








L'astuce du mois de Février 2022

Les thés

↳ Le thé : mode d'emploi

Pour bien préparer le thé, il faut suivre quelques règles simples :

-  Faire chauffer l'eau pratiquement jusqu'à ébullition, mais sans l'atteindre, puis verser sur le thé
-  Si vous utilisez du thé en vrac, il faut mettre dans la théière une petite cuillère par tasse (2 à 2,5g)
-  Ne laissez pas infuser plus de 3 à 5 minutes
-  Utilisez une eau peu calcaire
-  N'hésitez pas à remuer l'eau avec une cuillère avant de servir (surtout si vous utilisez des sachets)

↳ Vraies-fausses astuces

Certes, il existe de nombreuses variantes et autres « trucs » pour préparer le thé.

C'est le cas de la méthode qui consiste à ébouillanter les tasses et la théière avec de l'eau que l'on jette, pour ensuite y verser le thé. Cela permettrait de « préparer » les récipients... A vous de juger

De même, la fameuse méthode d'Afrique du Nord qui consiste à servir le thé en soulevant très haut la théière au-dessus de la tasse, cela permet de dégager un parfum fort agréable mais ne change pas le goût du thé...

Dans tous les cas, faites le thé comme vous le sentez : l'important n'est pas comment les autres le font, ou comment il « faut » le faire, mais comment vous l'aimez !

Bonne dégustation !

Nos idées de recettes du mois de Février 2022

Les terrines

↳ Terrine de viande aux champignons



Ingrédients pour 6 personnes :

300g de bœuf haché, 300g de veau haché, 200g de champignons de Paris, 1 oignon, 1 brin de romarin, 1 brin de thym, 2 œufs, 1 pincée de piment d'Espelette, 1 c. à soupe d'huile d'olive, sel et poivre

Préparation:

Préchauffer le four à 200°C.

Éliminer les pieds des champignons, les nettoyer et les émincer. Peler et émincer l'oignon. Chauffer l'huile et faire revenir l'oignon et les champignons. Dans un saladier, mélanger la viande hachée, ajouter les œufs, le piment d'Espelette, le thym, le romarin et les champignons. Saler, poivrer et mélanger.

Tapisser un moule à cake de papier cuisson et verser la préparation. Enfourner pour 50 mn.

A déguster chaud, tiède ou froid, accompagnée d'une crudité.

↳ *Mini-terrines de légumes*

Ingédients pour 6 personnes:

350g de légumes (1 carotte, 1 blanc de poireau, 1 navet, 1 navet boule d'or, quelques fleurs de chou-fleur), 1 oignon, 1 échalote, 3 c. à soupe d'huile d'olive, 3 gros œufs, 200ml de lait, 3 c. à soupe de crème épaisse à 15%, 2 c. à soupe de fromage râpé (comté ou tomme de brebis, de chèvre...), 1 poignée de pignons de pin, sel et poivre



Préparation:

Préchauffer le four à 180°C en chaleur tournante.

Laver et émincer finement le blanc de poireau. Dans une poêle, le faire fondre avec une cuillère d'huile pendant environ 10 mn. Laver et éplucher la carotte et les navets, puis les détailler en julienne.

Dans une cocotte, faire bouillir de l'eau salée pour faire blanchir la julienne de carotte et navets avec les fleurs de chou-fleur jusqu'à ce qu'ils soient encore un peu croquants. Egoutter et réserver.

Eplucher et ciseler finement l'oignon et l'échalote. Dans une sauteuse, faire revenir dans une cuillère d'huile l'oignon et l'échalote avant d'ajouter tous les légumes.

Mélanger le tout puis laisser refroidir.

Dans un cul de poule, battre les œufs avec le lait, la crème, le fromage râpé, le sel et le poivre. Ajouter les légumes dans la préparation et répartir dans des moules à mini-cakes.

Parsemer de quelques pignons de pin et enfourner environ 25mn (en surveillant la cuisson).

A déguster chaud, tiède ou froid avec une sauce salée au fromage blanc par exemple et une salade.

↳ *Terrine d'agrumes*



Ingédients pour 4 personnes:

3 grandes oranges, 2 pamplemousses, 3 feuilles de gélatine, 1 sachet de thé Earl Grey, 20 cl d'eau

Préparation:

Faire tremper les feuilles de gélatine dans de l'eau bien froide pour l'hydrater.

Peler les agrumes à vif et prélever les segments, sans mélanger les oranges et les pamplemousses.

Récupérer le jus en pressant les cœurs des agrumes.

Faire infuser le thé dans les 20cl d'eau chaude, ajouter la gélatine égouttée et le jus des agrumes.

Monter la terrine sur deux couches, en intercalant les segments d'oranges et de pamplemousses et arroser de thé.

Réserver au réfrigérateur 3h minimum.

Démouler et servir en tranches avec quelques feuilles de menthe.