

**Soezie
Club**

Un magazine pour la bonne boulangerie maison



Bloem



Juin 2003

Pique-nique sainement avec ces sandwiches-santé



Lorsque la chaleur de l'été nous inonde, quel régal de manger à l'extérieur. Al fresco... De délicieux sandwiches garnis avec des ingrédients de Toscane comme du jambon de Parme, du fromage taleggio, des tomates séchées au soleil, des olives, de la mozzarella et de la roquette. A vous faire fondre de plaisir. Grâce à notre gamme de Mix All-in, qui n'en finit pas de s'étoffer, vous réaliserez facilement les pains les plus savoureux : blanc, gris, multi-céréales, brioché, et maintenant également un pain aux graines. Il vous suffit de posséder une de ces machines à pain si pratique, un paquet de Mix All-in, un peu d'eau pour confectionner un pain gris foncé, léger, truffé de graines de tournesol et de potiron croustillantes. Puisque nous mangeons aussi avec les yeux, découpez donc les tranches de pain en petits triangles. Et pour réjouir les petits ogres, construisez des petites tours de trois tranches superposées. Et voilà comment transformer une tartine banale en un délice des plus attirants.

DE QUOI AVEZ-VOUS BESOIN?

Pour le pain aux graines:

500 g de Mix All-in pour pain aux graines

300 ml d'eau

Pour le pain blanc:

500 g de Mix All-in pour pain blanc

300 ml d'eau

COMMENT PROCEDER?

Cuisez successivement un pain aux graines et un pain blanc dans la machine à pain. Impossible de faire plus simple : versez simplement le Mix All-in et l'eau dans la machine à pain, sélectionnez le programme de base et appuyez sur la touche « start ». Attention : laissez complètement refroidir la machine après la cuisson du premier pain avant d'y introduire les ingrédients pour le second pain.

Laissez refroidir les pains fraîchement cuits.

Coupez des tranches que vous découperez ensuite en triangles. Garnissez-les d'une salade fraîche, de fromage crémeux, d'une tranche de jambon espagnol, de chorizo, de mozzarella, de basilic, ... Pour réaliser d'amusantes petites tours de sandwiches, disposez un deuxième triangle sur le premier, garnissez-le à nouveau et couvrez le tout d'un troisième triangle. Il n'y a plus qu'à vous régaler !



Savoureux sans gluten, sain et si étonnamment délicieux....

Il n'est pas aisé de confectonner des mets exempts de gluten et quand même savoureux. Les personnes atteintes de coeliakie le savent bien. Etant donné qu'il existe une demande assez importante pour de tels produits, nos spécialistes ont conçu une nouvelle farine sans gluten, baptisée "No-Risk". Non seulement cette farine est sans gluten, mais elle ne contient ni lactose, ni protéines de lait, ni œufs. Il s'agit donc d'un produit d'une extrême sécurité.

No-Risk est composée d'amidon de maïs et de blé. Elle vous permet de réaliser de délicieux pains dans le four traditionnel et dans la machine à pain, ou de confectonner très facilement d'exquises gaufrettes, des pizzas et des gâteaux. Lors de rencontres de malades coeliaques, nous avons pu constater que ces derniers avaient réservé un accueil très chaleureux à nos petits pains frais et à nos petits gâteaux. No-Risk n'est donc pas uniquement un produit sans danger, il est également universel dans son utilisation et extraordinairement délicieux. Goûtez déjà ces recettes de pain en machine à pain et de gaufrettes. Vous trouverez d'autres recettes sur l'emballage ou en visitant notre site web : www.soezie.com.

Pain sans gluten en machine à pain

DE QUOI AVEZ-VOUS BESOIN?

500 g de No-Risk
30 g de margarine
10 g de sel
14 g de levure fraîche ou 7 g de levure sèche
225 ml d'eau
225 ml de lait
(pour les régimes sans lactose: 450 ml d'eau au lieu de 225 ml d'eau et 225 ml de lait)



Gaufrettes sans gluten

DE QUOI AVEZ-VOUS BESOIN?

250 g de No-Risk
4 œufs
1 sachet de sucre vanillé
200 g de sucre
250 g de beurre ou de margarine fondus

COMMENT PROCEDER?

Séparez les jaunes des blancs d'œufs et montez les blancs en neige. Mélangez le beurre fondu (ou la margarine pour un régime sans lactose) avec le sucre et le sucre vanillé. Ajoutez la farine et les jaunes d'œufs et mélangez le tout jusqu'à obtention d'une pâte homogène. Incorporez les blancs en neige à la spatule et laissez la pâte durcir dans le réfrigérateur pendant quelques heures. Faites chauffer le gaufrier et graissez-le légèrement. Cuisez les gaufrettes jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Délicieuses à peine sorties du gaufrier, une fois refroidies, elles se laissent déguster. Les gaufrettes se conservent pendant une à deux semaines dans une boîte fermée.



COMMENT PROCEDER?

Introduisez tous les ingrédients dans la machine à pain. Si vous devez cuire un pain sans lactose, remplacez la quantité de lait indiquée par de l'eau. Sélectionnez le programme rapide (programme de 2 heures environ). Choisissez la couleur de croûte souhaitée.

Des pommes sur fond délicat de pâte brisée. Léger et croustillant à la fois.

Il n'est pas toujours nécessaire de sortir des recettes culinaires quatre étoiles de votre manche pour confectionner une délicieuse tarte. Avec des ingrédients tout simples, vous allez créer une véritable symphonie de saveurs auprès de laquelle n'importe quelle tarte débordant de crème fraîche déclarera forfait. Le mariage de ces tranches de pomme sans sucre avec un soupçon de cannelle posées sur un léger fond de pâte brisée va vous faire découvrir le goût authentique de la tarte aux pommes.

DE QUOI AVEZ-VOUS BESOIN?

Pour un moule de 27 cm de diamètre::

Pour la pâte brisée:

330 g de mix pour pâte brisée

130 g de beurre

1 œuf

En plus:

Des pommes

De la cannelle



COMMENT PROCEDER?

Préparez tout d'abord la pâte brisée:

Rassemblez tous les ingrédients et pétrissez le tout jusqu'à obtention d'une pâte homogène.

Laissez reposer la pâte pendant 15 minutes dans le réfrigérateur.

Faites votre plan de travail et abaissez la pâte au rouleau jusqu'à une épaisseur de 2 mm.

Foncez-en le moule graissé. Attention : laissez tout simplement le surplus de pâte dépasser du bord du moule. Disposez les tranches de pommes en

couvrant le fond. Saupoudrez de cannelle. Repliez la pâte qui dépassait du bord vers l'intérieur.

Faites cuire la tarte aux pommes pendant 20 à 25 minutes à 200°C.



Tarte aux groseilles à maquereau. Un classique chez les pâtisseries une fois l'été venu

L'aigre-doux des groseilles à maquereau est atténué par la fine couche de crème pâtissière. Ces ingrédients révèlent tous leurs trésors sur un fond pour clafoutis traditionnel fait d'une pâte brochée moelleuse. Vous apporterez la touche finale à cette tarte en la saupoudrant généreusement de sucre glace.

DE QUOI AVEZ-VOUS BESOIN?

Pour un moule de 27 cm de diamètre::

Pour la pâte:

250 g de Mix All-in pour pain brioché

135 ml d'eau

Pour la crème pâtissière::

45 g de mix pour crème pâtissière

150 ml de lait

En plus:

Des groseilles à maquereau (groseilles vertes)

Du sucre glace

COMMENT PROCEDER?

Pétrissez les ingrédients pour la pâte pendant 20 minutes. Couvrez la pâte avec un linge sec et laissez-la reposer 30 minutes à température ambiante. Abaissez la pâte au rouleau et foncez-en le moule à tarte graissé.

Mélangez le mix pour crème pâtissière avec le lait jusqu'à obtention d'un tout homogène. Etalez-en une fine couche sur le fond de tarte. Couvrez de groseilles à maquereau. Laissez lever pendant 30 minutes.

Faites cuire la tarte de 15 à 20 minutes dans un four préchauffé à 220°C. Une fois la tarte refroidie, saupoudrez-la généreusement de sucre glace.



Toute la saveur du sud dans un pain méditerranéen



Rien ne plaît plus aux boulangers passionnés que de faire des expériences. Mélanger des variétés de farine ou ajouter des noix, des graines ou des raisins : à chaque fois, une petite différence pour que les tartines quotidiennes ne soient jamais monotones. C'est d'une recette de ce type dont il s'agit ici, une recette née d'une expérience : un pain gris plein de morceaux de graines croustillantes et agrémenté d'une farce relevée au fromage, poivrons et olives. Voici encore une nouvelle recette dont on pourra imaginer d'innombrables variantes.

DE QUOI AVEZ-VOUS BESOIN ?

Recette pour la machine à pain

Pour la pâte:

250 g de Bis Fermier

250 g de farine partiellement intégrale de froment

290 ml d'eau

22 g de levure fraîche ou 11 g de levure sèche

5 g de sel

10 ml d'huile d'olive

Ingédients supplémentaires:

100 g de poivron rouge et vert en dés

100 g de petits dés de fromage

éventuellement quelques olives coupées en morceaux du fromage râpé

COMMENT PROCEDER ?

Introduisez tous les ingrédients pour la pâte dans la machine à pain. Sélectionnez le programme rapide, déterminez la couleur de croûte et appuyez sur la touche « start ». Attention : après le pétrissage (qui dure environ 20 minutes), retirez la pâte et le crochet pétrisseur de la machine sans interrompre le programme. Laissez reposer la pâte pendant 10 minutes. Divisez-la ensuite en pâtons et incorporez-y les morceaux de poivron, les dés de fromage et les morceaux d'olive. Formez une grosse boule de pâte avec le tout et replacez-la dans la machine à pain, sans le crochet pétrisseur. Saupoudrez de fromage râpé. La machine poursuit le programme normalement.



Une pizza qui fait la grimace, pour grands et petits

Cuire des pizzas peut être un réel plaisir tant pour les grands boulangers que pour les petits marmitons. Avec le mix pour pizza, la pâte est prête en un clin d'œil. C'est alors que le plaisir commence : avec des champignons émincés, des olives, des tranches de salami, vous pouvez dessiner les visages les plus amusants. Il y a des chances que certains exemplaires finissent par se trouver perdus au mur même si ce serait un péché de réserver ce sort à de délicieuses pizzas.

DE QUOI AVEZ-VOUS BESOIN?

Pour 1 platine à pizza de 24 cm de diamètre et 2 pizzas enfant:

Pour la pâte:

400 g de mix pour pizza

200 ml d'eau

3 cuillères à soupe d'huile d'olive

Pour la garniture:

De la sauce bolognaise

3 oignons

150 g de jambon de Parme

200 g de salami

150 g d'anchois

200 g de champignons

des poivrons (vert, jaune et rouge)

des olives

du fromage râpé

COMMENT PROCEDER?

Mélanguez le mix pour pizza, l'eau et l'huile d'olive et pétrissez jusqu'à obtention d'une pâte bien homogène. Abaissez la pâte au rouleau sur une surface de travail farinée. Foncez une platine à pizza de 24 cm de diamètre avec la pâte et, à l'aide d'un pot rond, découpez deux fonds d'environ 15 cm de diamètre. Faites suer les oignons et les poivrons pendant environ 5 minutes dans un peu d'huile d'olive. Etalez la sauce bolognaise sur la grande pizza et garnissez ensuite au choix avec les autres ingrédients. Pour terminer, saupoudrez de fromage râpé. Pour réaliser les pizzas des enfants, faites-vous donc aider par les (petits) enfants. Ils prendront un plaisir immense à vous donner un petit coup de main. Au moyen des ingrédients, dessinez une bouche, un nez, des yeux, des joues, des oreilles... afin de vraiment donner vie à vos pizzas.

Faites cuire la grande pizza pendant 15 minutes environ dans un four préchauffé à 220°C. Quant aux pizzas des enfants, elles seront prêtes après une dizaine de minutes. Un régal pour les yeux et pour le palais.



Un trio de bavarois



Trois types de bavarois, trois goûts rafraîchissants dès que l'été pointe son nez. En couvrant une génoise de bavarois, vous confectiionnerez de véritables chefs d'œuvre qui pourraient royalement trôner dans la vitrine d'un pâtissier professionnel.

DE QUOI AVEZ-VOUS BESOIN?

Pour la génoise:	
330 g de mix pour génoise	
3 cuillers à soupe d'eau	
5 œufs	
Pour le sirop:	
250 ml d'eau	
250 g de sucre	
De l'arôme de kirsch	
De l'arôme de rhum	
Pour le bavarois aux fraises:	
75 g de mix pour bavarois aux fraises	
60 ml d'eau	
300 ml de crème fraîche	

Pour le bavarois au citron:

Pour le bavarois au citron:	
60 g de mix pour bavarois au citron	
60 ml d'eau	
300 ml de crème fraîche	
Pour le bavarois au chocolat:	
75 g de mix pour bavarois au chocolat	
60 ml d'eau	
300 ml de crème fraîche	
Pour la finition:	
Du nappage aux abricots	
Le jus d'un demi-citron	
Du colorant alimentaire jaune	
Du nappage aux fraises	
Du glaçage chocolat	

COMMENT PROCEDER?

Préparez tout d'abord la génoise :

Fouettez tous les ingrédients ensemble pendant 10 minutes. Vous obtiendrez ainsi une pâte suffisamment légère. Étalez-en une fine couche sur une plaque de cuisson graissée. Faites cuire pendant 10 minutes environ dans un four préchauffé à 230°C.

Confectionnez ensuite le sirop :

Versez le sucre et l'eau dans un poêlon et laissez bouillir pendant 1 minute. Répartissez le sirop dans trois ravers. Dans un ravier, versez quelques gouttes d'arôme de rhum, dans les deux autres, un peu d'arôme de kirsch.

Préparez enfin les bavarois :

Suivez la même méthode pour les 3 types de bavarois. Fouettez d'abord la crème fraîche à moitié. Mélangez le mix avec l'eau dans un récipient. Ajoutez-y la crème à moitié fouettée. Continuez à fouetter.

Réalisation des gâteaux au bavarois :

Disposez un cadre ou un cercle à pâtisserie graissé (par exemple le contour d'un moule à charnière) sur un plat de service plat. Déposez-y un fond de génoise qui ne touche pas tout à fait les bords. Badigeonnez-le de sirop au kirsch. Remplissez le cadre ou le cercle à moitié avec le bavarois au citron. Déposez une nouvelle couche de génoise au-dessus, un peu plus mince que la précédente et badigeonnez-la à nouveau de sirop au kirsch. Remplissez alors complètement avec le reste de bavarois. Laissez durcir une heure dans le réfrigérateur ou 5 à 10 minutes dans le surgélateur. Procédez de la même manière pour les deux autres types de bavarois. Vous combinerez le bavarois au chocolat avec une génoise imprégnée de sirop aromatisé au rhum. Pour le bavarois aux fraises, l'arôme de kirsch est davantage approprié.

Finition des gâteaux :

Faites fondre 2 cuillerées à soupe de nappage aux abricots avec 6 cuillerées à soupe d'eau. Ajoutez le jus d'un demi-citron et quelques gouttes de colorant jaune. Faites glisser de quelques millimètres vers le haut le cadre ou le cercle se trouvant autour du gâteau de bavarois au citron. Si nécessaire, réchauffez d'abord le cadre ou le cercle avec les mains ou à l'aide d'un torchon humide et chaud afin de pouvoir le faire glisser plus aisément. Étalez une fine couche de nappage jaune et laissez prendre pendant 30 secondes. Enlevez alors le cadre ou le cercle. Servez de petites portions. Pour le gâteau de bavarois aux fraises, faites fondre 2 cuillerées à soupe de nappage aux fraises avec 6 cuillerées à soupe d'eau. Procédez ensuite de la même manière. Quant au gâteau de bavarois au chocolat, vous y étalerez une fine couche de glaçage chocolat. Pour ce faire, plongez le sachet de glaçage pendant 10 minutes dans de l'eau très chaude. Faites coulisser le cercle vers le haut et étalez une fine couche de glaçage comme pour le nappage.



Une couronne pas très banale.

Le mariage parfait entre des légumes du jardin et un petit nid douillet et léger.



En Bourgogne, on l'appelle une "gougère". Il s'agit d'une délicieuse couronne en pâte à choux croustillante avec du gruyère et garnie de petits légumes tout frais, enduits de beurre aux herbes. Les cuisiniers français recommandent de 'savourer' cette création accompagnée d'un bon petit verre de Beaujolais.

DE QUOI AVEZ-VOUS BESOIN?

Incorporez ensuite le fromage dans la pâte en mélangeant.

À l'aide d'une cuiller, dessinez alors un cercle de pâte d'un diamètre de 25 cm sur une plaque de cuisson graissée. Saupoudrez encore un peu de gruyère à la surface. Faites cuire la couronne de pâte 30 à 35 minutes dans un four préchauffé à 170°C, pour que la pâte prenne une belle couleur dorée.

Après la cuisson, déposez la couronne sur une grille à pâtisserie. Découpez la couronne horizontalement avec un couteau bien aiguisé. Enlevez la partie supérieure pour que la chaleur puisse s'échapper. Placez la couronne sur un plat de service et gardez-la au chaud pendant que vous préparez la garniture.

Pendant la cuisson de la couronne, confectionnez le beurre aux herbes. Faites fondre le beurre dans une petite poêle, jetez-y le basilic haché grossièrement et la ciboulette et laissez-le chauffer à feu très doux pendant 5 minutes pour qu'il absorbe tout l'arôme des herbes. Mixez le mélange très finement et conservez-le au chaud jusqu'au moment de servir.

Nettoyez les légumes séparément. Déposez chaque sorte de légume sur une feuille d'aluminium beurrée et repliez-la pour la sceller. Mettez les légumes dans leur papillote dans une casserole et étuvez-les jusqu'à ce qu'ils soient cuits à point. Placez les légumes dans un récipient chaud.

Aspergez-les avec le beurre aux herbes et remuez jusqu'à ce qu'ils en soient bien enduits. Sur le fond de la couronne, remplacez son couvercle et décorez de quelques feuilles de basilic et de persil.



Pour la pâte:

100 g de mix pour choux

100 ml d'eau

1 œuf

55 g de gruyère

Pour la garniture:

85 g de beurre

une poignée de feuilles de basilic

1 cuiller à thé de ciboulette finement hachée

570 g de petits légumes: haricots fins, brocoli, courgettes, mini épis de maïs (baby maïs) tomates, concombre, champignons, du cresson

Pour la finition:

Quelques feuilles de basilic et du persil

COMMENT PROCEDER?

Préparez tout d'abord la pâte:

Faites chauffer l'eau jusqu'à ce qu'elle frémit (avant l'ébullition). Cassez l'œuf dans un récipient et ajoutez-y le mix pour pâte à choux. Versez-y ensuite l'eau en remuant constamment. Remuez énergiquement jusqu'à obtention d'une pâte homogène.



COLOPHONE

Éditeur responsable:
Daniël Lips
Eugeen Meeusstraat 6
B-2170 Merksem

Rédaction:
Koen Marichael
Wouter Meesters

Photographie:
Douglas bvba

Service clientèle:
Tél. Belgique: 03 641 06 53
Tél. France: 0800 90 47 75
E-mail: soezie@aveve.be

Publication trimestrielle
d'Aveve Bloem
9^{ème} année, N° 2

Surfez sur le site Internet
de Soezie:
www.soezie.com

La plupart des produits de
boulangerie-pâtisserie mentionnés
dans cette brochure sont disponibles
dans les points de vente d'Aveve et
de Covee.



Soezie