**Fiche cuisine N°4 avril 2023**

**Verrine de betterave** (8 personnes)

Ingrédients : 500 g de betteraves cuites, 150 g de Boursin aux fines herbes, 100g de chèvre, 10 g de ciboulette fraîche, ciselée, 16 cerneaux de noix, 1 c. à café de sel, à ajuster en fonction des goûts, 2 pincées de poivre moulu, à ajuster en fonction des goûts.

**Préparation :**

1. Mixer la betterave
2. Ajouter le Boursin
3. Bien mélanger et verser la préparation dans les verrines
4. Réserver au frais au minimum 1 heure
5. Disposer quelques dés de chèvre sur le dessus
6. Emietter 2 cerneaux de noix
7. Un peu de ciboulette
8. Servir frais

**Poulet aux pêches** (pour 8 personnes)

8 morceaux de poulet  
1 sachet de soupe à l’oignon   
1 grande boîte de pêches au sirop  
1 sachet d’amandes  
Sel, poivre  
  
Faire colorer les morceaux de poulet puis réserver  
Dans une cocotte, mettre le sachet de soupe à l’oignon  
Couper les ½ pêches en 4  
Verser le contenu de la boîte au sirop dans la cocotte et remuer  
Saler et poivrer les morceaux de poulet  
Les rajouter dans la cocotte  
Remuer et laisser cuire à feu moyen  
Torréfier les amandes à rajouter au moment de servir  
Servir avec de la semoule de couscous parfumée (500g pour 8 personnes)

**Choux à la crème** pour 8 choux

250gr d’eau

150gr de farine (à tamiser)

20 gr de sucre en poudre

75 gr de beurre (non salé)

4 ou 5 œufs selon la grosseur

1 pincée de sel

**Préparation**

Mettre dans une casserole l’eau le sel, le sucre et le beurre. Faire chauffer. Au moment de l’ébullition, retirer la casserole du feu, ajouter la farine tamisée d’un seul coup en tournant vivement. Remettre à feu doux en tournant jusqu’à ce que la pâte se détache des parois de la casserole.(attention ne pas cuire ni dessécher la pâte).

Retirer la casserole du feu et mettre les œufs les uns après les autres en mélangeant bien entre chaque œuf, environ 2 à 3 minutes !!!. Vérifier la consistance de la pâte avant de mettre le dernier œuf, elle ne doit être ni trop liquide, ni trop ferme pour bien gonfler à la cuisson.

Cuire 20 à 30 minutes dans un four à 200° position assez haute dans le four.

Laisser refroidir puis garnir avec de la crème pâtissière.

**Crème pâtissière** (Pour garnir 8 choux)

½ litre de lait ; 75 gr de sucre en poudre ; vanille liquide 1 cuillère à café) ; 60gr de farine ; 1 œuf et 2 jaunes.

Faire bouillir le lait vanillé,

Travailler dans une terrine la farine, le sucre et les œufs. Verser dessus peu à peu le lait bouillant en tournant avec soin. Mettre le mélange dans la casserole, faire cuire à feu doux en tournant toujours. Retirer du feu au premier bouillon.

Laisser refroidir en tournant régulièrement pour éviter la formation d’une peau.

Quand le mélange est tiède, monter 1 blanc d’œuf en neige ferme et le mélanger délicatement à la crème.

Garnissage des choux avec une poche à douille ou plus simplement en ouvrant le couvercle et garnir à la petite cuillère.

Bon appétit