

NENDAZ

Prijatnogo  
appetita

Bon appétit

Buen  
provecho

ITADAKIMASU

Bom appetite

Afiyet olsun

RECETTES INTERCULTURELLES  
COMMUNAUTÉS DE NENDAZ

# Voyage autour de l'assiette

Sihk faahn

胃口好

SMAKELIJK

Cunto

Хороший аппетит

قېيىط ۆيەش

wanaagsan

Buon appetito

Dobar apetit

# REPERTOIRE DES RECETTES PAR PAYS

<b>Belgique</b>		<b>République Tchèque</b>	
● Vol-au-vent	4 - 5	● Pains d'épice	40 - 41
● Moules frites nature	6 - 7		
<b>Cameroun</b>		<b>Roumanie</b>	
● Poulet DG	8 - 9	● Sarmale	42 - 43
		● Gogosi	44 - 45
<b>Grande-Bretagne</b>		<b>Serbie</b>	
● Cauliflower Cheese	10 - 11	● Sarma	46 - 47
● Mince pies	12 - 13	● Cevapcici	48 - 49
● Traditional Christmas Cake	14 - 15	<b>Nendaz</b>	
● Caramelised orange trifle	16 - 17	● Bûgnë	50 - 51
		● Les Rûtdchyë	52 - 53
<b>Grèce</b>			
● Poulet avec orge au four	18 - 19		
● Spanakopita	20 - 21		
● Vasilopita	22 - 23		
<b>Italie</b>			
● Panzarotti di patate	24		
● Polpette di carne al sugo	25		
<b>Pérou</b>			
● Riz aux crevettes	26 - 27		
<b>Pologne</b>			
● Pierogi	28 - 29		
● Borscht avec raviolis	30 - 31		
<b>Portugal</b>			
● Carne de porco alentejana	32 - 33		
● Morue à la crème	34 - 35		
● Rancho à la portugaise	36 - 37		
● Pastéis de nata	38 - 39		



INTÉGRATION  
district de canthey

INTRODUCTION  
VOYAGE AUTOUR DU MONDE

Ce fascicule vous est offert dans le cadre des projets d'intégration de la Commune de Nendaz et du programme d'intégration cantonal (PIC). Si la crise sanitaire nous oblige à la distanciation physique, il est important de trouver des alternatives pour continuer à créer du lien et cultiver l'entraide.

La Fête interculturelle a connu trois belles éditions mais n'a malheureusement pas pu, comme tant d'autres événements, être organisée en 2020. Le projet d'un recueil de recettes interculturelles est né de l'envie de continuer sur cette belle lancée dans un esprit d'échange tout en restant « Covid-19 compatible ». La Fête interculturelle était l'occasion de déguster des plats d'ici et d'ailleurs. Ce petit ouvrage poursuit cette même idée en vous invitant, cette fois-ci, à vous mettre au fourneau pour découvrir de nouvelles saveurs.

Vous y trouvez une vingtaine de spécialités de onze pays (en brun les plats et en jaune les desserts). Il a été réalisé grâce aux contributions précieuses de personnes de différentes origines et vivant actuellement à Nendaz, qui ont accepté de partager quelques-unes de leurs recettes fétiches. Un grand merci à chacune d'entre elles !

Nous espérons que vous prendrez autant de plaisir à la préparation qu'à la dégustation de tous ces plats. Les autorités communales profitent de ces quelques lignes pour vous adresser leurs meilleurs vœux pour l'année 2021.

PLAT

DESSERT

Municipalité de Nendaz

Sonia Délèze  
Responsable communication

## VOL-AU-VENT

Recette proposée par Emilie Denayer



## INGRÉDIENTS

## POUR 4 PERSONNES

- 4 coques en pâte feuilletée
- 1.5L de bouillon de poulet
- 200g de viande hachée (poulet)
- 1 poulet
- 350g de champignons (en morceaux)
- 250g de légumes pour potage
- 4cs de jus de citron
- 10ml de crème
- 125g de farine
- 1 jaune d'œuf
- 1cs de persil (haché, pour garnir)
- 1cc de laurier (pour le bouquet garni)
- 1cc de persil (pour le bouquet garni)
- 1cc thym (pour le bouquet garni)
- Beurre
- Poivre
- Sel

## LE PETIT CONSEIL

Les vol-au-vent sont encore meilleurs quand ils sont préparés la veille.

## VARIANTE

Remplacer les cuisses de poulet par 600 grammes de filet de poulet et couper les blancs de poulets en petits morceaux.

## PRÉPARATION

Faire cuire le poulet, les légumes pour potage et le bouquet garni environ une demi-heure dans le bouillon.

Confectionner des petites boulettes de viande hachée et les faire cuire un peu dans le bouillon de poule.

Faire revenir les champignons jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés dans un peu de beurre et déglacer avec 2 cuillers à soupe de jus de citron.

Retirer les petites boulettes du bouillon. Retirer aussi le poulet, laisser refroidir et détacher la viande de la carcasse. Passer le bouillon.

Faire fondre 125 grammes de beurre, ajouter la farine et faire un roux. Ajouter le bouillon en mélangeant. Assaisonner avec poivre, sel et 2 cuillers à soupe de jus de citron.

Ajouter la crème et le jaune d'œuf.

Déposer le poulet, les boulettes et les champignons dans la sauce.

Réchauffer un peu les coques dans le four et les remplir avec la préparation. Garnir de persil et les coiffer de leurs petits chapeaux.

Accompagner de frites, de purée ou de riz.

# MOULES FRITES NATURE

Recette proposée par Emilie Denayer



## INGRÉDIENTS POUR LES FRITES

POUR 4 PERSONNES

1 kg pommes de terre pour frites

## PRÉPARATION DES FRITES

Nettoyer les pommes de terre pour frites et les détailler en grosses frites. Les égoutter puis les éponger.

Préchauffer la friteuse à 160°C. Faire cuire les frites une première fois.

Augmenter la température de la friteuse à 190°C. Y faire croustiller les frites pendant quelques minutes puis les égoutter soigneusement sur du papier essuie-tout.

## INGRÉDIENTS POUR LES MOULES

POUR 4 PERSONNES

4kg de moules  
2 tiges de céleri vert  
2 oignons  
2cs de beurre  
Poivre



## PRÉPARATION DES MOULES

Nettoyer les moules dans deux bains d'eau froide et les débarrasser de leurs filaments.

Peler les oignons. Émincer les oignons et le céleri.

Déposer une grande casserole ou une marmite à moules sur le feu et y faire revenir les oignons et le céleri dans du beurre à cuire.

Ajouter les moules et poivrer. Couvrir la casserole et laisser cuire 5 minutes.

Secouer la casserole et poursuivre la cuisson pendant 4 minutes, jusqu'à ce que toutes les moules soient ouvertes. Jeter celles qui sont restées fermées.

Servir avec les frites.

## VARIANTES

Il existe plusieurs variantes des moules frites :

**Moules marinières** : les moules sont cuites dans du vin, des échalotes, du persil et du beurre.

**Moules à la crème** : les moules sont cuites dans une sauce au vin épaissie avec de la farine et de la crème.

**Moules à la bière** : les moules sont cuites dans une sauce à base de bière à la place du vin blanc traditionnel.

**Moules à l'ail** : les moules sont cuites avec de l'ail émincé.

## POULET DG

Recette proposée par Marie-Paule Fragnière  
pour l'association Mimboman – La Contheysanne



## INGRÉDIENTS

## POUR 4 PERSONNES

- 1 poulet
- 40g de gingembre haché très fin
- 4 bananes plantains juste mûres
- 2 gousses d'ail
- 2 oignons
- 30cl d'eau
- 3 tomates coupées en gros morceaux
- 2 cubes de bouillon de poule
- 5 carottes
- Poivre, sel
- 2 poireaux
- Épices ou piment selon vos goûts
- 200g de haricots verts frais
- Bouquet garni
- 2 poivrons (1 rouge, 1 vert)
- huile d'arachide

## PRÉPARATION

Couper le poulet en morceaux.

Dans une cocotte en fonte, faire chauffer l'huile et y faire dorer les morceaux de poulet sur toutes les faces.

Saler et poivrer puis laisser reposer le temps de préparer les légumes.

Détailler les carottes en bâtonnets de 3 à 4 cm de long et les poivrons en carrés de 2 à 3 cm de côté. Couper les tomates en morceaux et les haricots en 2.

Couper en fines lamelles les oignons. Ecraser l'ail.

Dans un wok, dans un peu d'huile, faire rissoler les oignons avec l'ail écrasé, faire sauter les légumes, sauf les carottes et les tomates.

Les incorporer au poulet. Mouiller avec le mélange eau et cubes de bouillon. Ajouter les carottes, les tomates, le gingembre, les épices et le bouquet garni. Laisser mijoter 20 minutes.

Trancher les plantains en biais, les faire frire dans l'huile à la friteuse, les incorporer 10 minutes avant de servir.

## LE PETIT CONSEIL

Le poulet DG est complet mais peut aussi être accompagné de riz. Servir chaud.

## LA PETITE ANECDOTE

Ce plat camerounais est souvent cuisiné pour recevoir les personnalités (DG signifie Directeur Général). Un véritable délice qui fait toujours l'unanimité !

## CAULIFLOWER CHEESE

Recette proposée par Nicole Garsaud



## PRÉPARATION

Pour préparer la sauce, éplucher et couper finement l'ail et le mettre dans une poêle à feu moyen avec le beurre.

Lorsque le beurre a fondu, ajouter la farine en remuant pendant 1 minute pour obtenir une pâte, puis ajouter progressivement le lait en fouettant au fur et à mesure, jusqu'à ce qu'il soit lisse et commence à épaissir.

Hacher grossièrement et ajouter les brocolis dans la casserole. Laisser mijoter pendant environ 20 minutes, puis écraser ou passer au mixeur plongeant jusqu'à obtenir une pâte assez lisse.

Râper la moitié du cheddar, bien mélanger, goûter et assaisonner avec du sel et du poivre.

Couper le chou-fleur en petits fleurons.

Disposer le tout dans un plat de cuisson de taille appropriée.

Verser la sauce aux brocolis et râper le reste du cheddar.

Dans un robot ménager, réduire le pain et les feuilles de thym en chapelure grossière avec une cuiller à soupe d'huile d'olive et

## INGRÉDIENTS

- 2 gousses d'ail
- 50g de beurre non salé
- 50g de farine ordinaire
- 600ml de lait demi-écrémé
- 500g de brocolis
- 75g de cheddar affiné
- 1kg de chou-fleur
- 2 tranches de ciabatta ou de pain rassis
- 2 brins de thym frais
- Huile d'olive
- 25g d'amandes effilées

une pincée de sel de mer et de poivre noir, puis ajouter les amandes, mais ne les mélanger qu'un peu, pour donner un peu de texture. Répartir la garniture de façon homogène sur le chou-fleur

Préchauffer le four à 180°C ; cuisson durant 50 minutes à 1 heure.

## VARIANTES

Il est très amusant d'essayer cette recette avec différentes sortes de fromages. Essayez par exemple avec vos restes de raclette ! Il est également agréable de remplacer le chou-fleur par d'autres légumes, par exemple des morceaux de courge, de pommes de terre ou de poireaux de 2 à 3 centimètres. N'oubliez pas que certains légumes peuvent prendre plus de temps à cuire que d'autres, alors faites un test avec un couteau pour vérifier qu'ils soient bien cuits avant de les servir.

Vous avez ici une version végétarienne de ce plat, mais on peut aussi y ajouter des lardons : le bacon rend n'importe quel repas encore plus délicieux !

## LE PETIT CONSEIL

Traditionnellement, en Angleterre, les familles mangent de la dinde rôtie le jour de Noël. Cette dernière peut être accompagnée de pommes de terre rôties, de légumes dont notamment des choux de Bruxelles, mais également de ce «cauliflower cheese» qui, par ailleurs, peut aussi être dégusté comme un repas à part entière. Si vous avez des invités, vous pouvez le préparer en avance et le mettre au réfrigérateur jusqu'à un ou deux jours. Le cuire seulement le jour J.

# MINCE PIES

Recette proposée par Nicole Wallace



## PRÉPARATION

Mélanger la farine et le sel dans un bol.

Ajouter le beurre et frotter du bout des doigts jusqu'à ce qu'il ressemble à de la chapelure.

Verser petit à petit l'eau et mélanger le tout jusqu'à ce que cela forme une pâte.

Pétrir légèrement la pâte sur une surface enfarinée.

Graisser légèrement des moules à petits gâteaux.

Abaisser la pâte et découper de petits cercles à l'aide d'un emporte-pièce ; en garder une partie pour la dernière étape.

Placer les cercles dans les moules à petits gâteaux.

Ajouter une cuiller à café de «mincemeat» sur chacun d'entre eux.

Abaisser le reste de la pâte et découper une petite forme de Noël pour décorer le dessus de chaque mince pie.

Faire cuire au four à 200° durant 15 à 20 minutes jusqu'à ce que la pâte soit dorée.

## INGRÉDIENTS POUR 12 PIÈCES

- 225g de farine
- Une pincée de sel
- 100g de beurre
- 2cs d'eau froide
- 175g de mincemeat : cet ingrédient peut être trouvé auprès de fournisseurs britanniques de produits alimentaires ou à préparer soi-même (voir ci-dessous)

## INGRÉDIENTS POUR PRÉPARER DU MINCEMEAT SOI-MÊME

- 250g de raisins secs
- 375g de raisins de Corinthe
- 100ml de Brandy (Cognac)
- Zeste de citron
- Jus d'un demi-citron
- 300g de suif déchiqueté (il existe aussi du suif végétarien)
- 250g de sucre brun foncé
- 85g de zeste mixte haché
- 1/2 petite noix de muscade râpée
- 1 grosse pomme Bramley (pomme à cuire) pelée et râpée

## PRÉPARATION DU MINCEMEAT

Faire tremper les raisins secs et les raisins de Corinthe dans le Brandy/Cognac et le jus de citron pendant une heure jusqu'à ce qu'ils soient bien gonflés, puis les égoutter et mettre le Brandy/Cognac de côté.

Mélanger bien tous les ingrédients, puis ajouter le Brandy/Cognac.

Verser le mélange dans des bocaux stérilisés, en appuyant bien pour faire le vide



d'air (la façon la plus simple de stériliser les bocaux est de les laver au lave-vaisselle avec son programme le plus chaud).

Couvrir et laisser reposer durant au moins quinze jours. Cette préparation se conserve au réfrigérateur jusqu'à 6 mois.

## LE PETIT CONSEIL

Ces petites tartes sucrées remplies de fruits peuvent être mangées froides ou chaudes. Particulièrement appréciées lors des fêtes de Noël, elles s'accompagnent parfaitement d'un verre de vin chaud ou d'une tasse de thé.

# TRADITIONAL CHRISTMAS CAKE

Recette proposée par Andrew Spalding et Amanda Merrell



## PRÉPARATION DU GÂTEAU

Chauffer le four à 150°C. Graisser un moule à gâteau rond de 20 centimètres, tapisser le fond et les côtés de papier pour pâtisserie.

Tamiser la farine, le sel et la cannelle dans un bol.

Battre en crème le beurre et la cassonade dans un grand bol, puis incorporer la mēlasse, la marmelade et l'essence de vanille.

Battre les œufs puis les incorporer petit à petit dans le mélange à base de beurre en ajoutant une cuiller à soupe du mélange à base de farine.

Incorporer le reste du mélange à base de farine, puis incorporer les fruits secs, les cerises glacées et les amandes hachées.

Verser le mélange dans le moule préparé et faire un léger creux au centre.

Cuire au four pendant 3 heures puis tester la cuisson avec un couteau. Si ce n'est pas prêt, laisser au four et tester la cuisson

## INGRÉDIENTS

POUR 8 À 10 PERSONNES

225g de farine  
 1/4cc de sel  
 1/2cc de cannelle moulue  
 200g de beurre  
 200g de cassonade fāncée  
 2cs de mēlasse noire  
 1cs de marmelade  
 1/4cc d'essence de vanille  
 4 œufs  
 900g de fruits secs mēlangés  
 150g de cerises glacées  
 100g d'amandes blanchies  
 Cognac

chaque 20 minutes.

Retirer du four et laisser refroidir dans le moule pendant 15 minutes. Démouler sur une grille et laisser refroidir.

Faire quelques trous dans le gâteau avec une brochette et y verser 3 à 4 cuillers à soupe de cognac.

Laisser le cognac tremper dans le gâteau.

Conserver le gâteau emballé dans du papier d'aluminium et dans un récipient en plastique, les trous vers le haut. Ce gâteau est traditionnellement préparé plusieurs semaines à l'avance. Pour qu'il soit riche et moelleux, ajouter du brandy chaque semaine jusqu'à ce que vous soyez prêt à glacer et décorer votre gâteau.

## INGRÉDIENTS DE LA PÂTE D'AMANDE

150g d'amandes moulues  
 50g de sucre en poudre  
 175g de sucre glace  
 2 blancs d'œufs  
 2cs de confiture d'abricots

Vous pouvez aussi directement acheter 200 grammes de pâte d'amande toute faite.

## PRÉPARATION DE LA PÂTE D'AMANDE

Mettre tous les ingrédients, sauf les blancs d'œufs, dans un robot culinaire et mixer jusqu'à ce qu'à la formation d'une poudre fine. Ajouter délicatement le blanc d'œuf et battre le tout jusqu'à la formation d'un mélange homogène.

Saupoudrer vos mains et le plan de travail avec un peu de sucre glace et pétrir la pâte d'amande jusqu'à ce qu'elle soit tendre. Abaisser la moitié de la pâte d'amande pour la placer au-dessus du gâteau et étaler le reste en bandes avant de les placer sur les côtés du gâteau.



## INGRÉDIENTS POUR LE GLAÇAGE

3 œufs  
 600g de sucre glace  
 1cs de jus de citron

## PRÉPARATION DU GLAÇAGE

Séparer les blancs des œufs et les placer dans un bol.

Ajouter le jus de citron puis incorporer le sucre glace, une cuiller à la fois, jusqu'à obtenir une crème blanche homogène assez épaisse.

Couvrir la pâte d'amande d'une couche de glaçage.



# CARAMELISED ORANGE TRIFLE

Recette proposée par Andrew Spalding et Amanda Merrell



## INGRÉDIENTS

POUR 8 À 10 PERSONNES

### Pour la base

- 8 madeleines
- 2-3cs de marmelade d'orange
- 150ml de Sercial Madeira
- 2 bananes

### Pour l'orange caramélisée

- 3 grandes oranges
- Zeste râpé d'une orange
- 1cs de cognac
- 1cs de jus d'orange
- 2cs de cassonade

### Pour la crème anglaise

- 5 jaunes d'œuf
- 1cc de farine de maïs
- 425ml de crème de Gruyère
- 25g de sucre
- 4 gouttes d'essence de vanille

### Pour la garniture

- 275ml de crème double fouettée
- 2cs de noisettes grillées

## PRÉPARATION

Couper chaque madeleine en deux, tartiner chacune des deux parts de marmelade d'orange puis remettre les deux parts ensemble tel « un sandwich ».

Couper chaque « sandwich » en trois et mettre ses trois morceaux au fond d'un bol en verre.

Verser la Madeira par-dessus.

Mettre de côté 1 heure.

Râper ensuite le zeste d'une orange et mettre de côté.

Éplucher les oranges et les couper en morceaux. Mettre dans un petit bol avec le zeste râpé.

Pour faire le caramel, mettre la cassonade et le jus d'orange dans une casserole. Dissoudre la cassonade puis augmenter le feu pour caraméliser le mélange. Retirer la casserole du feu et ajouter le Cognac. Verser sur les oranges.



Pour faire la crème anglaise, mélanger les jaunes d'œufs, le sucre, la farine de maïs et l'essence de vanille dans un bol. Mettre la double crème dans une casserole et porter à ébullition puis verser sur le mélange à base d'œufs. Fouetter bien puis mettre dans une casserole. Chauffer doucement et continuer à fouetter le mélange. Laisser refroidir la crème anglaise.

Filter les oranges en mettant le jus de caramel de côté. Disposer les morceaux d'orange coupés sur les madeleines.

Couper les bananes et les poser sur les oranges.

Ajouter le jus de caramel à la crème anglaise et verser sur le dessus.

Refroidir au réfrigérateur pendant 2 heures.

Verser la crème double sur le dessus et décorer avec des noisettes grillées sur le dessus.

Servir froid.

# POULET AVEC ORGE AU FOUR

Recette proposée par Alkistis Economou



## INGRÉDIENTS

- 1 poulet entier
- Sel, poivre, huile d'olive
- 500g orge
- Parmesan



## PRÉPARATION

Laver le poulet et le couper en 4.

Assaisonner le poulet avec du sel et du poivre et le graisser avec de l'huile d'olive.

Préchauffer le four à 190 degrés et placer le poulet dans un plat à gratin avec deux doigts d'eau au fond.

Mettre le plat au four et le laisser cuire pendant une heure et demie. Le retourner une fois pour le dorer des deux côtés (le temps de cuisson peut varier en fonction de la taille du poulet).

Quand le poulet est presque prêt, ajouter l'orge en le couvrant entièrement d'eau bouillante.

Remettre au four pendant 15 minutes ou jusqu'à ce que l'eau soit totalement absorbée.

## LE PETIT CONSEIL

Servir chaud avec du parmesan râpé.

## VARIANTE

Remplacer l'orge par des pâtes de petite taille.

## SPANAKOPITA

Recette proposée par Alkistis Economou



## INGRÉDIENTS

- 1 paquet de pâte filo
- 400g épinards
- 2 poireaux
- 2 oignons frais
- 400g feta
- 1 œuf
- Huile d'olive, sel, poivre



## PRÉPARATION

Laver les légumes puis couper les poireaux et les oignons frais en petites rondelles.

Ajouter 4 cuillers d'huile d'olive dans une casserole et, dès que l'huile est chaude, ajouter les rondelles d'oignons frais et les poireaux jusqu'à ce qu'ils soient doux.

Préchauffer le four à 200 degrés.

Ajouter les épinards, une petite cuiller de sel, un peu de poivre noir et laisser cuire pendant 8 à 10 minutes, jusqu'à ce que les légumes soient épais.

Éteindre le feu et ajouter les 400 grammes de feta en petits morceaux puis l'œuf tout en remuant continuellement.

Réserver ce mélange pendant que vous préparez la pâte filo.

Mettre un peu d'huile d'olive dans un petit bol et, avec un pinceau, graisser le plat à four. Puis graisser une à une 4 pâtes filo et les placer au fond du plat.

Verser tout le mélange à base d'épinards au-dessus et relever les extrémités de la pâte contre les bords du plat afin d'éviter que le mélange coule.

Graisser les pâtes filo restantes et les placer au-dessus tout en tournant les extrémités de la pâte vers le bas pour recouvrir l'ensemble du mélange.

Mettre le plat au four durant 30 minutes.

## LE PETIT CONSEIL

Laisser reposer hors du four pendant 10 minutes avant de servir.



#### INGRÉDIENTS

- 250g de beurre
- 2c huile de tournesol
- 2 tasses de sucre
- 5 œufs
- 250g de yaourt grec
- 2,5 tasses farine blanche
- Jus d'une demi-orange
- Zeste d'une orange
- 1 portion de levure
- Sucre en poudre pour la décoration

#### PRÉPARATION

Préchauffer le four à 160 degrés.

Mixer le beurre avec l'huile et le sucre.

Ajouter les autres ingrédients un par un.

Verser le mélange dans une plaque à gâteau ronde.

Mettre au four et laisser cuire pendant 40 à 45 minutes. Pour savoir si le gâteau est prêt, le piquer avec un cure-dent au centre : s'il ressort sec, le gâteau est prêt.

Le laisser refroidir complètement, puis le retourner sur un plat et le décorer avec du sucre en poudre.

## VASILOPITA

Recette proposée par Alkistis Economou



#### LA PETITE ANECDOTE

En Grèce, ce gâteau est traditionnellement préparé pour le Nouvel An. On glisse à l'intérieur du gâteau une pièce de monnaie sans dire où elle se trouve. On coupe ensuite une part pour chaque personne à table. La découvrir dans son morceau nous garantit la chance pour toute l'année !

## PANZAROTTI DI PATATE

Recette proposée par Antonella Scupola



### INGRÉDIENTS

POUR 6 À 8 PERSONNES

- 1kg de pommes de terre
- 150g de fromage râpé (½ parmesan, ½ pecorino)
- 150g de panure
- 100g farine
- 4 œufs
- Persil, sel, poivre

### PRÉPARATION

Cuire, peler et passer les pommes de terre au moulin à légumes.

Mélanger la purée avec la farine, environ la moitié de la panure, les œufs, le fromage râpé, le persil haché, le sel et le poivre.

Former des croquettes en forme allongées.

Paner et frire dans une huile bouillante.

### LE PETIT CONSEIL

Servir les panzarotti bien chauds.

## POLPETTE DI CARNE AL SUGO

Recette proposée par Antonella Scupola



### INGRÉDIENTS

POUR 6 À 8 PERSONNES

- 500g de viande hachée (½ bœuf, ½ porc)
- 100g de panure
- 120g de fromage râpé (½ parmesan, ½ pecorino)
- 2 œufs
- Coulis de tomate
- Ail, persil, sel, poivre

### PRÉPARATION

Hacher le persil et une gousse d'ail.

Mélanger à la main la viande hachée, le fromage, le persil, l'ail, la panure et les œufs jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène et assez humide, puis former de petites boulettes.

Faire chauffer une bonne couche d'huile dans une poêle et y faire rissoler les boulettes en les faisant tourner pour qu'elles soient uniformément dorées.

Dans une autre poêle, faire revenir ail et oignon hachés dans un fond d'huile.

Ajouter le coulis de tomate et laisser cuire quelques minutes.

Ajouter les boulettes de viande à la sauce tomate et laisser mijoter.

# RIZ AUX CREVETTES

Recette proposée par Saida Arriola



## INGRÉDIENTS

POUR 4 PERSONNES

- 270g** de riz
- 250g** de crevettes
- 3** gousses d'ail
- Cumin
- Poivre noir
- 1** oignon
- Huile
- Curry
- Sel
- Piments rouges
- 4** branches de persil

## PRÉPARATION

Faire revenir l'oignon découpé en petits carrés dans de l'huile d'olive.

Lorsque l'oignon est bien doré, ajouter l'ail haché et faire revenir à feu doux.

Ajouter les crevettes bien lavées, puis le cumin, le poivre noir, le curry, le sel et le piment rouge.

Lorsqu'elles sont dorées des deux côtés, ajouter deux tasses d'eau et laisser mijoter jusqu'à ce qu'elles soient bien cuites.

En parallèle, laver le riz et le faire cuire 15 à 25 minutes.

Servir le riz garni des crevettes et de persil hâché.

# PIEROGI

Recette proposée par Kasia Starke



## INGRÉDIENTS DE LA FARCE

600g de fromage blanc  
300g de champignons  
3 oignons  
7 pommes de terre  
5cl d'huile végétale  
1cs de crème fraîche  
Sel et poivre

### PRÉPARATION DE LA FARCE

Cuire les pommes de terre à l'eau.

Râper le fromage et les pommes de terre.

Hacher les oignons.

Eplucher et émincer les champignons.

Faire revenir dans l'huile à feu moyen pendant environ 15 minutes les oignons et les champignons.

Retirer cette préparation du feu et la mélanger aux pommes de terre, au fromage et à la crème fraîche.

Saler et poivrer à votre convenance.

## INGRÉDIENTS DE LA PÂTE

1kg de farine  
2 œufs  
50cl d'eau tiède  
80g de beurre  
Du sel

### PRÉPARATION DE LA PÂTE

Faire un puits au centre de la farine.

Y casser les œufs.

Ajouter le beurre et un peu d'eau tiède.

Pétrir le tout en ajoutant peu à peu le reste d'eau jusqu'à obtenir une pâte lisse et molle.

### PRÉPARATION DES PIEROGI

Sur un plan fariné, étaler la pâte sur 2 mm d'épaisseur.

Y découper des ronds.

Mettre une petite cuiller de farce sur chaque cercle puis presser les bords ensemble pour le sceller.

Saler 3 litres d'eau bouillante.

Y faire cuire 20 raviolis à la fois (jusqu'à ce qu'ils remontent à la surface).

Egoutter et dresser sur un plat.

# BORSCHT AVEC RAVIOLIS

Recette proposée par Margo et Adam Koniuszewski



## PRÉPARATION DU BORSCHT

Rincer les cèpes, les déposer dans une casserole et verser deux verres d'eau froide.

Y mettre les deux gousses d'ail et les deux feuilles de laurier. Il est préférable de les laisser une nuit afin qu'ils soient bien trempés.

Le deuxième jour, faire bouillir les champignons dans l'eau pendant environ 15 minutes jusqu'à ce qu'ils soient bien tendres.

Peler les betteraves (préalablement lavées) et les mettre dans le bouillon de légumes chaud.

Ajouter de la marjolaine et du poivre de Jamaïque (quatre-épices) au bouillon.

Assaisonner avec du sel et faire bouillir.

Lorsqu'il devient bouillant, réduire le feu et faire cuire à couvert pendant environ 40-60 minutes (jusqu'à ce que les betteraves soient tendres).

## INGRÉDIENTS POUR LE BORSCHT

- 7 petites betteraves
- 2.5 litres de bouillon de légumes
- 1 grappe de cèpes séchés
- 2 gousses d'ail
- Poivre de Jamaïque (quatre-épices)
- 1 citron
- Sel et poivre moulu

### Herbes séchées :

- 2 feuilles de laurier
- 2cs de marjolaine
- 6 grains de poivre noir

Retirer le borscht du feu. Il vaut la peine d'y laisser les betteraves pendant quelques heures. Cela lui donnera une couleur plus intense.

Retirer ensuite les betteraves du borscht et y verser le bouillon de champignons.

Ajouter le jus de citron et assaisonner avec du sel et du poivre selon votre goût.

Couper quelques cèpes bouillis en lanières et les ajouter au borscht.

Utiliser le reste des champignons pour préparer les raviolis.

## INGRÉDIENTS POUR LES RAVIOLIS

### Pour la farce :

- 150g de champignons séchés
- Huile de friture
- 2 oignons
- Sel
- Poivre

### Pour la pâte :

- 1 verre de farine de blé (blanche type 480)
- 1 œuf
- 50ml environ d'eau



## PRÉPARATION DES RAVIOLIS

Verser de l'eau sur les champignons et les laisser un moment pour les ramollir.

Pétrir une pâte souple de farine et d'œufs, en ajoutant de l'eau lorsque nécessaire - environ 50 ml devraient suffire.

Faire bouillir les champignons jusqu'à ce qu'ils soient tendres, refroidir et couper finement. Hacher l'oignon et le faire frire dans un peu d'huile d'olive ; ajouter les champignons, saler et poivrer. Faire frire la garniture jusqu'à ce qu'elle soit consistante et collante.

Avec un rouleau, étaler la pâte finement et la couper en carrés de 4 centimètres.

Placer un peu de la garniture sur chacun d'eux, les refermer en les pliant en deux en formant un triangle, presser les bords.

Coller ensuite les coins opposés des triangles ensemble. Les raviolis peuvent être placés sur un plateau et congelés.

Avant de les servir (raviolis), les mettre dans de l'eau bouillante salée. Faire bouillir à feu moyen. Au bout de 3 minutes environ, à partir du moment où ils remontent à la surface, les égoutter.

Les ajouter au borscht.



# CARNE DE PORCO ALENTEJANA

Recette proposée par Fatima Oliveira



## PRÉPARATION

Verser les palourdes dans un grand faitout rempli de 3 litres d'eau froide. Ajouter le gros sel. Si vous n'avez pas de grand faitout, procéder de la même façon dans un grand saladier et n'ajouter qu'une cuiller à café de gros sel. Laisser les palourdes dégorger pendant que vous préparez le reste de la recette.

Couper la viande de porc en morceaux réguliers d'environ 3 centimètres.

Mettre la viande à mariner dans un saladier, avec les gousses d'ail pelées, dégermées et hachées, la feuille de laurier concassée, 1 cuiller à soupe de paprika, 1 pincée de poivre et 1 pincée de sel.

Arroser le tout avec le vin blanc et malaxer bien pour que la viande s'imbibe de la marinade.

Recouvrir de papier film et laisser reposer au réfrigérateur pendant 1 heure.

Pendant ce temps, changer l'eau des palourdes et les remettre dans un grand volume d'eau froide non salée.

Préparer les pommes de terre, en les épluchant et en les faisant sauter à l'huile d'olive dans une sauteuse avant de les réserver.



Renouveler une troisième fois l'eau des palourdes. Laisser le faitout dans l'évier, sous le robinet. Laisser couler un fin filet d'eau afin que l'eau de la casserole déborde et se renouvelle jusqu'au moment de cuire les fruits de mer.

Sortir la viande du réfrigérateur. Prélever les morceaux de viande et réserver la marinade. Faire dorer la viande dans une grande cocotte en fonte, dans lequel vous aurez fait chauffer, à feu vif, 2 cuillers à soupe d'huile d'olive. Retourner les morceaux au bout de 2 à 3 minutes et les faire dorer de l'autre côté.

Ajouter l'oignon pelé et ciselé. Le laisser suer en remuant régulièrement.

Racler bien le fond et les parois de la cocotte avec une cuiller ou une spatule en bois pour récupérer tous les sucs de cuisson.

Verser la marinade en prenant soin de retirer auparavant les morceaux de laurier.

Baisser à feu moyen et laisser mijoter pendant 10 minutes en couvrant la cocotte.

Pendant ce temps, égoutter les palourdes. Ensuite, ajouter les palourdes et les laisser s'ouvrir et cuire, sans couvrir, pendant 4 à 6 minutes.

Réchauffer, en parallèle, les pommes de terre.

Servir, dans un grand plat, les pommes de terre sautées avec la viande et les palourdes, le tout nappé de la sauce de cuisson.

Ajouter la coriandre fraîche ciselée par-dessus au moment de servir.

## PETIT CONSEIL

Accompagner le carne de porco alentejana avec des olives noires dénoyautées réparties sur le plat au moment du service et disposer des quartiers de citron jaune dont l'acidité s'accorde divinement avec ce plat.

# MORUE A LA CREME

Recette proposée par Fatima Oliveira



## INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 1kg de morue salée
- 1.5kg de pomme de terre
- 1 botte de persil
- 2/3 oignon
- 3 gousses d'ail
- 50cl de crème fraîche
- 10cl de lait
- Huile d'olive

## PRÉPARATION

Mettre à dessaler la morue à l'avance.

Faire cuire la morue dans l'eau (entre 20 et 30 minutes).

Faire revenir les oignons dans une casserole avec les gousses d'ail jusqu'à les roussir (environ 10 minutes à feu doux).

Eplucher les pommes de terre en rondelles et les faire frire. Le but étant de les sortir avant qu'elles soient trop cuites. Les pommes de terre doivent être cuites, mais pas frites !

Enlever les arêtes de la morue et l'émietter en petits morceaux dans une assiette à part.

Dans une casserole, porter à feu doux le lait et la crème fraîche afin de faire un mélange un peu épais.

Dans un plat allant au four, ajouter un peu d'huile d'olive et faire deux couches successives de morue, d'oignons, de persil coupé, de pommes de terre et de crème fraîche.

Faire chauffer au préalable le four à 200°C

puis faire cuire pendant environ 1 heure.

## PETIT CONSEIL

Bien faire attention à dessaler la morue à l'avance (entre 24 et 48 heures dans l'eau.



## RANCHO A LA PORTUGAISE

Recette proposée par Fatima Oliveira



### PRÉPARATION

Mettre les pois chiches à tremper la veille dans une casserole avec de l'eau. Possibilité d'utiliser des pois chiches déjà cuits en conserve, si désiré.

Dans une casserole, mettre l'eau et ajouter le veau en morceaux, le (s) chorizo (s) de viande et le lard entier à cuire. Dans une autre casserole avec de l'eau et du sel, faire cuire les pois chiches (environ 30 minutes).

Pendant ce temps, éplucher les pommes de terre et les couper en cubes. Réserver.

Ensuite, piquer l'oignon et hacher l'ail. Les faire dorer dans une grande casserole (ou cocotte) dans un peu d'huile d'olive.

Lorsque les pois chiches et les viandes sont cuits, les retirer de la casserole. Les laisser refroidir et couper toute la viande en morceaux. Réserver.

Égoutter les pois chiches et réserver l'eau de cuisson des viandes.

Verser un peu d'eau de cuisson de la viande dans la casserole dans laquelle se trouvent l'ail et l'oignon.

Assaisonner selon votre goût avec le sel, la feuille de laurier et le chili .

Ajouter aussi les pommes de terre coupées en morceaux et 5 minutes après ébullition, les pâtes et les carottes tranchées.

Laisser cuire environ 10 à 15 minutes.

Quand tout est cuit, ajouter la viande coupée en morceaux et les pois chiches cuits.

Porter à ébullition, ajuster l'assaisonnement et ajouter le persil haché (si désiré).

Le rancho est prêt à servir ! Servir chaud et avec de la sauce en abondance.

# PASTEIS DE NATA

Recette proposée par Fatima Oliveira



## INGRÉDIENTS

- 4 jaunes d'œufs
- 70g de sucre en poudre
- 1cc d'extrait de vanille
- 30g de maïzena
- 25cl de lait écrémé
- 5cl de crème liquide entière
- 1 pâte feuilletée pure beurre



## PRÉPARATION

Fouetter trois jaunes d'œufs avec le sucre et l'extrait de vanille dans un bol, sans faire blanchir le mélange.

Ajouter la maïzena et fouetter jusqu'à obtenir une texture homogène.

Faire chauffer le lait et la crème dans une casserole jusqu'à frémissement.

Ajouter petit à petit la moitié du mélange lait-crème sur les jaunes d'œuf, tout en fouettant.

Verser dans la casserole l'autre moitié du mélange lait-crème, fouetter et faire chauffer à feu moyen. La crème va s'épaissir et commencer à frémir.

Fouetter pendant 40 secondes, verser dans un bol, mélanger et couvrir d'un film. Laisser tiédir.

Préchauffer le four à 210 °C .

Étaler la pâte puis détailler 10 cercles de 9 centimètres de diamètre.

Garnir les moules avec ces cercles

Ajouter le dernier jaune d'œuf dans le mélange, remuer et remplir chaque alvéole aux trois quarts.

Enfourner pour 15 à 18 minutes. La garniture doit être prise et le dessus bien doré (les pastéis gonfleront et la garniture s'affaissera à la sortie du four).

Sortir du four puis démouler après 5 minutes. L'idéal est de les déguster tièdes mais ils sont très bons aussi à température ambiante.

# PAINS D'ÉPICE TCHÈQUES

Recette proposée par Michaela Sonntagová



## INGRÉDIENTS POUR LA PÂTE

- 500g de farine
- 250g de miel
- 125g de sucre en poudre
- 100g de beurre
- 1,5cs de cacao
- 1 œuf
- 2cs de mélange d'épices pour pain d'épice
- 2cc de poudre à lever
- 1 pincée de sel

## PRÉPARATION DE LA PÂTE

Chauffer le beurre, le miel et le sucre tamisé.

Remuer jusqu'à ce que le sucre fonde et les ingrédients se lient.

Dans le mélange refroidi, ajouter la farine tamisée avec la poudre à lever, le mélange d'épices, le cacao et le sel. Y incorporer aussi l'œuf.

Laisser reposer la pâte au frais jusqu'au lendemain.

Le lendemain, préchauffer le four à 185-190 °C.

Étaler la pâte à 4-5 mm et découper diverses formes, puis les faire cuire pendant 15 minutes environ.

## INGRÉDIENTS POUR LE GLAÇAGE

- 150g de sucre en poudre tamisé deux fois
- 1cs d'eau chaude
- 1 blanc d'œuf
- Colorants alimentaires (facultatif)

## PRÉPARATION DU GLAÇAGE

Mélanger tous les ingrédients jusqu'à obtenir un glaçage épais et glacé.

Selon votre imagination et vos envies, ajouter les colorants.

Décorer les pains d'épice deux jours après les avoir cuits : le glaçage tient ainsi mieux et ne part plus.

## LE PETIT CONSEIL

Le pain d'épice est une spécialité culinaire tchèque, tout particulièrement appréciée à Noël, mais aussi à l'occasion d'autres fêtes importantes. On prépare des pains d'épice de formes différentes que l'on décore ensuite selon notre imagination tout en s'amusant ! On les mange bien sûr, mais on les suspend aussi au sapin ou encore on les transforme en éléments de décoration originale comme des bougeoirs et des petites maisons.

## SARMALE

Recette proposée par  
l'Association Nendaz-Gherla



## INGRÉDIENTS

- 1kg de viande de porc hachée (ou mélange porc-veau)
- 200g de riz
- 300g d'oignons
- 40cl de sauce tomate
- 2kg de chou blanc (dans la recette originale feuilles de chou en saumure)
- 1 bouquet de persil ou 1 bouquet d'aneth
- Poivre, sel
- Bouillon de poule ou de bœuf

## PRÉPARATION

Tremper le riz dans de l'eau.

Hacher les oignons et les faire revenir dans une poêle avec un peu d'huile.

Mélanger les oignons, la viande, le riz (égoutté), la moitié de la sauce tomate, le poivre, le sel et le persil haché et ajouter une tasse d'eau tiède.

Faire blanchir les feuilles de chou (ou de vigne).

Découper les feuilles de chou en carrés de 10 cm x 10 cm environ en laissant la nervure centrale de côté.

Mettre une petite cuiller de farce au centre, replier et rouler.

## LA PETITE ANECDOTE

Les « sarmales » est le plat national roumain. Il se trouve également sur la table des grandes occasions (mariages, anniversaire, Noël, etc.)

Ce sont de petits rouleaux de chou saumurés et farcis. On peut aussi utiliser des feuilles de chou blanc. Dans certaines régions de Roumanie, on les prépare également, au printemps, avec des feuilles de vigne. Traditionnellement, les sarmales sont servis avec de la polenta (mamaliga) et sont nappés d'une cuiller de crème aigre.

Il existe autant de variantes de sarmale que de villages ou de familles. On peut aussi réaliser des sarmales végétariens (durant la période de carême).

Couper le reste de choux en lamelles. En mettre une couche dans une cocotte, poser les sarmales dessus et recouvrir d'une autre couche de choux.

Ajouter le bouillon, le reste de la sauce tomate et couvrir d'eau.

Laisser cuire à feu doux pendant environ 2 heures (ou 2h30 si on utilise des feuilles de vigne).

## GOGOSI

Recette proposée par par l'Association Nendaz-Gherla

INGRÉDIENTS POUR UNE  
TRENTAINE DE PIÈCES

1kg	de farine
40g	de levure de boulanger (ou chimique : dans ce cas-là, inutile de laisser gonfler aussi longtemps la pâte. Elle gonflera plus dans la poêle)
200g	de sucre
6	œufs
10cl	d'huile
20cl	de lait
	Une pincée de sel
	Sucre vanillé
	Huile

## PRÉPARATION

Commencer par délayer, petit à petit, la levure et le sucre dans le lait chaud. Laisser reposer jusqu'à ce que la pâte lève si vous avez utilisé de la levure de boulanger (dans le cas de levure chimique, poursuivre immédiatement la recette).

Ajouter la farine, les œufs et le sel jusqu'à obtenir une pâte lisse et molle. La pâte doit se décoller facilement de la main.

Ajouter l'huile dans le mélange, en pétrissant pour bien l'incorporer. Il ne doit y avoir aucun grumeau dans votre pâte.

Laisser reposer deux heures sous un linge propre et à l'abri de la lumière et de l'humidité. La pâte doit doubler de volume.

Huiler ensuite votre plan de travail et déposer des morceaux de pâte (de la taille de votre main) dessus.

Saupoudrer de farine, l'aplatir du dos de la main, puis étaler avec un rouleau à pâtisserie et la découper en petits ronds à l'aide d'un verre. Laisser reposer quelques minutes.



Pendant ce temps, faire chauffer une poêle remplie d'huile. Quand elle est bien chaude, déposer dedans les ronds de pâte qui doivent continuer à gonfler dans l'huile (surtout si vous avez utilisé de la levure chimique). Quand ils sont bien dorés, les retourner dans la poêle.

Une fois que toutes les faces des gogosi sont bien dorées, sortir les beignets à l'aide d'une écumoire et les déposer sur du papier absorbant pour éliminer l'excès d'huile.

Saupoudrer de sucre vanillé.

Ces beignets peuvent être servis immédiatement, avec le sucre qui fond encore un peu dessus, ou réservés pour plus tard, et mangés froids.

## LA PETITE ANECDOTE

Réalisés en Roumanie pour les tables de fêtes ou pour le goûter des enfants, les gogosi sont de petits beignets à la recette traditionnelle toute simple.

## SARMA

Recette proposée par Zivka Zelenovic

**PRÉPARATION**

Faire sauter l'oignon coupé en dés, ajouter l'ail et la carotte finement hachés et faire revenir le tout.

Hacher finement une partie du lard et l'ajouter pour le faire frire un peu.

Ajouter le riz lavé et mélanger. Retirer du feu.

Ajouter ensuite la viande hachée et épicer avec le poivre, la végéta, le piment et le paprika. Bien mélanger.

**Plier le sarma :**

Faire bouillir brièvement les feuilles de choucroute.

Couper les parties épaissies de la feuille, c'est-à-dire la racine de la feuille.

Poser une feuille de chou au creux de votre main.

Prendre un peu de farce à base de viande et la déposer au centre de la feuille.

Rabattre le côté devant vous sur la farce, puis les deux extrémités latérales et enfin le dernier côté (pour former une sorte de rouleau).

Répéter cette opération jusqu'à épuisement de la farce, en réservant toutefois quelques feuilles de chou.

Déposer au fond d'une casserole une partie des feuilles de chou restantes.

Déposer les sarma dans la casserole.

Déposer au-dessus le lard restant.

Recouvrir le tout des feuilles de chou restantes.

Verser de l'eau et ajouter une feuille de laurier.



Mettre le couvercle sur la casserole et faire cuire à feu doux.

Laisser mijoter pendant 2h30- 3h00.

**Préparer la sauce :**

Faire chauffer l'huile, ajouter la farine et remuer (ne pas arrêter de remuer).

Lorsque la farine prend une couleur légèrement jaunâtre, retirer du feu et ajouter une cuiller à soupe de paprika (le paprika ne doit pas être cuit).

Verser la sauce dans la casserole contenant la sarma et laisser mijoter encore 10 minutes.



## CEVAPCICI

Recette proposée par Zivka Zelenovic



## INGRÉDIENTS

1,5kg de bœuf  
0,5kg d'agneau  
4 gousses d'ail  
2cc de bicarbonate de soude  
Sel

## PRÉPARATION DE LA PÂTE

Couper la viande en cubes de 2 x 2 cm et saler (le sel représente 1,8 à 2% du poids de la viande).

Faire bouillir 3-4 gousses d'ail écrasées dans très peu d'eau (environ 100 ml).

Laisser refroidir et verser sur la viande avant de mélanger.

Laisser reposer la viande toute la nuit au réfrigérateur.

Le lendemain, hacher menu la viande. Mélanger bien.

Couvrir ce mélange et le laisser hors du réfrigérateur à température ambiante pendant 4 à 5 heures. Vous pouvez ensuite, si vous le souhaitez, le conserver au réfrigérateur jusqu'à deux jours avant de l'utiliser.

Façonner les brochettes.

Faire griller à feu vif. Enduire constamment la grille d'huile.

## LE PETIT CONSEIL

Les cevapcici peut se manger à l'intérieur de pain de type pita (à la façon d'un sandwich) ou accompagnés de légumes (oignons, poivrons, etc.).

# BÛGNÉ (LES MERVEILLES)

Recette proposée par Alice Follonier



## INGRÉDIENTS

- 1kg de farine tamisée
- 5cs de sucre
- 1 pincée de sel (ou 2 cuillères à café)
- 1 écorce de citron
- 2 bâtons de cannelle
- 2 clous de girofle
- 200g de beurre
- 5 oeufs
- 1 petit verre de kirsch
- 1dl d'eau
- 1 paquet de poudre à lever
- Huile
- Sucre selon votre goût

## PRÉPARATION

Cuire l'eau avec la cannelle, les clous de girofle et le zeste de citron.

Faire fondre le beurre, y ajouter le sucre, le sel, le kirsch et les oeufs.

Mélanger les deux préparations.

Tamiser la farine et la poudre à lever.

Incorporer le jus préparé.

Préparer la pâte comme une pâte brisée.

Affiner avec de la farine jusqu'à obtention d'une pâte (sans risque qu'elle ne colle).

Laisser reposer 1 heure (ou même 1 nuit).

Diviser la pâte en petits morceaux. Les étendre et les plonger un à un dans un bain d'huile bouillant (rapidement jusqu'à l'obtention d'une teinte légèrement dorée). Les retourner une fois puis les égoutter. Les saupoudrer de sucre selon votre goût.

# LES « RÛTDCHYË »

Recette proposée par  
Hôtel - Restaurant Mont-Rouge



## INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

300g de farine  
4 oeufs  
3dl de lait  
600g de fromage à raclette en fines tranches  
beurre  
sel, poivre, muscade

## PRÉPARATION

Mélanger la farine, les oeufs, le lait et l'assaisonnement au fouet pour obtenir une masse lisse.

Couler une fine couche de pâte dans une poêle antiadhésive beurrée, recouvrir la galette obtenue d'une couche de fromage à raclette et recouvrir le fromage d'une autre fine couche de pâte.

Retourner la crêpe et terminer la cuisson à feu plus vif pour dorer la galette.

Servir avec une salade verte et des pommes de terre à raclette.

# NOTES

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



IMPRESSUM

Coordination du projet : Commune de Nendaz

Graphisme : Barik design

Impression : IGN SA