

**Moulinex**<sup>®</sup>  
cuisine companion<sup>®</sup>

2 menus, spécial fête des mères

Les mamans  
sont fantastiques!





2 menus pour une fête des mères

# joyeuse & gourmande

**UN MENU GOURMAND ET ÉPATANT,  
POUR LA PLUS CRÉATIVE DES MAMANS !**

**UN MENU PLEIN DE SAVEURS,  
QUI RIME AVEC BONHEUR...**



— Entrée —  
Velouté de fèves, bouquet d'herbes

— Entrée —  
Salade de tagliatelles  
de légumes mi-crus / mi-cuits,  
sauce mousseline à la moutarde

— Plat —  
Blanquette de bar au curry vert  
et lait de coco

— Plat —  
Risotto d'épeautre aux asperges  
et artichauts, Saint Jacques  
et chips de Pancetta

— Dessert —  
Cœurs de fraises à la vanille

— Dessert —  
Le gâteau au chocolat noir de Maman  
(Sans gluten)



**RETROUVEZ TOUT L'UNIVERS DE CUISINE COMPANION® SUR**  
[www.cuisinecompanion.moulinex.fr](http://www.cuisinecompanion.moulinex.fr) – [www.moulinex.fr](http://www.moulinex.fr)



## VELOUTÉ DE FÈVES, BOUQUET D'HERBES

500g DE FÈVES PELÉES • 2 CAROTTES • 1 OIGNON • 1 POMME DE TERRE • 60cl DE BOUILLON DE VOLAILLE • 15cl DE CRÈME • 1 PINCÉE DE CUMIN • QUELQUES BRINS DE CIBOULETTE, DE MENTHE ET DE PERSIL PLAT • 50g DE MIMOLETTE VIEILLE • SEL, POIVRE



**PERSONNES 4/6 - PRÉPARATION 20 MIN - CUISSON 40 MIN**

- 1 Épluchez et coupez l'oignon, la pomme de terre et les carottes en gros morceaux. Dans le bol muni du couteau hachoir ultrabalade, mettez les légumes coupés et les fèves. Salez et poivrez.
- 2 Versez le bouillon de volaille et lancez le programme soupe P1 à 100°C pour 30 minutes.
- 3 À la fin du programme, ajoutez la crème, salez légèrement et poivrez. Mixez vitesse 12 pendant 30 secondes. Réservez au chaud.
- 4 Préchauffez le four à 180°C. Râpez finement la mimolette. Sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé, formez des petits tas de mimolette en les aplatissant bien. Enfournez-les 8 minutes, jusqu'à ce que le fromage soit bien fondu. Sortez les tuiles du four, décollez-les puis déposez-les sur un rouleau à pâtisserie. Laissez les tuiles refroidir.
- 5 Lavez les herbes. Réalisez des petits bouquets puis nouez-les avec la ciboulette. Déposez un peu de velouté dans chaque assiette, une ou deux tuiles et décorez avec un bouquet d'herbes. Saupoudrez de cumin.

**ASTUCE** - Utilisez des fèves surgelées, plus faciles à trouver et déjà pelées ! Vous pouvez remplacer la mimolette par du parmesan.



## BLANQUETTE DE BAR AU CURRY VERT ET LAIT DE COCO



4 FILETS DE BAR D'ENVIRON 100g • 10cl DE VIN BLANC • 2 CAROTTES • 2 ÉCHALOTES • 1 POIREAU • 1 CUILLÈRE À SOUPE D'HUILE D'OLIVE • 30cl DE BOUILLON DE VOLAILLE • 1 CUILLÈRE À SOUPE BOMBÉE DE FARINE • 20cl DE LAIT DE COCO • 1 CUILLÈRE À CAFÉ DE CURRY VERT (1 DEMI SI VOUS AIMEZ PEU ÉPICÉ) • SEL, POIVRE



**PERSONNES 4 - PRÉPARATION 15 MIN - CUISSON 28 MIN**



- 1 Roulez les filets de bar et piquez-les avec un pic en bois.
- 2 Pelez les carottes et coupez-les en fines rondelles. Emincez le poireau et rincez-le bien. Épluchez les échalotes.
- 3 Dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade, mettez les échalotes et mixez vitesse 12 pendant 20 secondes. Remplacez le couteau par le mélangeur, ajoutez l'huile d'olive puis lancez le programme mijoté **P1** à 130°C pendant 5 minutes sans le bouchon. Au bout de 2 minutes, saupoudrez de farine et versez le vin blanc.
- 4 À la fin du programme, ajoutez les légumes et le bouillon. Salez et poivrez. Déposez les filets de bar dans le panier vapeur. Lancez le programme mijoté **P2** à 100°C pour 20 min avec le bouchon.
- 5 À la fin de la cuisson, retirez les filets de bar du panier vapeur. Ajoutez le lait de coco et le curry vert et lancez le programme mijoté **P1** pendant 3 minutes. Remettez le tout dans le bol et maintenez au chaud à 65°C.

**ASTUCE** - Pour un plat moins coûteux, vous pouvez remplacer le bar par du cabillaud. Servez ce plat accompagné de riz sauvage.



## CŒURS DE FRAISES À LA VANILLE

50 g DE BEURRE • 12 PALETS BRETONS • 250 g DE FRAISES

CRÈME PÂTISSIÈRE : 4 JAUNES D'ŒUFS • 50 g DE SUCRE EN POUDRE • 40 g DE FARINE • MAÏZENA® • 50 cl DE LAIT DEMI ÉCRÉMÉ • 1 GOUSSE DE VANILLE



**PERSONNES 4 - PRÉPARATION 20 MIN - CUISSON 15 MIN - REPOS : 1 H**



- 1 Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, déposez le beurre et faites-le fondre vitesse 3 à 50°C pendant 5 minutes. Ajoutez les palets bretons et mixez vitesse 12 pendant 1 minute avec le bouchon. Rassemblez la pâte dans le bol.
- 2 Dans des moules à tartelettes en forme de cœur ou des emportées pièces, déposez un peu de pâte et tassez de manière homogène pour obtenir une couche épaisse. Laissez prendre au réfrigérateur pendant 1 heure minimum. Lavez et séchez le bol.
- 3 Dans le robot muni du batteur, mettez les jaunes d'œufs, le sucre en poudre, la farine et la Maïzena®. Grattez la gousse de vanille fendue en deux. Mixez vitesse 6 pendant 1 minute en ajoutant progressivement le lait. Mettez le bouchon et lancez le programme crème dessert vitesse 4 à 90°C pendant 10 minutes. À la fin du programme, mixez vitesse 9 pendant 10 secondes. Mettez la crème dans un bol et laissez refroidir.
- 4 Lavez et équeutez les fraises. Coupez-les en lamelles.
- 5 Sur chaque fond de tarte, déposez une couche épaisse de crème pâtissière (vous pouvez vous aider d'une poche à douille si vous en avez une), et recouvrez les tartelettes de lamelles de fraises.

**ASTUCE** - Vous pouvez remplacer les fraises par des fruits de saison (cerises, framboises...)



## SALADE DE TAGLIATELLES DE LÉGUMES, SAUCE MOUSSELINE À LA MOUTARDE



8 ASPERGES VERTES • 2 CAROTTES • 1 COURGETTE • 2 SALADES SUCRINES • 2 OIGNONS NOUVEAUX • 2 CUILLÈRES À SOUPE DE GRAINES DE COURGE • 2 CUILLÈRES À SOUPE DE GRAINES DE SÉSAME • 1 CUILLÈRE À SOUPE D'HUILE DE NOISETTE • 1 CUILLÈRE À SOUPE D'HUILE D'OLIVE



**POUR LA SAUCE:** 2 ŒUFS • 1 CUILLÈRE À SOUPE DE MOUTARDE À L'ANCIENNE • 2 CUILLÈRES À SOUPE DE JUS DE CITRON • 7 cl D'HUILE D'OLIVE • 7 cl D'HUILE DE TOURNESOL • SEL, POIVRE



**PERSONNES 4 - PRÉPARATION 20 MIN - CUISSON 13 MIN**

- 1 Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Dans le bol muni du batteur, déposez les 2 jaunes d'œufs, la moutarde et le jus de citron. Salez et poivrez. Réglez le robot vitesse 7 et fouettez 2 minutes tout en versant l'huile doucement pour obtenir une mayonnaise. Mettez-la dans un saladier. Lavez et séchez le bol. Dans le robot muni du batteur, mettez les blancs d'œufs avec une pincée de sel et lancez le robot vitesse 7 pendant 3 minutes sans le bouchon.
- 2 Mélangez délicatement les blancs d'œufs dans la mayonnaise. Réservez au frais. Lavez et séchez le robot.
- 3 Lavez les légumes et pelez les oignons et les carottes. Retirez les extrémités des carottes, des courgettes et des asperges. A l'aide d'un économiseur ou d'une mandoline, réalisez des tagliatelles de carottes et de courgettes, en retirant le cœur de la courgette. Coupez les asperges en deux puis à nouveau en deux dans la longueur. Lavez et émincez finement les sucres. Mettez les oignons dans le robot muni du couteau hachoir ultrablade et mixez vitesse 11 pendant 10 secondes.
- 4 Remplacez le couteau par le mélangeur, ajoutez l'huile et lancez le programme mijoté **P1** pendant 5 minutes sans le bouchon. Incorporez les graines au bout de 2 minutes. Ajoutez les asperges et lancez à nouveau le programme mijoté **P1** pendant 8 minutes. Au bout de 3 minutes ajoutez les courgettes et les carottes.
- 5 Sortez les légumes du bol et les placer dans un saladier et laissez refroidir. Salez, poivrez et arrosez d'huile de noisette. Ajoutez les sucres. Mélangez rapidement. Servez la salade avec la sauce mousseline.

**ASTUCE** - Pour une version plus rapide, servez cette salade avec une vinaigrette classique. Cette sauce est idéale pour accompagner des asperges ou bien des artichauts vapeur.



## RISOTTO D'ÉPEAUTRE AUX ASPERGES ET ARTICHAUTS, SAINT JACQUES ET CHIPS DE PANCETTA



250 g DE PETIT ÉPEAUTRE • 8 ASPERGES VERTES • 4 ARTICHAUTS POIVRADES MARINÉS • 8 NOIX DE ST-JACQUES • 1 OIGNON • 1 DEMI VERRE DE VIN BLANC • 60 cl DE BOUILLON DE VOLAILLE • HUILE D'OLIVE • 15 g DE BEURRE • 4 TRANCHES DE PANCETTA • SEL, POIVRE

**PERSONNES 4 - PRÉPARATION 20 MIN - CUISSON 1 H 10 MIN**

- 1 Déposez les noix de St-Jacques dans un bol et versez 2 cuillères à soupe d'huile d'olive. Salez et poivrez. Mélangez bien et laissez mariner au frais. Rincez le petit épeautre quelques minutes sous l'eau froide. Pelez l'oignon et coupez-le en morceaux. Dans le bol muni du couteau hachoir ultrablade, déposez l'oignon et mixez vitesse 11 pendant 10 secondes.
- 2 Remplacez le couteau par le mélangeur, ajoutez 3 cuillères à soupe d'huile d'olive et lancez le programme mijoté **P1** sans le bouchon pendant 10 minutes. Quand le minuteur indique qu'il reste 5 minutes, ajoutez l'épeautre. Une minute avant la fin, versez le vin blanc. À la fin du programme, ajoutez le bouillon de volaille et lancez le programme mijoté **P3** à 95°C pendant 30 minutes avec le bouchon.
- 3 Lavez et retirez la partie dure des asperges. Coupez-les en 3. À la fin du programme, ajoutez les asperges dans l'épeautre puis déposez les noix de St Jacques dans le panier vapeur. Fermez le robot, puis lancez le programme mijoté **P3** à 95°C pendant 20 minutes.
- 4 Préchauffez le four à 210°C. Déposez les tranches de pancetta sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé. Enfourez pour 8 à 10 min jusqu'à ce que la pancetta soit bien grillée. Déposez-les sur du papier absorbant et réservez. Coupez les artichauts en 2.
- 5 À la fin de la cuisson, ajoutez le beurre dans l'épeautre et mélangez délicatement. Déposez un peu de risotto d'épeautre aux asperges dans chaque assiette, deux morceaux d'artichauts et deux noix de St Jacques. Déposez une chips de Pancetta et servez aussitôt.

**ASTUCE** - L'épeautre se trouve dans les magasins bio, si vous n'en trouvez pas, vous pouvez réaliser cette recette avec du riz Arborio en réduisant la cuisson à 20 minutes. Pour un risotto d'épeautre un peu plus moelleux, on peut rajouter un peu plus de bouillon et cuire le risotto un peu plus longtemps.



## LE GÂTEAU AU CHOCOLAT NOIR DE MAMAN (SANS GLUTEN)



200 g DE CHOCOLAT NOIR À 70% • 125 g DE BEURRE OU 80 g D'HUILE DE COCO + 1 NOISETTE DE BEURRE POUR LE MOULE • 100 g DE FARINE DE RIZ • 1 SACHET DE LEVURE SANS GLUTEN • 4 ŒUFS • 200 g DE SUCRE EN POUDRE • 1 PINCÉE DE SEL • 1 CUILLÈRE À SOUPE DE SUCRE GLACE



**PERSONNES 6 - PRÉPARATION 25 MIN - CUISSON 40 MIN**

- 1 Préchauffez le four à 180°C. Dans le robot muni du couteau pour pétrir/concasser, déposez le beurre et le chocolat cassé en morceaux. Lancez le robot en vitesse 3 à 45°C pour 10 minutes.
- 2 Séparez les jaunes des blancs d'œufs. Dans le robot, ajoutez les jaunes d'œufs, le sucre, la farine et la levure. Lancez le programme pâte P3. Versez la préparation dans un saladier, puis lavez et séchez le bol.
- 3 Dans le robot muni du batteur, mettez les blancs d'œufs avec une pincée de sel et lancez-le vitesse 7 pendant 6 minutes sans le bouchon. À l'aide d'une spatule, incorporez délicatement les blancs d'œufs dans la préparation au chocolat.
- 4 Versez la pâte dans un moule à manqué beurré et saupoudré de sucre glace puis enfournez 25 à 30 minutes.

**ASTUCE** - Réalisez des gâteaux individuels que vous ferez cuire 15 à 20 minutes. Pour une version plus gourmande, servez le gâteau accompagné d'une crème anglaise.





## IL VOUS ACCOMPAGNE AU QUOTIDIEN POUR TOUT RÉUSSIR EN CUISINE

### POUR TOUT PRÉPARER,

de l'entrée au dessert: il cuit, mijote, cuit à la vapeur, rissole, mélange, pétrit, prépare, mixe, hache...

### 6 PROGRAMMES AUTOMATIQUES

pour vous aider dans vos premiers pas et pour vos recettes quotidiennes: sauce, mijotage, soupe, cuisson vapeur, pâtisserie et dessert.



### VOUS SOUHAITEZ POUVOIR RÉGLER

vous-même le temps ou la température de cuisson/le temps ou la vitesse de mixage? Aucun problème, le mode manuel permet de vous approprier les recettes en les mettant à votre goût, ou même de créer vos propres recettes!



### POUR TOUTES LES CUISSONS,

des plus douces aux plus vives, et jusqu'au rissolage.

### 12 VITESSES

du mélange délicat jusqu'au mixage ultra-rapide. Fonctions Pulse et Turbo.

### UN GRAND BOL

d'une capacité totale de 4,5l (capacité utile: 2,5l) pour des recettes familiales.

### DES ACCESSOIRES ADAPTÉS

selon les préparations: un couteau pour hacher, un couteau pour pétrir et concasser, un mélangeur, un batteur et un panier vapeur.



COUTEAU HACHOIR  
ultrablade



BATEUR



MÉLANGEUR



COUTEAU POUR  
PÉTRIR/CONCASSER



PANIER VAPEUR



**Moulinex**<sup>®</sup>  
cuisine companion<sup>®</sup>

2 menus, spécial fête des mères

Les mamans  
sont fantastiques!

**RETROUVEZ TOUT L'UNIVERS  
DE CUISINE COMPANION<sup>®</sup> SUR**  
[www.cuisinecompanion.moulinex.fr](http://www.cuisinecompanion.moulinex.fr)