
Au four !

- 3 pommes ou poires
- 150 g de farine
- 75 g de beurre
- 120 g de sucre

FRUITS SECHES

Timing : à partir de 120 °C sur 10 h

- Pommes !
- Raisins !
- Poires !
- Bananes !



Enfournez à 120 degrés quand le poêle est en descente de température et laisser une dizaine d'heures.

Merci Katia!



GRANOLA

Timing : environ 30 min à environ 200 °C

Dans un saladier, versez les flocons d'avoine et ajoutez les épices.

Versez l'huile de coco ainsi que les sucrants et mélangez bien.

Versez la préparation de façon fine sur une plaque de cuisson.

Mettre au frais 30 minutes, puis 15 minutes dans le four.

Mélangez la préparation et répartir en couche fine à nouveau.

Poursuivez la cuisson jusqu'à que les flocons soient bien dorés.

Laissez totalement refroidir, puis avec vos mains, cassez la préparation en petites pépites croustillantes.

Ajoutez les noix, les fruits séchés, le chocolat et conservez dans un bocal en verre à température ambiante.

CONSERVATION
2 SEMAINES



- 500 g flocons d'avoine
- 5 càs sirop d'Erable ou sirop de dattes
- 100 g huile de coco liquide
- 3 càs de sucre
- 200 g d'oléagineux (noisette, amandes, noix de cajou, noix de pécan)
- 100 g de fruits secs (raisins secs, cranberrys) ou de pépites de chocolat
- 1 càc vanille, ou autre épices comme la muscade et la cannelle





FAR BRETON

Timing : 30 min à environ 200 °C

- 125 gr de farine
- 125 gr de sucre
- 3 d'œufs
- 1/2 litre de lait tiède

Mélanger la farine et le sucre.

Ajouter les œufs puis le lait peu à peu.

Verser dans un moule bien beurré.

Au four.

Variante avec des pruneaux ou des raisins (farinés pour éviter qu'ils ne tombent au fond du plat)



Merci Annie !

GATEAU BRETON

Façon Claude

Timing : 30 à 40 min à environ 200 °C

- 375 gr de farine
- 250 gr de beurre salé
- 200 à 225 gr de sucre
- 6 jaunes d'œufs
- 1/2 sachet de sucre vanillé
- un œuf pour la dorure

Faire fondre le beurre en pommade

Mélanger le beurre et les jaunes d'œufs

Ajouter le sucre au fur et à mesure
+ sucre vanillé

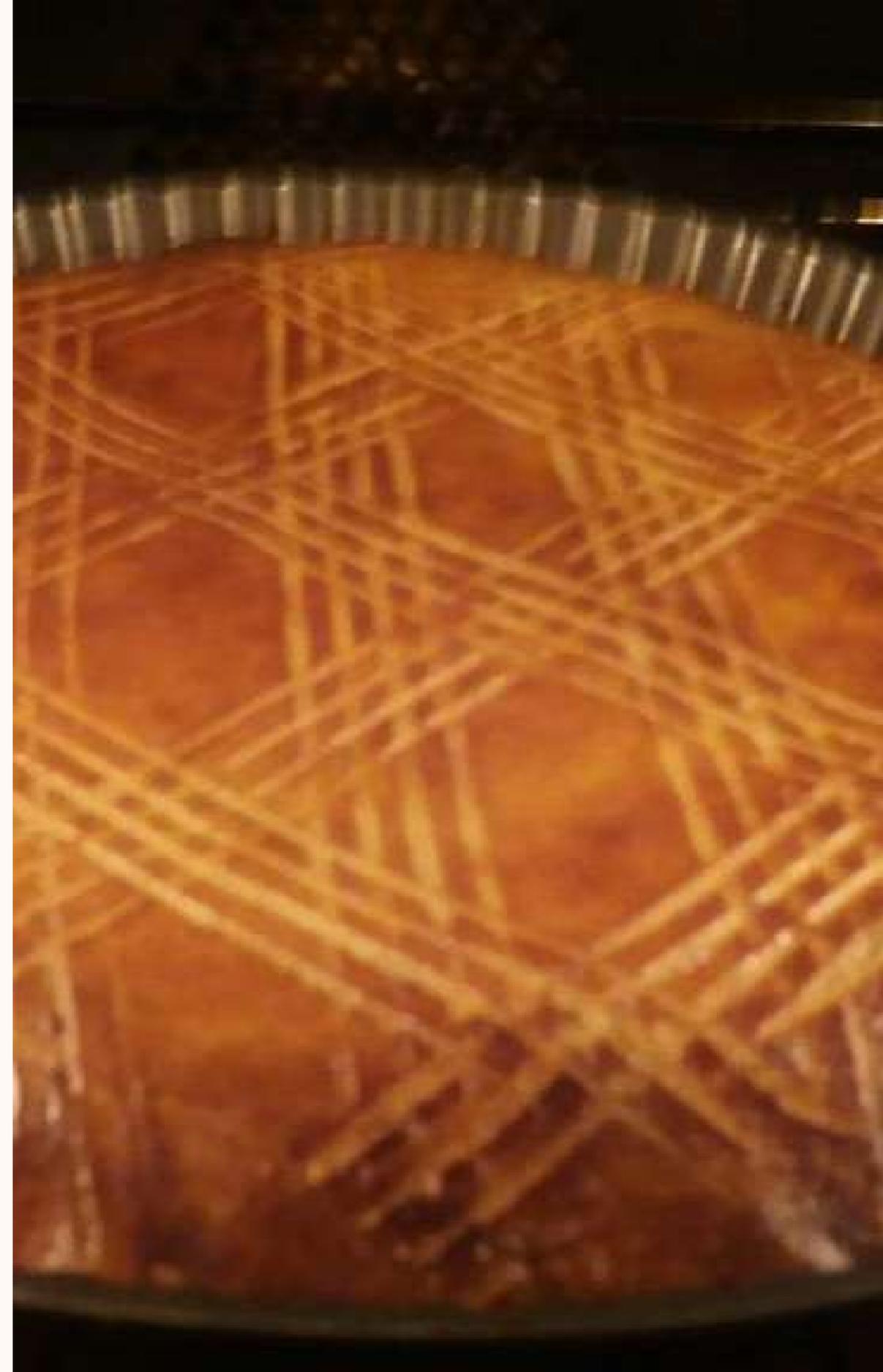
Ajouter doucement la farine ensuite
sans trop remuer (plus vous malaxez
plus le gâteau sera dur et serré)

Laisser au repos pendant une 1/2 heure

Étaler la pâte dans un plat beurré et dorer avec un œuf entier
battu puis faire les dessins à la fourchette (en losange)

Mettre au four.

Merci Claude !





- 50 g de quinoa
- 1 càs de confiture de citron
- Sirop d'érable
- Eau

QUINOA SUCRÉ

Timing : environ 45 min à 210 - 220 °C

Dans un récipient à couvercle, versez 50 g de quinoa.

Ajoutez un fond de confiture de citron, du sirop d'érable et recouvrir d'eau.

Enfournez, laissez cuire et laissez refroidir pour manger tiède.

Merci Delphine!



BANANA BREAD

Timing : 60 min à environ 170 °C

- 250 g de farine
- 160 g de sucre
- 1 sachet levure chimique
- 2 oeufs
- 85 g de beurre
- 2 càs de lait
- 2 bananes mûres
- 1 pincée de sel
- 1/2 càc de bicarbonate

Mélangez 150 g de farine avec le sucre, la levure chimique, le bicarbonate et le sel.

Ajoutez les bananes écrasées, ainsi que le beurre et le lait.

Mélangez jusqu'à obtenir une pâte homogène.

Ajoutez les oeufs et le reste de la farine.

A four !





GALETTE DES ROIS

Timing : 30 min à environ 210 °C

- 2 pâtes feuilletées
- 2 oeufs
- 80 g de sucre
- 60 g de beurre
- 125 g d'amandes en poudre
- 2 sachets de sucre vanillé

Dans un saladier, mélangez le sucre et les œufs.

Ajoutez la poudre d'amande et le sucre vanillé.

Incorporez le beurre mou.

Étalez le mélange sur une pâte feuilletée.

Placez la fève.

Refermez la galette avec la 2e pâte feuilletée et soudez les bords.

Piquez la pâte en plusieurs endroits.

Dorez la pâte avec le jaune d'œuf.

Au four !



COMPOTE POMMES - CHATAIGNES

Timing : En plusieurs temps...

Enlever la première peau des châtaignes et les placer sur un plat, les mettre au four de 20 à 30 minutes en fonction de la température du four (200°C ou un peu plus) et de la taille des châtaignes.

Surveillez avant que ça ne brûle !

Au sortir du four et en laissant refroidir pour ne pas se brûler les doigts, éplucher par frottement la deuxième peau qui a séché au four.

Après avoir épluché et coupé les pommes à cuire, ajouter un bon fond d'eau dans la cocotte en verre avant de la mettre au four, je n'ai pas minuté : quand ça chante et monte, c'est que les pommes sont cuites.

Ajouter les châtaignes à la compote et remettre au four à 100°C ou moins ou pas du tout suivant la température à laquelle vous préférez déguster ce dessert si simple et si bon.

- Pommes
- Chataîgnes

Merci Delphine!





FAIM !