

PAIN VAPEUR



MISE EN PLACE
5 min.



PRÉPARATION
25 min.
+ temps de
pousse



DIFFICULTÉ
faible



PORTIONS
1 recette



BUDGET
faible

INGRÉDIENTS

- . 220 g de farine
- . 3 oeufs
- . 7 g de levure boulangère déshydratée
- . 28 g de sucre
- . 3 g de sel
- . 30 g d'huile de pépins de raisins
- . 1 jaune d'oeuf, battu, pour la dorure
- . 1500 g d'eau

PRÉPARATION

- 1** Mettre la farine, les oeufs, la levure, le sucre et le sel dans le bol de mixage et pétrir **2 min.** / ☞.
- 2** Ajouter l'huile et pétrir à nouveau **30 sec.** / ☞. Transvaser la pâte dans un récipient, filmer et laisser reposer jusqu'à ce que la pâte ait doublé de volume.
- 3** Etirer et rabattre la pâte sur elle-même avant de la bouler et de la déposer dans la barquette en bois. Réserver à nouveau la pâte jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume.
- 4** Badigeonner la pâte d'oeuf battu, filmer d'un film résistant à la chaleur et disposer dans le panier Varoma. Mettre l'eau dans le bol de mixage. Placer le Varoma fermé en position et cuire à la vapeur **12 min.** / ☞ / vitesse 1.

CONSEIL : Agrémentez ce pain de fruits secs ou de graines.
Servez toasté pour apporter une touche de croquant.





PETIT GÂTEAU À LA PATATE DOUCE



MISE EN PLACE
10 min.



PRÉPARATION
50 min.



DIFFICULTÉ
faible



PORTIONS
1 recette




BUDGET
faible

INGRÉDIENTS

- . 500 g d'eau
- . 500 g de patates douces, en cubes (2 cm)
- . 100 g de beurre
- . 70 g de yaourt culinaire
- . 120 g de lait concentré sucré
- . 1 gousse de vanille grattée
- . 40 g de rhum
- . 1 zeste de citron
- . 60 g de jaunes d'oeufs
- . 25 g de sucre muscovado
- . 90 g de blancs d'oeufs
- . 3 g de fleur de sel

PRÉPARATION

- 1** Mettre l'eau dans le bol de mixage. Placer le panier cuisson en position, y peser les patates douces et cuire **20 min.** /  / **vitesse 1.**
- 2** Retirer le panier cuisson, vider le bol de mixage et transvaser les patates douces cuites dans le bol de mixage. Ajouter le beurre et mixer **20 sec.** / **vitesse 4.**
- 3** Ajouter le yaourt, le lait concentré, les grains de vanille, le rhum et le zeste de citron et mixer **20 sec.** / **vitesse 4.** Transvaser dans un récipient et réserver.
- 4** **Placer le fouet en position.** Mettre les jaunes d'oeufs et le sucre dans le bol de mixage et fouetter **1 min.** / **vitesse 4.** Incorporer délicatement ce mélange au mélange de patates douces réservé à l'aide d'une maryse. Nettoyer et sécher soigneusement le bol de mixage et le fouet.
- 5** **Placer le fouet en position.** Mettre les blancs d'oeufs et la fleur de sel dans le bol de mixage et monter **4 min.** / **vitesse 3,5.** Incorporer délicatement ce mélange au mélange précédent à l'aide d'une maryse.
- 6** Transvaser le mélange dans des cercles en bois avant de cuire 18 min. dans un four préchauffé à 170°C.

CONSEIL : Ajouter un peu de compotée d'agrumes au coeur du gâteau avant de le cuire pour une note plus sucrée.



GRATIN D'AGNEAU, POMME DE TERRE ET AUBERGINE



MISE EN PLACE
25 min.



PRÉPARATION
2 heures



DIFFICULTÉ
faible



PORTIONS
1 recette



BUDGET
faible

INGRÉDIENTS

- . 1500 g d'eau
- . 700 g de pommes de terre, en tranches (3 mm d'épaisseur)
- . 20 g d'huile
- . 50 g d'oignons, coupé en 2
- . 250 g de viande d'agneau, hachée
- . Q.S. d'épices Italiennes Wiberg
- . 1 sachet de sauce Ragu Demetra
- . 60 g de beurre
- . 190 g de farine
- . du poivre
- . du sel
- . 600 g de lait
- . 400 g de mozzarella, émietée
- . de l'aubergine, en tranches

PRÉPARATION

- 1 Mettre l'eau dans le bol de mixage et démarrer le mode **Réchauffe / 100°C**. Entre-temps, disposer les pommes de terre dans le panier Varoma.
- 2 Placer le Varoma fermé en position et cuire **20 min. / / vitesse 2**. Réserver le Varoma puis vider le bol de mixage.
- 3 Mettre l'huile dans le bol de mixage et chauffer **3 min. / 120°C / vitesse 1**.
- 4 Ajouter l'haché d'agneau et les épices Italiennes et cuire **8 min. / 120°C / / vitesse 1,5**.
- 5 Ajouter la sauce Ragu et cuire **2 min. / 100°C / / vitesse 1,5**. Transvaser dans un récipient et réserver. Nettoyer et sécher le bol de mixage. Poursuivre avec la préparation de la sauce Mornay.
- 6 Mettre le beurre dans le bol de mixage et faire fondre **3 min. / 120°C / vitesse 0,5**.
- 7 Ajouter la farine, assaisonner de poivre et de sel puis chauffer **2 min. / 100°C / vitesse 2**.
- 8 Ajouter le lait et cuire **10 min. / 105°C / vitesse 2**.
- 9 Ajouter 200 g de mozzarella et mixer **1 min. / vitesse 4**.
- 10 Dans une barquette en bois alterner les couches en suivant cet ordre: sauce à la viande d'agneau, tranches d'aubergines, tranches de pommes de terre, sauce Mornay. Poursuivre jusqu'à utilisation de tous les ingrédients en s'assurant de finir avec une couche de sauce Mornay. Parsemer le gratin de la mozzarella restante puis cuire au four préchauffé à 180°C pendant 20 à 30 minutes.

