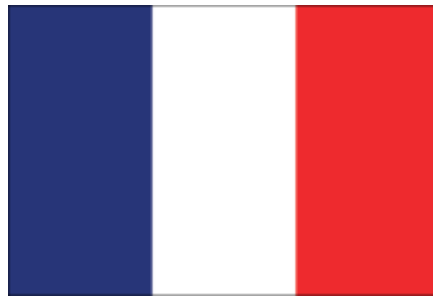


Livre de cuisine « COVID »

**présenté par les élèves de 5^e du cours de français de
M. Maček**



Prenez avantage du temps en confinement et essayez nos recettes !

Nous vous souhaitons:

Bon appétit! 😊



L'OMELETTE (Wen-Ying Wu)

2 minutes de préparation

10 minutes de cuisson

Pour une personne :

deux œufs

un peu de beurre

un petit bol

une poêle

un peu de sel

(du fromage)

(du jambon)

1. Versez les œufs dans le petit bol et remuez les œufs jusqu'au moment où ils sont liquides.
2. Beurrez la poêle.
3. Versez les œufs dans la poêle.
5. Mettez la poêle sur la plaque, tournez les œufs et attendez à peu près dix minutes.
6. Ajoutez ce que vous voulez. (Par exemple du jambon ou du fromage, etc.)
7. Pliez l'omelette. Bon appétit !

Tarte flambée (Florian Winter)

15 mn de préparation

10 mn de cuisson

Pour une tarte :

250g de pâte de tarte flambée

100g de crème aigre

125g de fromage blanc maigre

un peu de sel et poivre

un oignon

75g de lardons

un peu de ciboulette pour la garniture

- 1)** Dépliez la pâte de tarte flambée pour obtenir une pâte mince.
- 2)** Pour la farce : remuez la crème aigre, le fromage blanc maigre et ajoutez du sel et du poivre.
- 3)** Versez la farce dans la pâte.
- 4)** Coupez l'oignon en petit morceaux et mélangez-le avec les lardons.
- 5)** Faites chauffer le four à 250 degrés.
- 6)** Mettez la tarte flambée dans le four pour 10 minutes.
- 7)** Avant de servir, prenez la ciboulette et garnissez la tarte flambée !

La soupe grecque de poisson (Arno Brüggemann)

30 mn de préparation

50 mn de cuisson

1,3 kg de poisson

10ml de jus de citron

250g de pommes de terre

175g de carottes

Deux oignons

250 g de tomates

Deux céleris

Une gousse d'ail

Du Persil

6 cuillères de soupe d'huile d'olive

1l d'eau

Du sel

Du Poivre

200g de crevettes

La préparation

Lavez le poisson et ajoutez le jus de citron et refroidissez pour 20 minutes. Pelez les pommes de terre et les carottes et coupez-les en dés.

Coupez les tomates en dés. Pelez l'ail et hachez l'ail. Hachez le persil et le célerie.

Ajoutez de l'huile d'olive dans un grand pot et ajoutez les pommes de terre, les carottes, les tomates, l'ail, le persil et le célerie.

Faites mijoter tous les ingrédients pour 30 minutes et ajoutez le poisson et les épices. Quand le poisson est cuit, ajoutez les crevettes et servez la soupe tout de suite.

L'escalope viennoise (Nikolaus Bernhauer)

10 mn de préparation

20 min de cuisson

Pour 4 personnes:

4 escalopes de veau

une pincée de sel

150 g farine

1 citron

2 œufs

De l'huile ou du beurre clarifié

300 g de chapelure

1. Tapotez les escalopes de veau. Salez la viande des deux côtés, mettez le veau dans la farine, tirez-le à travers les œufs et tournez le veau dans la chapelure.
2. Faites frire l'escalope de veau et après laissez égoutter le veau.
3. Coupez le citron et garnissez l'escalope viennoise avec le citron.

Strudel aux pommes (Anna Pichardo)

Pour 6 personnes :

250 g de farine

Un peu de sel

2 cuillères d'huile

Un œuf

1/8l d'eau vinaigrée

Un kilo de pommes

Un peu de sucre et de cannelle

Un saladier

Une plaque de four

Un torchon

1. Faites chauffer le four à 180 degrés.
2. Epluchez et coupez les pommes et ajoutez un peu de sucre et de cannelle.
3. Mettez la farine, l'huile, l'œuf, l'eau vinaigrée et un peu de sel dans le saladier et remuez.
4. Mettez de la farine sur un torchon et mettez la pâte sur le torchon et beurrez la pâte.
5. Etendez la pâte et ajoutez les pommes.
6. Enroulez le strudel.
7. Beurrez la plaque de four et le strudel aussi.
8. Mettez le strudel sur la plaque et mettez-la dans le four.
9. Faites cuire 40 minutes environ.

GATEAU AUX BANANES (Timo Paffendorf)

500g de bananes

140g de beurre

120g de sucre

1 paquet de sucre vanillé

1 pincée de sel

2 œufs

300g de farine

1 sachet de levure

1 pincée de muscat

1 demi-cuillère à café de cannelle

Mettez les bananes en purée. Après, remuez le beurre, le sel, le sucre et le sucre vanillé avec le mélangeur à main jusqu'au moment où vous recevez de la mousse.

Remuez les oeufs, les bananes en purée et la farine, ajoutez de la levure et les épices successivement.

Mettez la pâte dans une moule à pain beurrée et faites cuire au four à 180°C pendant 60 minutes.

Gâteau au chocolat (Teresa Schiechl)

15 minutes de préparation

45-60 minutes de cuisson

3 œufs

un bol

une tasse de crème aigre

un pot

une tasse de sucre

un mélangeur

une demi-tasse d'huile

un sachet de levure chimique

une tasse de cacao

une plaque à pâtisserie

une tasse de farine

un sachet de sucre vanillé

1. Faites chauffer le four à 180 degrés.
2. Mettez les œufs et le sucre dans le bol. Remuez jusqu'à ce que la pâte soit mousseuse.
3. Ajoutez l'huile, le cacao, la crème aigre et remuez bien.
4. Ajoutez ensuite la farine, la levure chimique et le sucre vanillé. Remuez bien.
5. Versez la pâte sur la plaque à pâtisserie et mettez-la au four.
6. Faites cuire pendant 50 minutes environ et après, laissez refroidir.
7. Mettez le chocolat à cuire dans le pot et faites chauffer jusqu'à ce qu'il fonde.
8. Versez le chocolat fondu sur le gâteau refroidi.
9. Laissez refroidir et appréciez le gâteau.

Salzburger Nockerln (Michael Aubauer)

C'est une spécialité qui vient de Salzbourg. On la fait avec de la crème aux œufs et du sucre.

Je crois qu'il faut prendre 3 œufs et 150g de farine. Prenez aussi 80g de sucre.

Mélangez tout ça dans un bol.

Après, ajoutez du lait ou bien un peu de marmelade. Enfin, vous recevez une crème blanche.

C'est très sucré mais avec de la compote c'est très bon. J'ai déjà mangé ce repas et c'était délicieux !

Palatschinken / Crêpes (Emilio Mungenast)

30 minutes de préparation

30 minutes de cuisson

Pour 4 à 7 personnes :

1 litre de lait un bol
du sel une poêle
4 œufs
400g de farine

1. Mélangez bien du lait, des œufs, de la farine et du sel.
2. Laissez reposer la pâte pendant 30 minutes.
3. Faites cuire la pâte dans une poêle.
4. Puis, ajoutez du Nutella ou de la confiture d'abricots.
5. Mangez ! Bon appétit.

Kaiserschmarren (Felix Griessmair)

20 minutes de préparation

20 minutes de cuisson

Pour 4 personnes :

80g de beurre 50g de raisins secs
4 œufs une pincée de sel
200g de farine 40g de sucre
300ml de lait

1. Mélangez la farine, le sel et un peu de lait. Laissez reposer un peu, puis ajoutez les œufs et mélangez bien.
2. Puis, faites chauffer une poêle et faites fondre le beurre. Versez-y la pâte un cm de haut.
3. Ajoutez les raisins secs et faites cuire la pâte. Si les deux côtés sont dorés, déchirez la pâte en petits morceaux.
4. Poudrez le « Kaiserschmarren » avec du sucre glacé et servez-le. Bon appétit !

Biscuits à la vanille (Amelie Kornfeld)

20 mn de préparation

70 mn de cuisson

Pour 3 plaques:

75 g de sucre

125 g de beurre (doux)

2 paquets de sucre vanillé

250 g de farine

1 pincée de sel

1 œuf

Mélangez tous les ingrédients sur un plan de travail pour former une pâte lisse. Ensuite, enveloppez-les dans une boîte en plastique et mettez-la au frigo pendant une heure.

Préchauffez le four à 200 degrés à chaleur supérieure/inférieure et mettez du papier sulfurisé sur une plaque à pâtisserie. Abaissez la pâte sur le plan de travail fariné et découpez des biscuits de toutes formes.

Placez les biscuits sur la plaque à pâtisserie et faites cuire au four pendant 10 minutes jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés.

La tarte aux prunes (Jasmin Gumpinger)

20 mn de préparation, 30 mn de refroidissement, 40 mn de cuisson

Pour 6 personnes:

- 230 g de farine un saladier
 - 150 g de beurre un moule à tarte
 - 100 g de sucre brun
 - ½ sachet de levure
 - une pincée de sel
 - 40 g de semoule
 - 750 g de prunes
-

1. Remuez la farine avec le sucre brun, la levure et le sel.
2. Après, ajoutez du beurre et battez avec un fouet.
3. Laissez refroidir pendant 30 minutes.
4. Faites chauffer le four à 180 degrés.
5. Beurrez le moule.
6. Versez la pâte dans le moule.
7. Piquez le fond plusieurs fois avec une fourchette et répartissez la semoule sur la pâte. Elle absorbera le jus des prunes pour que la base reste croustillante.
8. Lavez les prunes, dénoyautez-les et coupez en quatre pour les mettre sur la pâte.
9. Faites cuire la tarte aux prunes pour 40 minutes.

Muffins à la citrouille (Monsieur Maček)

20 minutes de préparation

35 minutes de cuisson

Ingrédients pour 12 muffins environ.

- 250 g de chair de potiron
 - 2 œufs
 - 275 g de farine
 - 100 g de sucre en poudre
 - 1 sachet de levure chimique
 - 75 g de beurre fondu
 - 125 ml de lait
 - 1 c. à café de cannelle
 - 1 sachet de sucre vanillé
-
- 1 pincée de sel
-

Coupez la chair de la citrouille en dés et faites-les cuire pendant 20 min dans une casserole d'eau bouillante. Égouttez et réduisez en purée.

Dans un saladier, mélangez la farine, le sucre, le sucre vanillé, la levure chimique, la cannelle et le sel. Ajoutez les œufs, le beurre fondu et le lait. Mélangez bien. Ajoutez la purée de citrouille. Mélangez.

Répartissez la préparation dans des moules à muffins. Enfourez pendant 25 min (four préchauffé à 180°C). Lorsque les muffins à la citrouille sont bien dorés, retirez-les du four. Laissez refroidir avant de déguster. Bon appétit ! 😊
