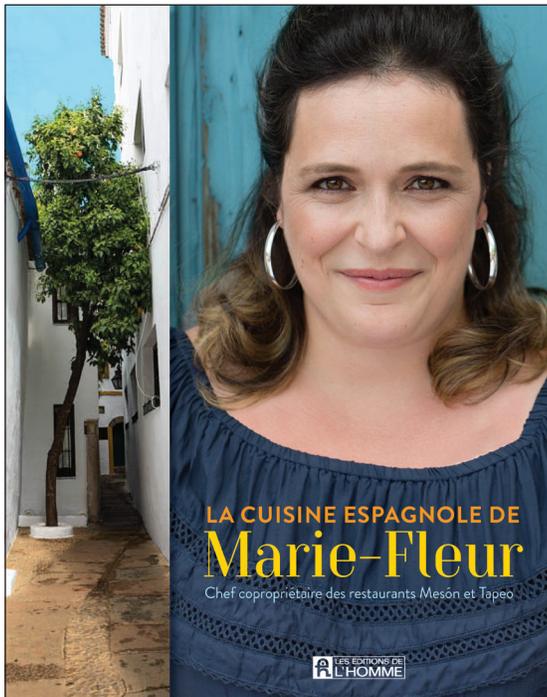


Temporary Cover



MARIE-FLEUR'S SPANISH CUISINE

Marie-Fleur St-Pierre

More than 100 recipes to take you on a tour of Spain right on your dinner plate!

248 pages

November 2017

Éditions de l'Homme

Spanish gastronomy has everything you could look for, and chef Marie-Fleur St-Pierre has mastered perfectly the art of doing it honour.

In her third book, she puts her unrestrained talent at the service of this especially varied cuisine's flagship ingredients and suggests more than a hundred original, simple and colourful dishes by way of introduction. Aperitif bites, tapas, salads, cocas, big festive platters and small everyday plates as tasty as they are quick to make – you'll find everything you need to send your taste buds and your guests on a gastronomic journey! Piquillos stuffed with crab, fish ceviche with cream, turbot "à la braz", chorizo sausage with smoked eggplants, seafood salad, Spanish vol-au-vent, stuffed squid, duck breast with figs, paella, churros and Catalan creme...

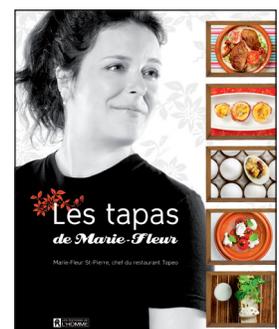
All you have to do is get on board and... unfasten your belt!

Strong points

- Superb recipe photos and many other photos shot in Spain, depicting the spirit of the culture and adding a depth of soul to the book.
- A very beautiful array of typically Spanish recipes, coupled with the subtlety of the young chef whose reputation in terms of originality is already well established.
- Simple recipes made from easy-to-find ingredients and that focus on the discovery of the flavours and the friendly spirit of Spanish cuisine.

Marie-Fleur St-Pierre has managed the Tapéo tapas bar kitchens for twelve years and is now co-owner of Mesón. The standard-bearer for culinary spontaneity, Marie-Fleur shares her creative imagination through public workshops and the many TV shows she participates in.

By the same author
BRUNCH THE SPANISH WAY!
MARIE-FLEUR'S TAPAS!





Anchois marinés

PORTIONS :
PRÉPARATION : 10 MINUTES

1 boîte 340 g d'anchois au sel (ou 30 anchois au sel, anchois, voir note)
250 ml (1 tasse) d'huile d'olive
Le jus de citron
1 c. à soupe de vinaigre de sherry
2 c. à soupe de persil frais haché
4 gousses d'ail hachées

Bien rincer les anchois sous l'eau froide courante au moins 15 minutes. Lorsque les filets sont tendres, les détacher délicatement un à la fois. Les rincer à nouveau jusqu'à ce que l'eau soit claire. Bien les égoutter avec du papier essuie-tout, puis les déposer dans un pot en verre.
Dans un bol, mélanger ensemble le reste des ingrédients. Verser sur les filets d'anchois et mélanger délicatement. Servir avec du pain frais tranché.
Vous trouverez les anchois au sel dans les poissonneries. Il se conservent de 1 à 2 semaines au réfrigérateur.

Asperges blanches, sauce ranch aux asperges et au Valdeon

PORTIONS :
PRÉPARATION : 15 MINUTES

8 asperges blanches en pot, égouttées
Sel fin Maldon

Mettre tous les ingrédients de la sauce ranch au mélangeur et mixer jusqu'à l'obtention d'une belle sauce onctueuse.

Couper les asperges en trois et les piquer de cure-dents. Servir avec la sauce ranch en bentolette.

SAUCE RANCH AUX ASPERGES ET AU VALDEON

250 ml (1 tasse) de crème sure
250 ml (1 tasse) de babeurre (voir note)
2 c. à soupe de vinaigre de sherry
2 c. à soupe de jus de citron
3 c. à soupe de sauce Worcestershire
2 c. à soupe de moutarde de Dijon
4 c. à soupe de persil haché
4 c. à soupe de ciboulette hachée
1 oignon vert
2 gousses d'ail
40 à 60 g (1/4 à 1/2 tasse) de fromage bleu
Valdeon, grossièrement émincé

On peut remplacer le babeurre par 250 ml (1 tasse) de lait ou tout en ajoutant 1 c. à café de jus de citron ou de vinaigre blanc. Laisser reposer 5 minutes avant de l'utiliser.

24 APERO



Ailes de poulet à la sauce piquante

PORTIONS : 4
PRÉPARATION : 30 MINUTES
MARINERIE : 24 HEURES
CUISON : 45 MINUTES

250 ml (1 tasse) de babeurre
2 c. à soupe de mélange d'épices à poulet ou d'épices espagnoles
24 ailes de poulet
60 g (1/4 tasse) de farine
60 ml (1/4 tasse) d'huile végétale

SAUCE PIQUANTE
2 c. à soupe d'huile végétale
1 petit oignon émincé
80 gousses d'ail pressées
2 feuilles de laurier fraîches
2 poivres de 500 ml (1/2 gal) de poivre noir entier, égrenés
60 ml (1/4 tasse) de vinaigre blanc
150 à 200 ml (1/2 à 3/4 tasse) de bouillon de poulet ou d'eau
2 à 4 c. à soupe de sauce piri-piri, au goût

SAUCE DE TYPE RANCH
125 ml (1/2 tasse) de mayonnaise
80 ml (1/3 tasse) de crème sure
80 ml (1/3 tasse) de babeurre
1 c. à soupe de vinaigre de sherry
1 c. à soupe de jus de citron
1 c. à soupe de sauce Worcestershire
2 c. à soupe de persil haché
2 c. à soupe de ciboulette
2 gousses d'ail
1 oignon vert
80 g (1/3 tasse) de fromage San-Jorge (ou manchego)
Farine de sel
1 c. à café de poivre du moulin

Marinade des ailes : Dans un grand bol, mélanger le babeurre et les épices. Ajouter les ailes de poulet et mélanger pour bien les enrober de marinade. Faire marier 24 heures au réfrigérateur.

Préparation de la sauce piquante : Dans une casserole, à feu moyen, chauffer l'huile et faire suer l'oignon, l'ail et le laurier de 4 à 5 minutes, ou jusqu'à ce que l'oignon soit tendre sans être coloré. Ajouter les poivres, le mayon et suffisamment de bouillon ou d'eau pour tout juste couvrir les légumes. Laisser mijoter 20 minutes à faible bouillon. Passer au mélangeur et ajouter la sauce piri-piri, au goût. Verser dans un grand bol et laisser refroidir.

Préparation de la sauce ranch : Déposer tous les ingrédients au mélangeur et mixer jusqu'à homogénéité. Réserver au réfrigérateur.
Cuisson des ailes et service : Préchauffer le four à 180 °C (350 °F). Mettre la farine dans une assiette. Égoutter les ailes de poulet et les rouler dans la farine. Dans une poêle pousser à feu fort, chauffer l'huile végétale à feu vif et faire rôtir les ailes de poulet 2 à 3 minutes de chaque côté. Saler. Enrober et cuire 10 minutes, ou jusqu'à ce que les ailes de poulet soient bien croustillées. À la sortie du four, égoutter l'excédent d'huile à l'aide d'un tamis fin. Déposer les ailes dans le bol de sauce piquante et mélanger. Servir avec la sauce ranch en accompagnement.



36 TAPAS



Vol-au-vent à l'espagnole

PORTIONS : 4 à 6
PRÉPARATION : 20 MINUTES
CUISON : 15 MINUTES + CUISON DES VOL-AU-VENT

2 c. à soupe de beurre
1 kg (2 lb) de pâte de cuisson de poulet coupée en cubes
3 gousses d'ail hachées
1 feuille de laurier
50 g (1/4 tasse) de chorizo espagnol coupé en dés
1 petite botte (500 g) de champignons de Paris coupés en quatre
1 poivron rouge coupé en cubes
1 branche de céleri coupée en tronçons
80 g (1/3 tasse) de grains de maïs doux surgelés
60 ml (1/4 tasse) de vin blanc
125 ml (1/2 tasse) de bouillon de poulet « à la maison »
6 vol-au-vent de commerce surgelés
2 c. à soupe de fromage manchego râpé
Sel de Maldon

BECHAMEL
DOMMETS (1/2 TASSE)
60 g (1/4 tasse) de beurre
60 g (1/4 tasse) de farine
1 gousses d'ail pressées
375 ml (1 1/2 tasse) de lait
1/4 c. à café de muscade
Sel de Maldon
Poivre du moulin

Préchauffer le four à 190 °C (375 °F).
Préparation de la béchamel : Dans une casserole, à froid, mettre le beurre, la farine, l'ail et la muscade. Chauffer à feu moyen et laisser fondre environ 1 minute en remuant constamment jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène.

Ajouter le moitié du lait en fouettant constamment et laissant chauffer quelques secondes. Ajouter le reste du lait et le bouillon de poulet et cuire en fouettant doucement jusqu'à ce que la béchamel épaississe. Saler et poivrer.

Retirer du feu, verser dans un bol et couvrir d'une pellicule plastique pour éviter qu'une croûte ne se forme à la surface.

Préparation de la garniture aux légumes : Dans une casserole, à feu moyen, faire mousser le beurre. Ajouter les cubes de poulet, l'ail et le laurier. Saler au goût. Faire rôtir de 3 à 5 minutes, ou jusqu'à ce que le poulet soit doré. Retirer le poulet et le réserver dans une assiette.

Dans la même casserole, ajouter à l'ail et au laurier le chorizo, les champignons, les poivres, le céleri et le maïs et faire rôtir 5 minutes. Remettre le poulet dans la casserole, verser le vin et laisser réduire à sec, soit de 2 à 3 minutes. Verser le bouillon et laisser réduire de moitié, soit de 3 à 4 minutes.

Ajouter la béchamel et laisser mijoter à feu doux 10 minutes, en ajoutant un peu de bouillon ou de beurre. Saler au goût. Pendant ce temps, déposer les vol-au-vent surgelés sur une plaque de cuisson et les saupoudrer de manchego. Cuire selon les instructions sur l'emballage.
Répartir la sauce dans les vol-au-vent et servir.



146 VIANDES ET VOLAIRES