

Julie Biuso

Albums
LAROUSSE

Barbecue & plancha



La cuisson des épis de maïs au barbecue donne des grains bien tendres et une caramélisation qui leur confère une saveur sucrée.

Maïs au barbecue

POUR 6 PERSONNES

- > 6 épis de maïs frais
- > huile d'olive, de préférence à saveur fruitée
- > piment en poudre
- > quartiers de citron vert
- > beurre
- > sel et poivre du moulin

- > ficelle de cuisine pour maintenir les feuilles des épis

Commencez par ôter les filandres des épis, en abaissant les feuilles une à une pour les repérer. Remettez ensuite les feuilles en place et ficellez-les bien pour les maintenir. Faites alors tremper les épis dans de l'eau froide pendant 30 minutes.

Faites cuire les épis dans la braise pendant 15 à 30 minutes, en les tournant souvent. Vous pouvez aussi les cuire sur une plaque de barbecue, en les arrosant d'un peu d'eau de temps à autre, jusqu'à ce que les grains aient bruni, soit 30 minutes environ.

Servez les épis arrosés d'un filet d'huile d'olive et relevés de piment en poudre, de sel et d'un peu de poivre, avec des quartiers de citron ou, plus simplement, une bonne quantité de beurre, du sel et du poivre.



En Italie, la *panzanella* est une salade traditionnelle permettant d'accommoder les restes de pain sec que l'on fait ramollir dans de l'eau ou dans un assaisonnement avant de les incorporer. En voici une variante réalisée avec du pain grillé. Servez la *panzanella* en entrée ou en accompagnement d'un plat.

Panzanella

POUR 4-6 PERSONNES

- > 1/2 petite ciabatta (pain italien en forme de pantoufle) ou 1/2 baguette
- > huile d'olive
- > 2 petits oignons rouges, épluchés et coupés en minces rondelles
- > 1/2 concombre
- > 3 grosses tomates, coupées en dés et rapidement égouttées
- > 8 cuill. à soupe d'olives noires
- > 8 cuill. à soupe de feuilles de basilic

Pour la vinaigrette

- > 1 gousse d'ail pelée et écrasée
- > 1 cuill. à soupe de câpres égouttées
- > 1/2 cuill. à café de sel
- > 4 cuill. à soupe d'huile d'olive
- > 1 cuill. à soupe de vinaigre de vin rouge
- > poivre du moulin

Découpez le pain en cubes de 1,5 cm de côté. Déposez ces cubes dans un plat creux et arrosez-les d'un peu d'huile d'olive. Faites-les dorer ensuite quelques minutes de tous côtés sur la plaque d'un barbecue. Réservez-les.

Faites tremper les rondelles d'oignon dans de l'eau froide pendant 15 minutes. Pelez le concombre, coupez-le en deux dans le sens de la longueur, retirez les graines à l'aide d'une cuillère, puis détaillez la chair en tranches. Mettez celles-ci dans un saladier, ajoutez les rondelles d'oignon égouttées, les dés de tomate, les olives noires et les croûtons. Déchiquetez les plus grosses feuilles de basilic et répartissez-les par-dessus.

Dans un petit bol, réunissez l'ail, les câpres, le sel et du poivre selon votre goût. Ajoutez l'huile et le vinaigre, mélangez et versez cette vinaigrette sur la salade. Remuez bien le tout, couvrez et laissez reposer au réfrigérateur de 30 à 45 minutes. Juste avant de servir, garnissez la salade avec les restes des feuilles de basilic.





Un plat bien crémeux, qui rappelle la fondue traditionnelle.

Fromages grillés, pain et mesclun

POUR 4-6 PERSONNES

- > 6 tomates moyennes, coupées en dés et rapidement égouttées
- > 1 petite poignée de feuilles de basilic ciselées
- > jus de citron
- > huile d'olive
- > 220 g de mesclun (roquette, cresson, feuille de chêne rouge, oseille...), lavé et essoré
- > vinaigre de vin blanc
- > 1 baguette ou du pain pide (pain plat turc), ou de la ciabatta (pain italien en forme de pantoufle)
- > 2 grosses gousses d'ail pelées
- > petits camemberts ou petits bries (1 fromage par personne), à température ambiante
- > sel et poivre du moulin


Préparez une salade toute simple avec les dés de tomate, le basilic, un peu de sel, du poivre, quelques gouttes de jus de citron et une bonne quantité d'huile d'olive.

Assaisonnez les feuilles de salade avec un trait de vinaigre, du sel, du poivre et un peu d'huile d'olive.

Coupez le pain en tranches ou en morceaux et faites-les dorer sur la grille d'un barbecue. Frottez les tranches ou morceaux avec l'ail, ajoutez un peu de sel et empilez-les les uns sur les autres.

Préparez les fromages. Pour cela, déposez-les sur la grille huilée d'un barbecue et laissez-les cuire à chaleur moyenne jusqu'à ce qu'ils se colorent légèrement, soit environ 5 minutes. Retournez-les avec précaution et poursuivez la cuisson quelques minutes : ils doivent être bien souples quand on les presse légèrement sur les bords.

Posez délicatement chaque fromage sur l'assiette d'un convive. Pour le déguster, faites une légère incision sur la surface, grattez en partie la peau et prélevez la pâte devenue fondante à l'aide des mouillettes de pain. Servez la salade à part sur les assiettes individuelles.



En entaillant en croix les noix de saint-jacques, on leur permet de s'ouvrir à la manière d'une fleur, et donc de mieux s'imprégner de la sauce pimentée pendant la cuisson.

Noix de saint-jacques à la plancha

POUR 6 PERSONNES

- > 1 citron
- > 4 cuill. à soupe d'huile d'olive
- > 1/4 de cuill. à café de sel
- > 1/2 gros poivron rouge, épépiné et coupé en petits dés
- > 500 g de noix de saint-jacques rincées et essuyées
- > 2 piments oiseaux séchés (petits piments « enragés »), écrasés
- > 1 poignée de petites feuilles de basilic en garniture
- > poivre du moulin

Prélevez le zeste du citron en bandes épaisses, puis pressez le fruit. Dans un bol, réunissez 1 cuillerée à soupe du jus de citron, la moitié de l'huile d'olive, le sel et du poivre.

Versez 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive dans une poêle ou une casserole, faites-y cuire les dés de poivron jusqu'à ce qu'ils soient attendris. Laissez-les refroidir, puis mettez-les dans le bol contenant l'assaisonnement.

À l'aide d'un petit couteau de cuisine, pratiquez une entaille en croix sur chaque noix de saint-jacques. Déposez les noix dans un récipient creux, versez en filet la dernière cuillerée à soupe d'huile d'olive, ajoutez les piments et le zeste de citron. Remuez délicatement le tout pour que les noix s'enrobent bien du mélange.

Faites cuire les saint-jacques, face entaillée vers le bas, à feu moyen sur une plaque de barbecue, pendant quelques minutes. Puis retournez-les et poursuivez la cuisson. Dans le même temps, faites dorer le zeste de citron. Une fois les noix cuites, déposez-les sur un plat de service, arrosez-les avec l'assaisonnement, garnissez le tout de feuilles de basilic et de zeste de citron. Servez aussitôt.



Les tomates sur bruschetta constituent un antipasto classique en Italie. Choisissez-les aussi sucrées que possible, car le passage dans les braises leur donne une saveur un peu amère.

Bruschetta aux tomates cerises rôties

POUR 4 PERSONNES

- > 1 ciabatta (pain italien en forme de pantoufle)
- > 4 petites branches de tomates cerises
- > 2 gousses d'ail bien pleines, pelées et coupées en deux
- > huile d'olive
- > sel et poivre du moulin

Coupez la ciabatta en deux dans le sens de la longueur, puis au milieu, de façon à obtenir 4 morceaux assez grands.

Préparez les tomates. Pour cela, faites-les tremper sur leur branche pendant 10 minutes dans de l'eau froide, puis déposez-les sur des braises, branches vers le bas. Quand elles commencent à se boursoufler, au bout de quelques minutes, retournez-les délicatement à l'aide de longues pinces et poursuivez la cuisson quelques minutes, en attendant les braises si nécessaire. Déposez les tomates sur une assiette, laissez-les refroidir puis pelez-les.

Vous pouvez aussi mettre les tomates dans un plat à gratin peu profond (tapissé de papier sulfurisé qui facilitera le nettoyage), les arroser d'un filet d'huile d'olive et les cuire dans un four préchauffé à 250 °C (therm. 8-9) jusqu'à ce qu'elles commencent juste à se ratatiner et à noircir, soit environ de 5 à 7 minutes.

Faites griller les morceaux de ciabatta sur une grille de barbecue pour qu'ils prennent une couleur bien dorée, sans brûler. Puis, sans tarder, frottez la mie avec l'ail. Déposez une branche de tomates cerises sur chaque morceau, salez, poivrez, arrosez d'une bonne quantité d'huile d'olive et servez immédiatement.





Le pain frotté d'ail, tartiné de beurre et grillé au four est délicieux, mais il devient encore meilleur parfumé à l'huile d'olive et doré au barbecue.

Pain aillé au barbecue

POUR 4 PERSONNES

- > 1 baguette
- > 15 cl d'huile d'olive
- > 2 gousses d'ail pelées et écrasées
- > 2 cuill. à soupe de feuilles de romarin grossièrement hachées
- > sel


- > petites brochettes en bambou trempées 30 minutes dans de l'eau froide

Découpez le pain en tranches, puis chaque tranche en deux. Mettez l'huile d'olive, l'ail et le romarin dans un grand récipient creux. Ajoutez les morceaux de baguette et remuez pour que le pain s'enrobe uniformément du mélange.

Enfilez 4 morceaux de pain sur chaque brochette. (La préparation peut se réaliser plusieurs heures à l'avance jusqu'à ce stade; dans ce cas, couvrez les brochettes.)

Faites cuire le pain à feu doux sur une plaque de barbecue jusqu'à ce qu'il soit doré; évitez de l'exposer à une chaleur trop intense qui le noircirait rapidement. Assaisonnez ensuite les brochettes de quelques pincées de sel. Servez-les très chaudes. Elles peuvent aussi accompagner une salade, par exemple une panzanella (recette page 8).





Vous pouvez préparer la viande à l'avance et embrocher les morceaux juste avant la cuisson. Servez ce plat avec du fenouil détaillé en lamelles et assaisonné d'huile et de jus de citron.

Saté au porc et au fenouil

POUR 4-6 PERSONNES
(40 PETITES BROCHETTES)

- > 2 cuill. à café de graines de cumin fraîchement moulues
- > 2 cuill. à café de graines de fenouil fraîchement moulues
- > 2 cuill. à café de curcuma
- > 1 1/2 cuill. à café de sel
- > 1 cuill. à soupe de sucre roux
- > zeste finement râpé de 1 citron
- > 6 cuill. à soupe de crème de coco (elle se forme à la surface du lait de coco après un temps de repos)
- > 700 g de viande de porc, parée et coupée en petites bouchées
- > huile
- > salade en garniture
- > brins de persil en garniture
- > quartiers de citron vert

- > petites brochettes en bambou trempées 30 minutes dans de l'eau froide

Mélangez dans un bol le cumin, le fenouil, le curcuma, le sel, le sucre roux et le zeste de citron. Incorporez la crème de coco, puis ajoutez les morceaux de viande et remuez-les pour bien les enrober du mélange. Couvrez le récipient, laissez-le au réfrigérateur au moins 1 heure et jusqu'à 24 heures.

Enfilez les morceaux de viande à raison de 3 ou 4 par brochette, sans les tasser. Badigeonnez-les d'un peu d'huile et faites-les cuire à feu fort sur une plaque de barbecue jusqu'à ce qu'ils présentent une surface croustillante et brunie, et un centre correctement cuit. Servez sur un lit de salade, avec quelques brins de persil et des quartiers de citron vert.



Les *polpettine* sont des boulettes italiennes à base de viande hachée parfumées avec de l'ail, de la marjolaine et de la mortadelle. Ici, elles sont cuites en brochettes comportant également du pain et du gruyère. Servez-les, de préférence, avec une salade de tomate au basilic.

Polpettine en brochettes

POUR 4-6 PERSONNES
(16 BROCHETTES)

- > 600 g de viande hachée de porc et de veau, ou seulement de viande de porc
- > 1 gros œuf légèrement battu
- > 2 gousses d'ail pelées et écrasées
- > un peu de noix de muscade fraîchement râpée
- > 1 cuill. à soupe de marjolaine finement hachée
- > 50 g de parmesan fraîchement râpé
- > 30 g de mie de pain fraîche, émiettée
- > 75 g de mortadelle ou de jambon, finement hachés
- > 1/2 baguette coupée en 32 cubes
- > 200 g de gruyère coupé en 16 cubes
- > huile pour la plaque du barbecue
- > sel et poivre du moulin

Pour l'huile parfumée

- > 2 cuill. à soupe d'huile d'olive
 - > 1 gousse d'ail écrasée
 - > 1 gros brin de marjolaine
 - > poivre du moulin
- > 16 brochettes en bambou trempées 30 minutes dans de l'eau froide

Dans un récipient creux, écrasez la viande à l'aide d'une fourchette et ajoutez l'œuf, l'ail, 1/2 cuillerée à café de sel, une bonne quantité de poivre, la noix de muscade, la marjolaine, le parmesan, la mie de pain et la mortadelle. Malaxez le tout, puis, avec les mains, façonnez 32 boulettes ovales. Déposez-les au fur et à mesure sur un plateau. Couvrez-les avec du film étirable et laissez-les se raffermir au réfrigérateur au moins 2 heures et jusqu'à une nuit entière.

Préparez 16 brochettes comportant chacune, dans l'ordre : pain, boulette de viande, gruyère, boulette de viande et pain. Couvrez les brochettes, réservez-les au réfrigérateur jusqu'à la cuisson (la préparation peut se réaliser quelques heures à l'avance jusqu'à ce stade).

Dans un petit bol, mélangez les ingrédients de l'huile parfumée et badigeonnez-en délicatement les brochettes à l'aide d'un pinceau. Faites cuire les brochettes à feu doux sur la plaque huilée d'un barbecue. Il est normal pendant cette phase que le fromage fonde : il suffit alors de récupérer ce qui a coulé avec une spatule et de le façonner sur une brochette. Poursuivez la cuisson jusqu'à ce que la viande soit cuite au centre ; goûtez une boulette pour vous en assurer. Méfiez-vous des impressions trompeuses, car la mortadelle ou le jambon prennent une fois cuits une couleur rose prononcée qui peut donner le sentiment que la boulette n'est pas encore prête. Servez très chaud.





Ces brochettes d'agneau sont cuites sur une plaque de barbecue, puis laissées quelque temps sur une grille pour leur conférer une légère saveur fumée. Elles peuvent aussi être cuites au four sur du papier sulfurisé huilé.

Boulettes épicées d'agneau, sauce au yaourt

POUR 3-4 PERSONNES
(12 PIÈCES)

- > 650 g de viande hachée d'agneau ou de bœuf, de première qualité
- > 1 oignon de taille moyenne, épluché et finement haché
- > 1 gousse d'ail pelée et écrasée
- > 1 cuill. à café de gingembre frais finement râpé
- > 1 1/2 cuill. à café de sel
- > 1 cuill. à café de garam masala (mélange d'épices indien)
- > 2 cuill. à soupe de coriandre finement hachée
- > 1 œuf
- > 4 cuill. à soupe d'eau
- > 2 cuill. à soupe de besan (farine de pois chiches)
- > riz cuit à la vapeur pour le service (facultatif)

Pour la sauce au yaourt

- > 25 cl de yaourt nature
- > 2 cuill. à soupe de menthe ciselée
- > 1 piment vert fort, épépiné et finement haché
- > 1 pincée de sel

- > brochettes à tige plate

Mettez la viande dans un grand récipient creux, ajoutez l'oignon, l'ail, le gingembre, le sel, le garam masala et la coriandre. Battez l'œuf avec l'eau dans un bol, versez sur la viande, saupoudrez de farine de pois chiches. Faites un bon pétrissage à la main de tous ces ingrédients.

Façonnez ce mélange en petites boulettes ovales. Posez-les sur une assiette au fur et à mesure de leur confection. Couvrez-les et mettez-les 1 ou 2 heures au frais avant de les cuire.

Dans un bol, mélangez les ingrédients de la sauce au yaourt; couvrez.

Enfilez 2 boulettes par brochette. Il est préférable d'utiliser des brochettes à tige plate sur laquelle les aliments à cuire sont mieux maintenus que sur une tige ronde. À défaut, vous pouvez aussi cuire les boulettes individuellement au barbecue. Dans les deux cas, faites cuire les boulettes à feu moyen-vif sur la plaque huilée d'un barbecue, jusqu'à ce qu'elles soient cuites au centre (pour vous en assurer, ouvrez-en une). Terminez alors rapidement la cuisson en les colorant sur la grille du barbecue exposée à forte chaleur.

Servez les boulettes très chaudes avec la sauce au yaourt et, si vous en avez préparé, une généreuse quantité de riz moelleux cuit à la vapeur.





La qualité de la viande d'agneau est essentielle pour la réussite de ce plat, à servir par exemple avec des aubergines grillées, une salade et un bon pain.

Côtelettes d'agneau au thym et à la moutarde

POUR 4 PERSONNES


- > 2 carrés de jeune agneau
- > 2 cuill. à café d'huile d'olive
- > 1 cuill. à soupe de moutarde à graines apparentes
- > plusieurs branches de thym commun ou de thym-citron
- > 2 gousses d'ail pelées et écrasées
- > sel et poivre du moulin

Débarrassez la viande de la graisse s'il y en a. Avec la pointe d'un petit couteau, ôtez la membrane argentée. Découpez les carrés d'agneau en côtelettes.

Dans un plat peu profond, mélangez l'huile d'olive, la moutarde, le thym, l'ail et une bonne quantité de poivre. Ajoutez les côtelettes, retournez-les pour bien les enrober du mélange, puis laissez-les mariner au moins 15 minutes et jusqu'à 2 heures dans le réfrigérateur. Prévoyez de les amener à température ambiante avant de les cuire.

Faites cuire les côtelettes à feu très chaud sur une grille de barbecue jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes en surface, mais que l'intérieur reste rose et moelleux, soit 3 ou 4 minutes sur chaque face. Disposez-les sur un plat chauffé, salez généreusement et servez sans tarder.





Brochettes de poulet, salade de pastèque et de feta

POUR 6 PERSONNES
(24 BROCHETTES)

Pour les brochettes de poulet

- > 2 poivrons jaunes
- > 250 g d'olives vertes farcies au piment
- > 4 cuill. à soupe d'huile d'olive
- > 1 citron
- > 1 cuill. à soupe de miel liquide
- > 2 cuill. à soupe de menthe ciselée + en garniture
- > 1/4 de cuill. à café de sel
- > 750 g de blancs de poulet, sans la peau, coupés en petites pièces
- > poivre du moulin

Pour la salade

- > 4 cuill. à soupe de graines de potiron
- > huile
- > 2 laitues romaines (ou 350 g de feuilles de romaine en sachet), triées, lavées et essorées
- > 1/2 pastèque de petite taille, coupée en petits morceaux
- > 250 g de feta ferme, émiettée en morceaux
- > 3 cuill. à soupe d'huile d'olive parfumée au citron (ou la même quantité d'huile enrichie du zeste de 1 citron)
- > 1 cuill. à soupe de vinaigre de vin blanc
- > 1/4 de cuill. à café de sel
- > poivre du moulin

- > petites brochettes en bambou trempées 30 minutes dans de l'eau froide

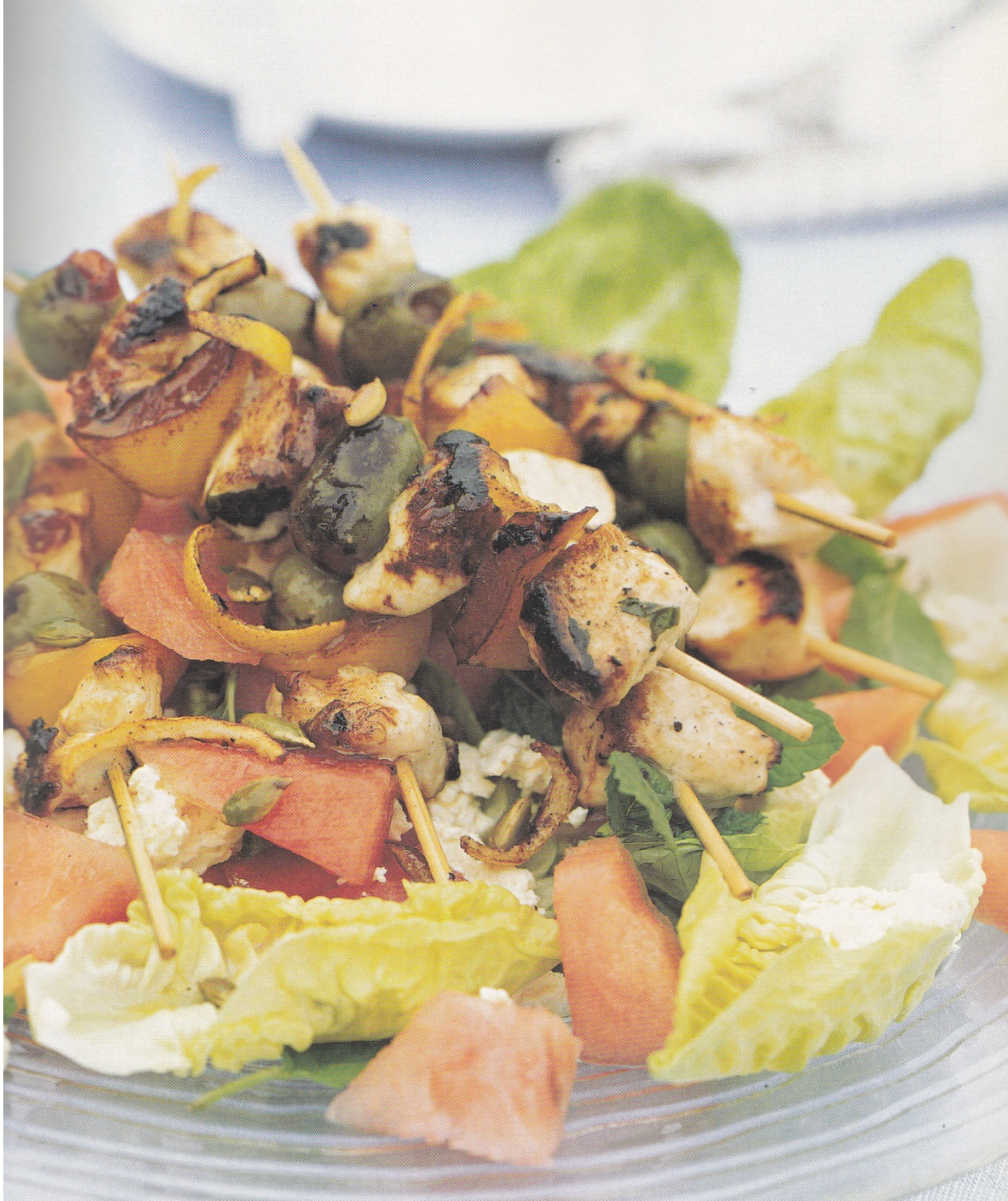
Ôtez le cœur et les graines des poivrons, découpez la chair en morceaux assez petits. Mettez ceux-ci dans un bol avec les olives vertes, ajoutez 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive, remuez bien et laissez reposer pendant 15 minutes.

Prélevez le zeste du citron en bandes longues et minces. Pressez le jus du citron. Dans un bol, mettez le zeste, le jus de citron, le miel, le reste d'huile d'olive, la menthe, le sel et du poivre. Mélangez bien, ajoutez les morceaux de poulet et remuez pour les enrober de ce mélange. Enfilez-les sur les brochettes en les alternant avec des morceaux de poivron et des olives.

Faites cuire les brochettes à feu moyen sur une plaque de barbecue jusqu'à ce que la viande soit légèrement brunie en surface et cuite à l'intérieur : une chaleur plus forte donnerait une surface colorée avant que l'intérieur ne soit correctement cuit. Pendant la cuisson, arrosez les brochettes avec la marinade ; mais, pour éviter que les morceaux de zeste ne brûlent, grattez-les sur la plaque du barbecue et faites-les dorer séparément pour qu'ils dégagent une intense saveur citronnée, puis enfiler-les au bout des brochettes.

Préparez la salade. Faites griller les graines de potiron sur feu moyen dans une poêle légèrement huilée (couverte pour éviter les projections brûlantes), que vous secouerez de temps à autre. Versez les graines dans une assiette, salez généreusement.

Disposez les feuilles de laitue sur un grand plat de service, répartissez par-dessus la pastèque, puis la feta, et enfin les graines de potiron. Faites une vinaigrette avec l'huile d'olive aromatisée, le vinaigre, le sel et du poivre. Versez-la sur la salade, ajoutez les brochettes bien chaudes et garnissez de menthe ciselée. Servez aussitôt.





Accompagnez ce saté d'une salade rafraîchissante comportant des pousses de soja, des feuilles de coriandre, du concombre, des bâtonnets de carotte, de la laitue iceberg et du jus de citron vert.

Saté au poulet

POUR 4 PERSONNES (30 PIÈCES)

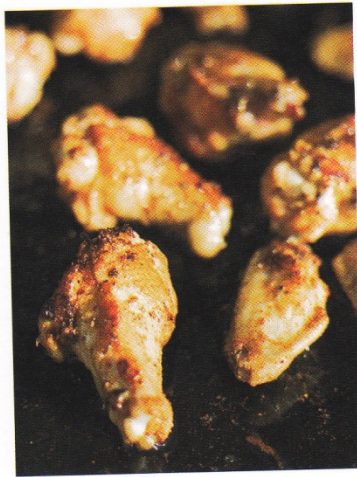
- > 4 blancs de poulet, sans la peau, coupés en bandes
- > 1 cuill. à soupe de gingembre frais finement râpé
- > 4 cuill. à soupe de sauce soja
- > 2 cuill. à soupe de jus de citron
- > 1 cuill. à soupe de miel liquide
- > 1 cuill. à café de graines de coriandre écrasées
- > huile pour la plaque du barbecue
- > poivre du moulin

- > brochettes en bambou trempées 30 minutes dans de l'eau froide

Enfilez les morceaux de poulet sur les brochettes.

Dans un plat rectangulaire peu profond, mélangez le reste des ingrédients à l'exception de l'huile. Ajoutez les brochettes de poulet, tournez-les pour bien les enrober de marinade. Couvrez le plat de film étirable et laissez-le au réfrigérateur au moins 2 heures et jusqu'à 24 heures. Prévoyez de ramener les brochettes à température ambiante avant de les cuire.

Faites cuire les brochettes sur une grille ou à feu moyen sur la plaque huilée d'un barbecue jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées et que la viande soit cuite à l'intérieur. Évitez que la viande ne colle au support sous l'effet d'une chaleur trop forte. Une fois les brochettes cuites, mettez-les sur un plat et servez aussitôt.



Les morceaux de poulet vont dorer progressivement grâce à une cuisson lente et uniforme. Vous pouvez aussi les cuire au four, puis les laisser quelques minutes seulement sur une grille de barbecue. Une branche de romarin communiquera rapidement son arôme si vous l'ajoutez à la source de chaleur et attisez les flammes.

Ailes de poulet à la plancha

POUR 4 PERSONNES

- > 4 cuill. à soupe d'huile d'olive
- > 1 cuill. à café de paprika
- > 1 cuill. à café de cumin en poudre
- > zeste finement râpé de 1 citron
- > 1 kg d'ailes de poulet, coupées en deux au niveau des articulations
- > quartiers de citron
- > sel et poivre du moulin

Dans un récipient peu profond, mélangez l'huile d'olive, le paprika, le cumin, le zeste de citron et du poivre. Mettez les morceaux de poulet dans ce mélange, puis retournez-les pour bien les enrober. Couvrez et laissez mariner au réfrigérateur, au moins 1 heure et jusqu'à 24 heures, en retournant les morceaux de temps à autre.

Ajoutez à la marinade 1/2 cuillerée à café de sel, retournez délicatement les morceaux de poulet dans ce mélange. Faites-les cuire sur feu doux à moyen sur la plaque d'un barbecue jusqu'à ce qu'ils soient uniformément cuits et bien colorés, soit environ 45 minutes. Badigeonnez-les de temps à autre avec la marinade. Vous pouvez également les cuire pendant 25 minutes environ dans un four préchauffé à 180 °C (therm. 6).

Disposez les ailes de poulet sur un plat de service, salez, garnissez de quartiers de citron. Dégustez-les assez chaudes ou à température ambiante, dans le cadre d'un repas au barbecue ou bien en amuse-gueules.



Les papillotes peuvent être préparées à l'avance et conservées au frais. Avant de les cuire, laissez-leur un temps suffisant pour qu'elles reviennent à température ambiante.

Papillotes de poisson à la crème de coco

POUR 4 PERSONNES

- > 4 filets de poisson blanc (grondin ou daurade) de 200 g chacun
- > 8 cuill. à soupe de crème de coco (elle se forme à la surface du lait de coco après un temps de repos)
- > 6 cuill. à soupe de pâte de curry rouge
- > 4 feuilles de combava (disponibles dans les magasins d'alimentation asiatique)
- > 4 cuill. à soupe de coriandre ciselée
- > riz cuit à la vapeur pour le service
- > sel et poivre du moulin

- > ficelle de cuisine pour maintenir les papillotes



Découpez dans du papier sulfurisé 4 feuilles de 32 cm de long. Étalez-les sur un plan de travail (vous pouvez aussi utiliser des feuilles d'aluminium double épaisseur et en huiler la partie qui sera en contact avec le poisson).


Rincez les filets de poisson, secouez-les pour les égoutter. Placez un filet de poisson au centre de chaque feuille ; repliez les extrémités les plus minces du filet de façon à obtenir des morceaux d'épaisseur uniforme.

Salez et poivrez les filets, répartissez par-dessus la crème de coco. Ajoutez sur chaque filet 1½ cuillerée à soupe de pâte de curry, 1 feuille de combava et 1 cuillerée à soupe de coriandre.

Relevez les coins de chaque feuille d'aluminium et liez-les ensemble avec de la ficelle de façon à obtenir de petits paquets. Laissez un peu de place à l'intérieur de chaque papillote, car les aliments gonflent à la cuisson.

Faites cuire les papillotes sur une plaque de barbecue ou dans un four préchauffé à 180 °C (therm. 6) jusqu'à ce que le poisson manque très légèrement de cuisson, car il continue à cuire hors du feu dans sa papillote.

Servez avec un grand plat de riz cuit à la vapeur.



Papillotes de poisson aux tomates et aux échalotes

POUR 4 PERSONNES

- > 4 filets d'un poisson blanc (grondin ou daurade) de 150 g chacun
- > 1 cuill. à café de coriandre en poudre
- > 4 olives noires, dénoyautées et hachées
- > 1 cuill. à soupe de câpres égouttées
- > 2-3 échalotes épluchées et finement hachées
- > 1 gousse d'ail pelée et coupée en rondelles
- > 4 tomates mi-séchées, hachées
- > zeste finement râpé de 1 citron
- > 1 cuill. à soupe de jus de citron
- > 1 cuill. à soupe de persil plat finement haché
- > huile d'olive
- > sel et poivre du moulin

- > ficelle de cuisine pour maintenir les papillotes

Découpez dans du papier sulfurisé 4 feuilles de 32 cm de long. Étalez-les sur un plan de travail (vous pouvez aussi utiliser des feuilles d'aluminium double épaisseur et en huiler la partie qui sera en contact avec le poisson).

Rincez les filets de poisson et essuyez-les au papier absorbant. Placez un filet de poisson au centre de chaque feuille ; repliez les extrémités les plus minces du filet de façon à obtenir des morceaux d'épaisseur uniforme. Salez, poivrez, saupoudrez de coriandre en poudre.

Dans un bol, mélangez les olives noires, les câpres, les échalotes, l'ail et les tomates. Répartissez ce mélange sur les filets de poisson, couronnez le tout avec le zeste et le jus de citron, le persil et un trait d'huile d'olive.

Relevez les coins de chaque feuille d'aluminium et liez-les ensemble avec de la ficelle de façon à obtenir de petits paquets. Laissez un peu de place à l'intérieur de chaque papillote, car les aliments gonflent à la cuisson. Déposez chaque papillote sur une feuille d'aluminium.

Faites cuire les papillotes sur une plaque de barbecue, capot baissé, à feu doux, jusqu'à ce que la cuisson soit pratiquement terminée, soit de 15 à 20 minutes. Vous pouvez aussi les mettre dans un plat à rôtir et les cuire une quinzaine de minutes dans un four préchauffé à 180 °C (therm. 6). Vérifiez le niveau de cuisson sur le contenu d'une papillote : le poisson doit très légèrement manquer de cuisson, car il continue à cuire hors du feu dans sa papillote. Servez sans tarder.





De petits amuse-gueules parfaits, cuits à la plancha pour un dîner au jardin.

Crevettes à la crème de coco et au citron vert

POUR 6 PERSONNES

- > 6 citrons verts
- > 5 cuill. à soupe de crème de coco (elle se forme à la surface du lait de coco après un temps de repos)
- > 3 petits piments rouges ouverts en deux, épépinés et finement hachés
- > 8 feuilles fraîches de combava (disponibles dans les magasins d'alimentation asiatique)
- > 1 cuill. à soupe de graines de coriandre fraîchement broyées
- > 30 grosses crevettes roses crues, décongelées, rincées et essuyées

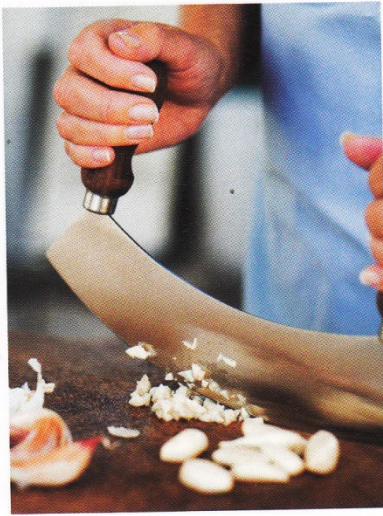
Pressez 2 citrons verts dans un grand récipient creux.

Ajoutez la crème de coco, les piments, les feuilles de combava, les graines de coriandre et les crevettes. Mélangez bien le tout. Découpez en rondelles le reste des citrons verts, glissez-les dans le mélange et laissez les crevettes y mariner 15 minutes.

Déposez les crevettes et les rondelles de citron vert sur une plaque de barbecue réglée sur chaleur moyenne, en réservant un peu de marinade pour en badigeonner les crevettes pendant la cuisson. Poursuivez celle-ci jusqu'à ce que les carapaces deviennent roses, puis retournez les crevettes pour qu'elles cuisent totalement. Quant aux rondelles de citron vert, elles doivent être bien colorées sur les deux faces.

Disposez les crevettes et le citron vert sur un plat de service et servez sans tarder en prévoyant des rince-doigts et des serviettes en papier bien épaisses.





Les scampi sont des crustacés pêchés dans les eaux italiennes. Délicieux, ils sont faciles à préparer et leur cuisson est rapide. Si vous n'en trouvez pas, vous pouvez préparer la recette avec des langoustines.

Scampi au barbecue

POUR 2-3 PERSONNES

- > 600 g de scampi ou de langoustines
- > 3 cuill. à soupe de jus de citron
- > 3 cuill. à soupe d'huile d'olive
- > 1/4 de cuill. à café de paprika
- > 1 gousse d'ail pelée et finement hachée
- > 3 cuill. à soupe de ciboulette ciselée
- > 1 cuill. à soupe de thym-citron
- > quelques pincées de sel
- > poivre du moulin

À l'aide de ciseaux, incisez la carapace ventrale des scampi et éliminez-la. Rincez les crustacés, égouttez-les en les secouant.

Mélangez tous les autres ingrédients dans un récipient peu profond, ajoutez-y les scampi, arrosez-les de marinade. Laissez mariner 20 minutes à température ambiante.

Faites cuire les scampi, carapace dorsale vers le bas, à feu moyen-fort sur une grille ou une plaque de barbecue pendant 3 ou 4 minutes, en les arrosant d'un peu de marinade. Puis retournez-les et laissez se terminer la cuisson pendant 1 minute environ. Servez les scampi très chauds et disposez des rince-doigts près des assiettes.



Voici typiquement un plat à réaliser lors d'un bon feu en pleine nature, avec de la salade à profusion.

Pommes de terre dans la braise

POUR 6 PERSONNES

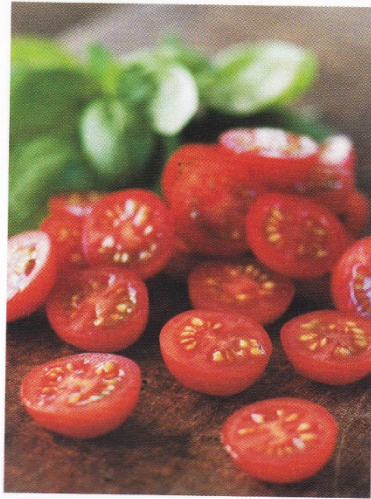
- > 12 pommes de terre de taille moyenne, à chair farineuse
- > beurre
- > sel et poivre du moulin

Brossez les pommes de terre, puis roulez-les dans du sel avant de les envelopper chacune dans une feuille d'aluminium.

Préparez une couche de braises bien épaisse. Enterrez-y les pommes de terre et laissez-les cuire de 30 à 45 minutes, jusqu'à ce que la chair ne résiste pas à la pointe d'une fine brochette.

Servez ces pommes de terre accompagnées de beurre, de sel et de poivre du moulin.





Une cuisson douce permet aux tomates de conserver toute leur saveur fruitée.

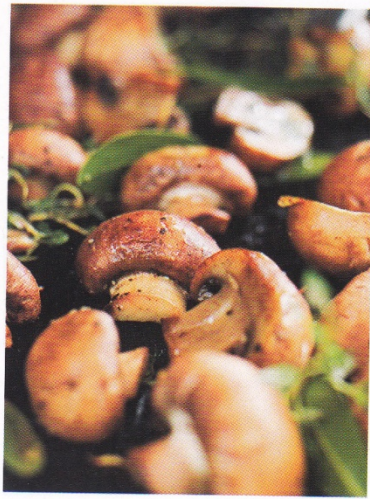
Tomates à la plancha

POUR 6 PERSONNES

- > 6 grosses tomates
- > sucre en poudre
- > 4 cuill. à soupe de basilic ciselé
ou 2 cuill. à soupe de feuilles de thym
- > beurre
- > sel et poivre du moulin

Coupez les tomates en deux. Saupoudrez chaque face tranchée d'une pincée de sucre, d'une petite pincée de sel et d'un tour de moulin à poivre, de 1 cuillerée à café de basilic et déposez une noisette de beurre.

Faites cuire les tomates, face tranchée vers le bas, à feu doux sur une plaque de barbecue de façon qu'elles chauffent suffisamment sans se défaire. Portez le feu à fort pour les faire légèrement brunir. Vous pouvez aussi les cuire d'abord à feu fort sur une plaque de barbecue, face bombée vers le bas pour noircir la peau, puis les retourner et faire brunir les faces tranchées. Le résultat est toutefois moins réussi, car les tomates ont alors tendance à se fendre, et donc à perdre leur jus.



Disponibles toute l'année, les champignons de Paris ont une chair ferme et douce, très agréable. Leur abondance, leur parfum font qu'on les apprête de multiples manières. Sautés, ils gardent toute leur saveur.

Champignons de Paris au thym

POUR 6 PERSONNES

- > 500 g de champignons de Paris très fermes, nettoyés et coupés en deux s'ils sont gros
- > 4 cuill. à soupe d'huile d'olive
- > plusieurs branches de thym
- > 8 petites feuilles de laurier frais
- > zeste finement râpé de 1 citron
- > sel et poivre du moulin

Mettez les champignons dans un récipient creux, arrosez-les d'huile d'olive et parsemez-les de thym, de laurier, de zeste de citron et de poivre. Remuez le tout pour bien enrober les champignons de ce mélange.

Faites cuire les champignons sur la plaque très chaude d'un barbecue, en les retournant souvent, jusqu'à ce qu'ils soient bien brunis mais sans aller au-delà : ils doivent juste se colorer sans pour autant ramollir.

Déposez les champignons sur une petite assiette, salez, remuez et servez sans tarder.



Ce plat peut être dégusté en entrée, en plat principal d'un repas végétarien ou en accompagnement de poulet ou d'agneau grillés au barbecue.

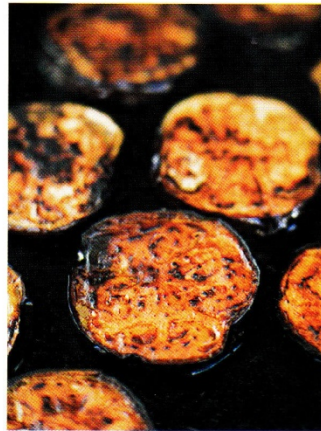
Mini-sandwiches de légumes grillés

POUR 4 PERSONNES

- > 500 g d'asperges nettoyées et épluchées
- > huile d'olive
- > 2 aubergines moyennes ou grosses
- > 3-4 grosses tomates bien charnues
- > 1 poignée de feuilles de basilic
- > sel et poivre du moulin

Pour la vinaigrette

- > 3 cuill. à soupe d'huile d'olive
- > vinaigre balsamique vieux
- > 2 gousses d'ail pelées et écrasées
- > 1/4 de cuill. à café de sel
- > poivre du moulin



Mettez les asperges dans un plat creux, versez un filet d'huile d'olive. Salez et poivrez. Retournez délicatement les asperges pour bien les enrober d'huile.

Faites cuire les asperges quelques minutes à feu fort sur une grille de barbecue, en les retournant avec une pince, jusqu'à ce qu'elles soient légèrement noircies tout en restant croquantes. Vous pouvez aussi les cuire dans un four préchauffé à 210 °C (therm. 7) jusqu'à ce que les pointes soient caramélisées et que la chair soit croquante. (Elles peuvent être préparées jusqu'à 2 heures à l'avance.)

Tranchez les tiges d'asperge en diagonale. Réservez les pointes pour la garniture et coupez-les en deux dans la longueur.

Détaillez les aubergines en rondelles, plongez celles-ci dans de l'huile d'olive. Faites-les cuire sur la plaque d'un barbecue réglé sur chaleur moyenne à forte jusqu'à ce qu'elles soient très tendres et prennent une couleur brun doré. Déposez-les dans une assiette, salez.

Pendant ce temps, préparez une vinaigrette avec l'huile d'olive, quelques traits de vinaigre balsamique, l'ail, le sel et du poivre. Ajoutez quelques feuilles de basilic déchiquetées.

Détaillez les tomates en tranches épaisses, essuyez celles-ci au papier absorbant. Faites-les cuire sur la plaque très chaude et huilée d'un barbecue jusqu'à ce qu'elles prennent couleur légèrement, et pas au-delà.

Garnissez des assiettes individuelles en empilant en alternance des rondelles d'aubergine et de tomate, et en intercalant de temps à autre des morceaux d'asperge et des feuilles de basilic. Couronnez l'ensemble avec des pointes d'asperge. Arrosez de vinaigrette et servez aussitôt.



<http://houdelier.com>