

Le Bulletin de Belfort - Québec

Belfort-Québec, Centre Culturel des Barres et du Mont, 90 000 BELFORT tel : 06-71-43-56-70

Le Mot de la Présidente

Un bulletin spécial ? Pourquoi pas ? Nos amies Québécoises nous ont concocté des recettes.

A nous de les essayer et transmettre nos impressions. Gageons que nous serons nombreuses devant nos fourneaux en ces jours de préparatifs des fêtes de fin d'année.

En plus des classiques dindes aux marrons, foie gras, bûches pralinées, agrémentons nos menus de recettes nouvelles aux couleurs et ingrédients du Québec.

Un rappel dans la suite des festivités annuelles, la galette des rois, elle se déroulera le samedi 14 janvier à 16 h au centre culturel du Mont à Belfort. Nous vous attendons très nombreux.

Joyeux Noël à tous.

Avec un peu d'avance je présente à vous et vos familles, au nom de l'association, des vœux de bonne et heureuse année 2006.

Anne-Marie.

Rappel de son adresse courriel : Pommard.am@wanadoo.fr

LE MOT DU BULLETINIER

Merci à Maud et Sonia !

C'est lors de la dernière représentation de la troupe de théâtre d'amateurs de Beaucourt où jouait la troisième québécoise de Belfort Québec, Jojo, que nous avons eu ensemble l'idée de faire ce BBQ Spécial Recettes - d'hiver et de Fêtes de fin d'année - québécoises. Les recettes viennent d'un vieux BBQ retrouvé



dans nos archives et de la maman (Margot) de Jojo.

ENTRÉES ET SOUPES

Pain/cake de saumon

Ingrédients

- 1 boîte de thon nature
- 1 boîte de saumon nature de même poids
- 6 œufs
- persil haché
- 35cl de crème
- le jus de la boîte de saumon (pas celui du thon)
- câpres ou olives
- ail haché écrasé

Préparation

1. mélanger le tout
2. mettre dans un moule à cake.
3. cuire au four (7-8) de 30 à 40 minutes

Se sert (chaud ou froid) avec la sauce aux œufs (chaude) ci-dessous. (Attention : se congèle difficilement du fait des œufs)

Sauce aux œufs

Ingrédients

- 2 c. à table de beurre
- 2 c. à table de farine
- 1 tasse de lait
- 1/2 c. à thé de sel assaisonné
- 2 œufs moyens cuits durs
- 2 c. à table de jus de citron

Préparation

0. faire une sauce blanche avec le beurre la farine et le lait, et le sel
1. Hacher les œufs durs et ajouter à la sauce avec le jus d citron
2. Servir chaud sur le pain de saumon (qui peut être froid).

Soupe au chou et au lait

Ingrédients

- 1 tasse de chou finement haché de porc fais maigre
- 2 tasses d'eau froide
- 1/2 cuiller à table de sel et de sucre
- 2 tasses de lait
- 1 c. à table de beurre
- 1 c. à table de farine
- oignon selon le goût
- sel et poivre
-

Préparation

3. Cuire le chou et l'oignon dans l'eau froide salée et sucrée jusqu'à diminution sensible de l'eau
4. Ajouter el lait et laisser jeter un bouillon

5. Mélanger le beurre et la farine, ajouter au liquide bouillant. Laisser bouillir deux minutes
6. Vérifier l'assaisonnement
7. Servir très chaud avec des croûtons

Soupe au chou et au lait

Ingrédients

- 3 ou 4 livres de bœuf
- 1/2 chou
- 1 poireau
- 2 branches de céleri coupé
- 4 pintes d'eau froide
- sel et poivre

Préparation

8. Placer le bœuf dans l'eau froide
9. Hacher le chou et le blanchir
10. ajouter les autres ingrédients. Faire cuire pendant 2 heures ½ à trois heures
11. On sert le bœuf à part..

PLATS PRINCIPAUX

Ragoût de boulettes québécoises.

Ingrédients

- 1 livre de porc fais maigre
- 1/2 livre de bœuf haché
- 1/4 livre de lard salé
- 1 petit oignon émincé
- 2 cuillers à soupe de persil
- 1/4 de cuiller à thé de gingembre
- 1/4 de cuiller à thé de cannelle
- 1/4 de cuiller à thé de clous de girofle moulus
- 1/4 de cuiller à thé de moutarde sèche anglaise
- 2 tranches de pain de mie coupées en dés
- 1/2 tasse de lait
- sel et poivre

- 3 cuillers à soupe de gras
- 3 tasses d'eau
- 3 cuillers à soupe de farine grillée
- ½ tasse d'eau
-

Préparation

12. Passer trois fois au hachoir viande le porc, le bœuf et le lard salé.
13. Ajouter à la viande l'oignon, le persil, le gingembre, la cannelle, les clous de girofle et la moutarde.
14. Ajouter le pain trempé et délayé en pâte dans el lait.
15. Saler et poivrer
16. Former des petites boulettes
17. Faire frire les boulettes dans le gras de votre choix
18. Arroser avec trois tasses d'eau. Couvrir et faire bouillir doucement pendant 30 minutes.
19. Brasser dans un pot de verre la farine avec ½ tasse d'eau. Verser dans le bouillon des boulettes et laisser cuire en brassant jusqu'à ébullition d'une belle consistance épaisse.
20. Servir chaud avec des pommes de terre pelées et cuites à l'eau ou à la vapeur en cocote minute, et avec un belle tourtière québécoise et quelques atocas (mot amérindien signifiant canneberges).

Tourtière québécoise (2 croûtes)

Ingrédients

- 4 pommes de terre moyennes (patates en bon québécois)
- 2 livres de bœuf haché
- 1 livre de porc haché
- 1 gros oignon haché
- 1/4 tasse d'eau
- 3/4 de c. à thé de sel
- 1/4 de c. à thé de poivre

- 1/8 de c. à thé de clous de girofle

Préparation

21. Mélanger les ingrédients dans une casserole : Bœuf, porc, oignon.
22. Pendant que la viande cuit, faire cuire 4 patates
23. Mélanger els patates avec la viande, une à la fois en se servant d'un pilon à patate pour écraser le tout (viande et patate)
24. ajouter l'assaisonnement : poivre et sel clou de girofle et ajouter ¼ tasse d'eau (en fait il s'agit de l'eau de cuisson des pommes de terre)
25. Goûter souvent à l'aide d'une petite cuiller pour savoir si c'est trop ou pas assez assaisonné.
26. Température du four : 425 °F ou 210 °C

DESSERTS

Tarte aux pommes à deux croûtes

Les pommes à cuire, aigres, fermes et juteuses donnent les meilleures tartes ; il en faut environ deux livres pour faire une tarte de 9 pouces de diamètre.

Ingrédients

- 6 tasses de pommes tranchées
- 2/3 à 1 tasse de sucre (selon l'acidité des pommes)
- 1/2 cuiller à thé de cannelle ou de muscade
- 1 c. à table de beurre ou de margarine
- De la crème glacée à la vanille
- Un peu de sirop d'érable (si possible)

Préparation

1. Chauffer le four à 400°F.
2. Préparer la pâte, faire une abaisse et en foncer une assiette à tarte de 9 pouces de diamètre.
3. Faire l'abaisse du dessus, et l'inciser au centre
4. Peler, vider et trancher finement les pommes
5. Mesurer environ 6 tasses de pommes tranchées
6. Mêler
7. 2/3 à 1 tasse de sucre (selon l'acidité des pommes)
8. ½ cuiller à thé de cannelle ou de muscade
9. Mettre la moitié des pommes dans l'assiette foncée et saupoudrer de la moitié du mélange au sucre
10. Ajouter le reste des pommes, les entassant davantage au centre.
11. Saupoudrer ;le reste du sucre et des épices
12. Parsemer en noisettes
13. 1 C. à table de beurre ou de margarine
14. Mouiller le bord de la pâte, couvrir de la deuxième abaisse. Presser le bord pour le faire adhérer et festonner.
15. Cuire au four préchauffé à 400°F de 40 à 50 minutes, ou jusqu'à ce que la pâte soit dorée et les pommes tendres.
16. Servir chaud avec une boule crème glacée à la vanille dessus.

Un peu de sirop d'érable parachèvera le tout !

Pain doré

Ingrédients

- Du pain de mie,
- 1/2 l de lait,
- 2 œufs,
- du sirop d'érable

Préparation

17. Dans un saladier, mélanger le lait et les œufs.
18. Faire chauffer une poêle.
19. Tremper le pain de mie dans le saladier, puis faire dorer dans la poêle.
20. Mettre dans une assiette et arroser de sirop d'érable.

Pouding du chômeur :

Ingrédients

- 500 ml de farine,
- 3 C. à café de levure
- 60 ml de beurre, 250 ml de sucre,
- 375 ml de lait,
- 2 œufs,
- 1/2 c à café de sel.

Préparation

21. Préchauffer le four à 170°.
22. Moule bien graissé, étendre la pâte à gâteau.
23. Verser la sauce bouillante sur la pâte. Cuisson 40 minutes.

Tarte au sirop d'érable :

Ingrédients

- 500 ml de farine,
- 3 C. à café de levure
- 60 ml de beurre, 250 ml de sucre,
- 375 ml de lait,
- 2 œufs,

- 1/2 c à café de sel.

Préparation

24. Préchauffer le four à 175°.
25. Fondre le beurre.
26. Ajouter farine et cuire en brassant jusqu'à ce que le mélange soit d'un beau brun.
27. Ajouter le sirop d'érable et l'eau, et cuire en brassant jusqu'à épaississement.
28. Laisser tiédir et ajouter les noix.
29. Verser sur la pâte feuilletée.
30. Cuire au four environ 30 minutes...
- 31.

Tarte au sucre :

Ingrédients

- 5 c. à table de beurre
- 5 c. à table de farine
- 2 tasses de cassonade
- 1 ½ tasse de lait
- 1 c. à thé de vanille

Préparation

32. Faire fondre le beurre blond
33. Ajouter la farine, la cassonade et le lait tout en brassant avec une cuiller en bois jusqu'à ce que ça devienne assez épais (caramélisé)
34. 10 minutes avant la fin de la cuisson, ajouter la vanille
35. la cuisson dure environ 20 minutes

RÉFÉRENCES QUBECOISES SUPPLÉMENTAIRES :

http://www.atelier-duotang.com/recettes_de_cuisine/

<http://www.recettequebecoise.com>