**Atelier cuisine du 15 février 2023**

**Cake breton** (8 personnes)

100 g farine sarrasin
100g farine
3 œufs
100g gruyère râpé
100g lardons fumés
100g poireau
10 cl lait
10 cl huile d’olive
1 sachet levure chimique ; Sel, poivre

Dans un saladier, mettre la farine, la levure et les œufs.
Mélanger puis ajouter l’huile et le lait.
Bien mélanger pour obtenir une pâte bien lisse.
Ajouter le poireau coupé en fines rondelles, les lardons et le gruyère.
Saler, poivrer et bien mélanger.
Verser la pâte dans le moule.
Four à 200° 20 minutes puis à 180° 30 minutes.

**Blancs de poulet à la créole** (8 personnes)

800 g blancs de poulet
1 poivron rouge
1 poivron vert
1 poivron jaune
10 tranches d’ananas au sirop
2 oignons
30 cl lait de coco
1 citron vert
4 brins de coriandre
Huile ; Sel, poivre

Colorer les dés de poulet dans de l’huile bien chaude. Les égoutter dans une passoire.
Faire suer les oignons dans de l’huile puis rajouter les poivrons coupés en petits dés.
Quand les poivrons sont colorés, baisser le feu et rajouter les dés de poulet.
Arroser avec le lait de coco, l’ananas coupé en morceaux et le jus de citron.
Saler, poivrer + épices
Mijoter 15 mn à feu doux.
Parsemer de feuilles de coriandre avant de servir avec du riz (80 g par personne)

**Beignets aux pommes de Léa (6 personnes)**

200 gr de farine ; 4 œufs ; 1 cuillère à soupe de rhum ; 50 gr de sucre ; 1 pincée de sel ; 10cl de lait ; 6 à 8 pommes ;

Huile de friture ; Sucre glace

Dans une terrine, mettre la farine en fontaine. Au centre ajouter 2 jaunes d’œufs et 2 œufs entiers, le rhum, le sucre et le sel. Mélanger progressivement toute la farine avec les ingrédients. Ajouter doucement le lait pour ne pas avoir de grumeaux.

Monter les 2 blancs en neige et finir la pâte en les incorporant délicatement.

Eplucher les pommes, retirer le cœur avec un vide pomme. Couper en tranches épaisses de 5 mm. Tremper les rondelles dans la pâte à beignets et cuire à la friture chaude.

Saupoudrez de sucre glace juste avant de servir.

**Beignets d’ananas (6 personnes)**

250gr de farine ; 1 jaune d’œuf+3 blancs ; 25cl de bière ; 1 cuillère à café de levure de bière (facultatif) ; 2 pincées de sucre en poudre ; 1 pincée de sel ; 50gr d’huile de tournesol; 1 boite d’ananas en tranche au naturel 1kg ; 2 cuillères à soupe de kirsch ; 50 gr de sucre glace.

1 bain de friture

Egoutter les ananas.

Préparer la pâte à beignets, dans une jatte mélanger à l’aide d’un fouet, la farine tamisée, le jaune d’œuf, la bière, le sucre et le sel. Ajouter l’huile au dernier moment et **laisser reposer la pâte pendant 1 heure**.

Battez les blancs en neige ferme avec un fouet électrique et incorporez-les à la pâte précédente. Une fois les ananas bien égouttés, arrosez les avec le kirsch, et saupoudrez avec un peu de sucre en poudre. Laissez mariner 15 minutes.

Portez la friture à 180° ; trempez les tranches d’ananas dans la pâte ; quand les beignets sont dorés égouttez-les sur du papier absorbant. Au moment de servir saupoudrez de sucre glace et passez les 2 à 3 minutes sous le gril du four.

Petit plus, pour sublimer ce dessert servez le accompagné d’un coulis de fruits exotiques…