

LIVRE DE RECETTES DU  
**BLENDER/  
MIXEUR  
À ENTRAÎNEMENT  
MAGNÉTIQUE**

**KitchenAid**



J'ai l'immense plaisir de vous présenter le blender/mixeur à entraînement magnétique.

Cet appareil réunit les performances professionnelles incontestées et le design emblématique de KitchenAid. Il transformera à jamais votre vision des préparations au mixeur : vous réaliserez sans peine des smoothies fabuleux, des repas pour bébé extrêmement sains ou encore des mayonnaises irréprochables.

Outil incontournable dans toute cuisine, il permet, même aux moins aguerris, de préparer des boissons et plats exquis et riches en nutriments en un éclair, d'une simple pression sur un bouton.

Ce livre de recettes propose un large éventail de recettes simples et éprouvées : jus, cocktails, smoothies, milkshakes, mais aussi soupes, sauces, marinades et bien d'autres encore. Il vous aidera ainsi à tirer le meilleur parti de cet électroménager puissant et polyvalent. Quatre programmes de recettes prédéfinis, une fonction Vitesses variables et une fonction Impulsion font de son utilisation un jeu d'enfant.

Nul doute que l'alchimie opérera entre vous et le blender/mixeur à entraînement magnétique et qu'ensemble, vous accomplirez des prouesses.

Dirk Vermeiren  
*Directeur général*  
*KitchenAid Europa, Inc.*



## SOMMAIRE

<b>PRÉFACE</b> : Dirk Vermeiren	<b>03</b>
<b>SOMMAIRE</b>	<b>5</b>
<b>FONCTIONNEMENT DU BLENDER/MIXEUR À ENTRAÎNEMENT MAGNÉTIQUE</b>	<b>6</b>
 <b>JUS</b>	<b>12</b>
<b>P</b> <b>IMPULSION</b>	<b>24</b>
 <b>SOUPES/SAUCES</b>	<b>26</b>
 <b>MILKSHAKES</b>	<b>38</b>
 <b>BOISSONS GLACÉES/SMOOTHIES</b>	<b>50</b>
<b>MODE MANUEL (VITESSES VARIABLES)</b>	<b>68</b>
<b>INDEX ALPHABÉTIQUE DES RECETTES</b>	<b>92</b>
<b>MENTIONS LÉGALES</b>	<b>96</b>

## FONCTIONNEMENT DU BLENDER/MIXEUR À ENTRAÎNEMENT MAGNÉTIQUE

Ce livre de recettes s'articule autour des quatre programmes de recettes prédéfinis du **blender/mixeur à entraînement magnétique**.

Pour chaque recette, la procédure à suivre est expliquée étape par étape. Une fois que vous maîtrisez l'utilisation du blender/mixeur, vous pouvez tester ses différents programmes et fonctions pour concocter vos propres recettes.

La vitesse est réglée automatiquement lorsque vous sélectionnez l'un des quatre programmes de recettes prédéfinis. Vous pouvez également la contrôler manuellement, utiliser la fonction Impulsion pour obtenir des textures grossières (chapelure, par exemple) ou la fonction de démarrage progressif (Soft Start) qui réduit les éclaboussures lors de l'ajout d'ingrédients.

Doté de la technologie Intelli-Speed, le moteur **puissant**, d'une puissance de crête de 2 ch, adapte automatiquement la vitesse de rotation des lames pour garantir une texture parfaitement « calibrée » : de lisse et soyeuse à très épaisse.

Ce livre de recettes vous aidera à obtenir les meilleurs résultats avec votre blender/mixeur à entraînement magnétique.

Nous vous souhaitons des expériences culinaires aussi inédites que divertissantes.

## MOLETTE DE SÉLECTION DU PROGRAMME DE RECETTE PRÉDÉFINI



Le blender/mixeur à entraînement magnétique est extrêmement simple d'utilisation grâce à une seule molette intelligente.

Choisissez parmi les 4 programmes prédéfinis, spécialement créés pour offrir des résultats optimaux et réaliser vos propres recettes.

Faites votre choix parmi les réglages suivants :  JUS,

 SOUPES/SAUCES,  MILKSHAKES

ou  BOISSONS GLACÉES/SMOOTHIES

La vitesse et la durée de chaque programme varient selon la recette. Glissez le récipient dans le socle du blender/mixeur, appuyez sur le bouton et laissez l'appareil se charger du reste. Le programme s'arrête automatiquement une fois terminé.

## PROGRAMMES DE RECETTE PRÉDÉFINIS ET FONCTIONS SUPPLÉMENTAIRES



### BOISSONS GLACÉES/SMOOTHIES

Pour piler d'importantes quantités d'aliments congelés et réaliser un délicieux smoothie en quelques impulsions puissantes.



### MILKSHAKES

Mixage long à faible vitesse pour mixer des aliments épais et collants et obtenir des milkshakes d'une consistance lisse et onctueuse.



### SOUPES/SAUCES

Pour mixer des ingrédients chauds tels qu'une sauce tomate ou une soupe faites maison.



### JUS

Programme de mixage à vitesse élevée pour obtenir une texture parfaite avec des aliments riches en fibres, avec des peaux ou des graines.



### IMPULSION

Contrôle avec précision la durée et la fréquence du mixage pour des soupes ou des sauces épaisses.



### MODE MANUEL (VITESSES VARIABLES)

Vitesses réglables pour couper ou mixer minutieusement les aliments de toutes les recettes.



### MARCHE/PAUSE

Démarrage ou arrêt du mixage grâce à un seul bouton.



### O

Pour mixer plus longtemps, réinitialisez le blender/mixeur en position « O » (ARRÊT) et remettez-le en marche.

## TECHNOLOGIE D'ENTRAÎNEMENT MAGNÉTIQUE



Le récipient du blender/mixeur est aussi élégant que simple à utiliser : tout comme tout comme la verseuse d'une cafetière filtre, il suffit de le faire glisser pour le retirer ou le replacer dans l'appareil.

À ce mécanisme révolutionnaire par simple glissement

s'ajoute le fonctionnement en mode « mains libres » pour vous permettre de vous consacrer à d'autres tâches pendant que le blender/mixeur fait tout le travail pour vous.

## POIGNÉE DE VERROUILLAGE

Le récipient de 1,75 L sans BPA se verrouille magnétiquement en place pour un mixage facile.



## SYSTÈME DE MIXAGE EXCLUSIF

Le récipient en forme de losange et les lames en acier inoxydable créent un effet de tourbillon qui entraîne les aliments avec rapidité et énergie.

L'efficacité des lames (orientées dans des positions différentes), allée à un moteur ultra-performant, déplacent les aliments vers les lames pour un mixage rapide et homogène.



## JUS DE POMMES ET BAIES

2 pommes, évidées  
et coupées  
en morceaux  
de 2,5 cm

125 g de framboises  
fraîches

150 g de fraises fraîches,  
équeutées

120 ml d'eau

1 Mettez les pommes, les framboises,  
les fraises et l'eau dans le récipient  
du blender/mixeur à entraînement  
magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide  
du couvercle, sélectionnez le réglage  
Jus et mixez.

2 Versez dans deux verres  
et servez immédiatement.

Pour 2 personnes



## JUS D'ANANAS ET DE CHOU FRISÉ

¼ d'ananas,  
épluché et haché  
grossièrement

4 feuilles de  
blette, hachées  
grossièrement

4 feuilles de chou  
frisé, hachées  
grossièrement

60 ml d'eau (facultatif)

1 Mettez l'ananas et les feuilles de blette et de chou frisé dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Jus et mixez.

2 Si vous souhaitez que le jus soit plus liquide, ajoutez l'eau. Versez dans un verre et servez immédiatement.

Pour 1 personne



## JUS DE GRENADE

**1 pomme**  
Gala, évidée  
et découpée  
en morceaux  
de 2,5 cm

**240 g** de graines  
de grenade

**120 ml** d'eau

**1** Mettez la pomme, les graines de grenade et l'eau dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Jus et mixez.

**2** Versez dans deux verres et servez immédiatement.

**Pour 2 personnes**



## JUS DE CONCOMBRE ET CITRON

2 concombres,  
débarrassés de  
leurs extrémités  
et découpés  
grossièrement

50 g d'épinards frais,  
bien lavés

½ citron, épluché  
et épépiné

1 Mettez les concombres, les épinards  
et le citron dans le récipient du blender/  
mixeur à entraînement magnétique  
KitchenAid. Fermez à l'aide du  
couvercle, sélectionnez le réglage Jus  
et mixez.

2 Versez dans deux verres  
et servez immédiatement.

**Pour 2 personnes**

**Remarque :** *pour que le jus soit plus  
sucré, ajoutez une pomme évidée  
et découpée en morceaux de 2,5 cm.*



## JUS DE PAPAYE ET FRAMBOISES

190 g de framboises  
fraîches

1/8 de papaye,  
épluchée  
et épépinée

1/2 pamplemousse,  
épluché, épépiné  
et coupé  
en quartiers

1 Mettez les framboises, la papaye  
et le pamplemousse dans le récipient  
du blender/mixeur à entraînement  
magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide  
du couvercle, sélectionnez le réglage  
Jus et mixez.

2 Si vous souhaitez un jus sans pulpe,  
filtrez-le à l'aide d'une passoire à grille  
fine. Versez dans quatre verres et servez  
immédiatement.

Pour 4 personnes



## JUS DE CAROTTES ÉPICÉ À L'AGRUME

2 pamplemousses,  
épluchés, épépinés  
et coupés en  
quartiers

5 carottes,  
débarrassées de  
leurs extrémités  
et découpées  
en morceaux  
de 2,5 cm

2,5 cm de racine de  
gingembre frais,  
épluchée

1 Mettez les morceaux de pamplemousse et de carotte ainsi que le gingembre dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Jus et mixez.

2 Si vous souhaitez un jus sans pulpe, filtrez-le à l'aide d'une passoire à grille fine. Versez dans trois verres et servez immédiatement.

Pour 3 personnes



## MOUTARDE PIQUANTE ÉPICÉE

60 ml d'eau

45 g de graines  
de moutarde  
jaunes entières

85 g de miel

3 c. à soupe de  
vinaigre de cidre

2 c. à soupe  
de moutarde  
en poudre

1 c. à café de sel

1/8 de c. à café de  
clous de girofle  
en poudre

1 Dans une petite casserole, faites bouillir l'eau à feu vif. Ajoutez les graines de moutarde. Retirez du feu. Couvrez et laissez reposer 1 heure ou jusqu'à ce que le liquide soit entièrement absorbé.

2 Mettez les graines de moutarde, le miel, le vinaigre, la moutarde en poudre, le sel et les clous de girofle dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle et donnez des impulsions pendant 1 minute ou jusqu'à ce que le mélange épaississe et que la moutarde ait la consistance souhaitée. Arrêtez une fois pour racler les bords du récipient. Versez la moutarde dans un bol, couvrez et laissez reposer au réfrigérateur pendant au moins 1 jour avant de servir. Vous pouvez la conserver au réfrigérateur jusqu'à 3 semaines.

Pour environ 240 ml



## SOUPE GLACÉE DE CONCOMBRE

1 concombre,  
épluché, épépiné  
et découpé  
grossièrement

300 ml de bouillon  
de volaille ou  
de légumes  
salé, réduit

185 g de yaourt  
grec entier

10 g d'aneth frais

½ c. à café de sel  
(facultatif)

1/8 de c. à café de  
poivre blanc  
fraîchement  
moulu (facultatif)

4 brins d'aneth frais

1 Mettez le concombre, le bouillon,  
le yaourt et les 10 g d'aneth dans  
le récipient du blender/mixeur  
à entraînement magnétique KitchenAid.  
Fermez à l'aide du couvercle,  
sélectionnez le réglage Soupes/Sauces  
et mixez.

2 Goûtez et rectifiez l'assaisonnement  
au besoin ; mixez ensuite à faible vitesse  
pendant 5 secondes.

3 Versez le mélange dans un pot ou  
un grand bol. Couvrez et laissez  
au réfrigérateur de 2 à 24 heures.  
Versez dans les bols et garnissez  
de brins d'aneth.

Pour 4 personnes



## SOUPE GLACÉE DE CONCOMBRE

1 concombre,  
épluché, épépiné  
et découpé  
grossièrement

300 ml de bouillon  
de volaille ou  
de légumes  
salé, réduit

185 g de yaourt  
grec entier

10 g d'aneth frais

½ c. à café de sel  
(facultatif)

1/8 de c. à café de  
poivre blanc  
fraîchement  
moulu (facultatif)

4 brins d'aneth frais

1 Mettez le concombre, le bouillon,  
le yaourt et les 10 g d'aneth dans  
le récipient du blender/mixeur  
à entraînement magnétique KitchenAid.  
Fermez à l'aide du couvercle,  
sélectionnez le réglage Soupes/Sauces  
et mixez.

2 Goûtez et rectifiez l'assaisonnement  
au besoin ; mixez ensuite à faible vitesse  
pendant 5 secondes.

3 Versez le mélange dans un pot ou  
un grand bol. Couvrez et laissez  
au réfrigérateur de 2 à 24 heures.  
Versez dans les bols et garnissez  
de brins d'aneth.

Pour 4 personnes



## BISQUE DE CREVETTES

60 g de beurre

450 g de crevettes entières de taille moyenne, décortiquées, débarrassées de leur boyau et coupées en morceaux de 1,5 cm

2 oignons cébettes, émincés, plus un supplément pour la garniture

1 gousse d'ail, finement hachée

30 g de farine ordinaire

240 ml de bouillon de volaille

290 ml de lait entier

430 ml de crème fraîche

2 c. à soupe de vin blanc

½ c. à café de sel

½ c. à café de zeste de citron râpé

une pincée de poivre de Cayenne  
crevette entière (facultatif)

1 Dans une grande casserole, faites fondre le beurre à feu moyen. Ajoutez les crevettes découpées, les 2 oignons cébettes et l'ail ; faites revenir jusqu'à ce que les crevettes prennent une teinte rose et opaque.

2 Ajoutez la farine et mélangez pour bien l'incorporer ; laissez cuire jusqu'à la formation de petites bulles. Ajoutez le bouillon et portez jusqu'au point d'ébullition. Faites cuire encore pendant 2 minutes, en mélangeant sans arrêt.

3 Mettez la préparation aux crevettes dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid et ajoutez 290 ml de lait. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Soupes/Sauces et mixez. Reversez dans la casserole, ajoutez-y 430 ml de crème fraîche, le vin, le sel, le zeste de citron et le poivre de Cayenne. Faites cuire à feu doux/moyen jusqu'à ce que le tout soit bien chaud. Garnissez d'une crevette entière et de quelques morceaux d'oignons cébettes.

Pour 4 personnes



## SOUPE DE CHAMPIGNONS

15 g de cèpes séchés  
240 ml d'eau bouillante  
1 c. à soupe  
d'huile d'olive  
320 g d'oignons hachés  
225 g de champignons  
bruns émincés,  
et un supplément  
pour garnir  
2 gousses d'ail,  
finement hachées  
¼ de c. à café  
de thym sec  
30 g de farine ordinaire  
960 ml de bouillon  
de légumes  
90 ml de crème fraîche  
épaisse  
2 c. à soupe  
de lait entier  
80 ml de vin Marsala  
(facultatif)  
sel et poivre noir  
fraîchement moulu

- 1 Placez les cèpes séchés sans un petit bol et versez de l'eau bouillante par-dessus. Laissez reposer 15 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient ramollis.
- 2 Pendant ce temps, dans une grande casserole, chauffez l'huile d'olive à feu moyen. Ajoutez les oignons et faites-les cuire 5 minutes ou jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides, en mélangeant de temps en temps. Ajoutez 225 g de champignons bruns, l'ail et le thym ; laissez cuire 8 minutes, en mélangeant de temps à autre. Ajoutez la farine et mélangez correctement. Faites cuire 1 minute, en mélangeant sans arrêt. Ajoutez le bouillon et les cèpes avec leur eau de trempage. Portez à ébullition. Laissez mijoter 10 minutes à feu moyen/doux.
- 3 Versez la soupe dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Soupes/Sauces et mixez. Reversez dans la casserole, ajoutez la crème fraîche, le lait et, si vous le souhaitez, le vin. Faites cuire à feu doux/moyen jusqu'à ce que le tout soit bien chaud. Salez et poivrez. Parsemez de quelques champignons bruns.

Pour 6 à 8 personnes



## SOUPE GLACÉE DE MELON CANTALOUPE

½ melon cantaloup  
de taille moyenne  
à grande,  
épluché, épépiné  
et coupé en dés

100 ml de crème fraîche

80 ml de lait entier

65 g de yaourt  
grec entier

sel et poivre blanc  
fraîchement moulu

quelques tranches  
de melon cantaloup  
(facultatif)

1 Mettez les dés de melon, la crème fraîche, le lait et le yaourt dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Soupes/Sauces et mixez.

2 Goûtez et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire ; mixez ensuite à faible vitesse pendant 5 secondes. Placez au réfrigérateur jusqu'au moment de servir. Garnissez de quelques tranches de melon.

**Pour 4 personnes**

**Soupe estivale de melon miel :**  
*remplacez le melon cantaloup par  
½ melon miel de taille moyenne.*

**Conseil :** *cette soupe rafraîchissante  
est excellente en guise d'entrée, de  
déjeuner léger ou au petit déjeuner.*



## VELOUTÉ AUX PIMENTS POBLANO RÔTIS

6 gros piments  
poblano

1 c. à soupe  
d'huile d'olive

120 g d'oignon haché

50 g de céleri  
finement émincé

60 g de carottes  
finement émincées

1 gousse d'ail,  
finement hachée

840 ml de bouillon  
de légumes  
ou de volaille

225 g de fromage  
frais à tartiner,  
en cubes

sel et poivre noir  
fraîchement moulu

1 Préchauffez le gril. Recouvrez une plaque à pâtisserie ou une poêle gril de papier aluminium, et disposez-y les piments poblano. Placez la plaque à une distance comprise entre 13 et 15 cm de la source de chaleur et faites griller les piments 15 minutes ou jusqu'à ce que de petites boursouflures ou noircissures apparaissent en surface. Retournez de temps en temps à l'aide de pinces. Disposez les piments dans un bol de taille moyenne et couvrez d'un film alimentaire. Laissez reposer 20 minutes pour que la peau ramollisse. Retirez la peau des piments avec un couteau à légumes. Ôtez les tiges et raclez les graines.

2 Pendant ce temps, dans une grande casserole, chauffez l'huile d'olive à feu moyen/vif. Ajoutez l'oignon, le céleri, les carottes et l'ail ; faites revenir 4 minutes ou jusqu'à ce que l'oignon soit translucide. Ajoutez le bouillon et portez à ébullition. Portez à feu moyen/doux, couvrez et laissez mijoter 12 minutes ou jusqu'à ce que le céleri soit tendre.

3 Versez la soupe dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid ; ajoutez les piments poblano et le fromage frais à tartiner. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Soupes/Sauces et mixez. Reversez dans la casserole et faites cuire à feu moyen pendant 2 minutes ou jusqu'à ce que la soupe soit bien chaude. Salez et poivrez.

Pour 4 personnes



## MILKSHAKE AU CHOCOLAT DEUX TEXTURES

720 ml de glace  
au chocolat

480 ml de lait

60 g de chocolat  
noir, haché  
grossièrement

1 c. à café d'extrait  
de vanille

copeaux  
de chocolat  
(en boucles)

1 Mettez la glace, le lait, le chocolat et l'extrait de vanille dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Milkshakes et mixez.

2 Versez dans quatre verres. Garnissez de copeaux de chocolat et servez immédiatement.

Pour 4 personnes



## MILKSHAKE AU POTIRON

960 ml de glace vanille

270 g de mélange pour  
tarte au potiron  
en boîte\*

240 ml de lait

½ c. à café d'extrait  
de vanille

2 biscuits sablés,  
chacun coupé  
en 4 morceaux,  
en deux fois

crème fouettée  
(voir page 48)

*\*Si le mélange pour tarte au potiron n'est pas disponible en boîte, mélangez 140 g de cannelle en poudre, 70 g de gingembre moulu, 35 g de quatre-épices en poudre et 35 g de noix de muscade en poudre.*

1 Mettez la glace, le mélange pour tarte au potiron, le lait et l'extrait de vanille dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Milkshakes et mixez.

2 Ajoutez 4 morceaux de biscuits sablés et donnez des impulsions jusqu'à ce que le tout soit bien mélangé.

3 Versez dans quatre verres. Garnissez de crème fouettée et des morceaux de biscuits sablés restants. Servez immédiatement.

**Pour 4 personnes**



## MILKSHAKE GLACÉ CAFÉ ET CINQ ÉPICES

240 g de glaçons

160 ml de glace vanille  
ou de yaourt glacé

75 g de lait concentré  
sucré

2 c. à soupe de  
café soluble  
en granulés

½ c. à café de  
mélange chinois  
cinq épices  
en poudre

crème fouettée  
(voir page 48)

1 Mélangez les glaçons, la glace, le lait concentré, le café et le mélange cinq épices dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Milkshakes et mixez.

2 Versez dans deux verres.  
Garnissez de crème fouettée  
et servez immédiatement.

Pour 2 personnes



## MILKSHAKE ESPRESSO

360 ml de glace vanille

175 ml de crème fraîche épaisse

65 ml de lait entier

1 c. à soupe de café soluble en poudre

½ c. à café d'extrait de vanille

crème fouettée  
(voir page 48)  
et grains de café espresso  
(facultatif)

- 1 Mettez la glace, la crème fraîche épaisse, le lait entier, le café et l'extrait de vanille dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Milkshakes et mixez.

- 2 Versez dans trois verres. Garnissez de crème fouettée et de grains de café. Servez immédiatement.

Pour 3 personnes



## MUDSLIDE GLACÉ

480 ml de glace vanille

60 ml de vodka

60 ml de liqueur de café

60 ml de liqueur de  
crème irlandaise

2 c. à soupe de  
crème fraîche  
(épaisse ou non)

cerises au  
marasquin

1 Mettez la glace, la vodka, les liqueurs et la crème fraîche dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Milkshakes et mixez.

2 Versez dans deux verres et agrémentez de cerises. Servez immédiatement.

Pour 2 personnes



## MILKSHAKE À LA VANILLE

480 ml de glace vanille

240 ml de lait

½ c. à café d'extrait  
de vanille

crème fouettée  
(voir page 48,  
facultatif)

- 1 Mettez la glace, le lait et l'extrait de vanille dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Milkshakes et mixez.
- 2 Versez dans deux verres et garnissez de crème fouettée. Servez immédiatement.

**Pour 2 personnes**

### **Crème fouettée (chantilly) :**

*mettez 240 ml de crème fraîche épaisse et 2 c. à soupe de sucre glace dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fixez le couvercle et mixez en mode Manuel à vitesse moyenne/élevée pendant 15 à 20 secondes ou jusqu'à ce que la crème fraîche épaisse et forme des becs mous.*



## MOUSSE À LA CRÈME DE SOJA ET AUX FRUITS ROUGES

270 g de mélange de  
fruits rouges  
surgelés

395 g de mûres en  
conserves dans  
leur jus ou 135 g  
de mûres fraîches

240 ml de lait de soja ou  
de lait d'amandes

240 ml de jus de pomme

115 g de tofu soyeux

- 1 Mettez les fruits rouges surgelés, les mûres, le lait de soja, le jus de pomme et le tofu dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Boissons glacées/Smoothies et mixez.

- 2 Versez dans deux verres et servez immédiatement.

Pour 2 personnes



## MOUSSE DE FRUITS

1 banane

240 ml de lait

1 petite pêche  
mûre, épluchée,  
dénoyautée  
et coupée en  
quartiers

110 g de fraises  
surgelées ou  
fraîches sans  
sucre, émincées

120 ml de jus de  
raisin blanc

2 c. à soupe de  
cassonade blonde

1 c. à soupe de jus  
de citron frais

½ c. à café d'extrait  
d'amande

1 Mettez la banane, le lait, la pêche, les fraises, le jus de raisin, la cassonade, le jus de citron et l'extrait d'amande dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Boissons glacées/Smoothies et mixez.

2 Versez dans deux verres et servez immédiatement.

**Pour 2 personnes**

**Variantes :** cette recette offre de nombreuses possibilités. Essayez de remplacer la pêche et les fraises par d'autres fruits : framboises, myrtilles, nectarines, ananas ou mangue. Si vous ne trouvez pas de pêches fraîches, utilisez 170 g de tranches de pêches surgelées, partiellement décongelées.



## FRAPPÉ GLACÉ À L'ANANAS

370 g d'ananas congelé,  
en morceaux

125 g de yaourt entier

120 ml de lait

120 ml de lait de coco

2 glaçons

2 c. à café de sucre

1 c. à café d'extrait  
de vanille

1 Mettez l'ananas, le yaourt, le lait, le lait de coco, les glaçons, le sucre et l'extrait de vanille dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Boissons glacées/Smoothies et mixez.

2 Versez dans deux verres et servez immédiatement.

Pour 2 personnes



## CAFÉ MOCHA GLACÉ

120 ml de glace  
au chocolat

120 ml de café infusé,  
refroidi

60 ml de lait

1 c. à soupe de sirop  
de chocolat, plus  
un supplément  
pour garnir  
crème fouettée  
(voir page 48)

1 Mettez la glace, le café, le lait  
et la cuillère à soupe de sirop de  
chocolat dans le récipient du blender/  
mixeur à entraînement magnétique  
KitchenAid. Fermez à l'aide du  
couvercle, sélectionnez le réglage  
Boissons glacées/Smoothies et mixez.

2 Versez dans un verre. Garnissez de  
crème fouettée et de sirop de chocolat.  
Servez immédiatement.

**Pour 1 personne**

**Café mocha à la menthe :** remplacez la  
glace au chocolat par de la glace au  
chocolat et à la menthe.

*Café mocha malté :* remplacez le sirop  
de chocolat par de l'extrait de malt  
lyophilisé.



## LATTE GLACÉ AU THÉ CHAI

960 ml d'eau

100 g de sucre

16 clous de girofle  
entiers

¼ de c. à café  
de graines de  
cardamome  
(1 gousse environ)

5 bâtons de cannelle

8 tranches de  
gingembre frais

6 sachets de thé noir

180 ml de crème fraîche  
épaisse

300 ml de lait

2 c. à café de  
gingembre  
frais râpé

1 c. à café d'extrait  
de vanille  
(facultatif)

1 Mettez l'eau, le sucre, les clous de girofle, la cardamome, les bâtons de cannelle et les tranches de gingembre dans une grande casserole. Portez à ébullition à feu vif tout en mélangeant pour faire dissoudre le sucre. Ajoutez les sachets de thé. Diminuez le feu, couvrez et laissez mijoter environ 30 minutes ou jusqu'à ce que tous les parfums se dégagent.

2 Avec un chinois, égouttez les sachets de thé dans un bol mesureur d'1 litre et laissez refroidir à température ambiante. Versez le mélange dans deux moules à 14 glaçons (2 c. à soupe pour chacun). Faites congeler jusqu'au lendemain ou jusqu'à ce que les glaçons soient bien durs.

3 Pour chaque portion, mélangez sept glaçons au thé chai, 45 ml de crème fraîche, 75 ml de lait, ½ c. à café de gingembre frais râpé et, si vous le souhaitez, ¼ de c. à café d'extrait de vanille dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Boissons glacées/Smoothies et mixez. Versez dans les verres et servez immédiatement.

Pour 4 personnes



## MARGARITA (RECETTE CLASSIQUE)

tranches de  
citron vert  
gros sel

240 g de glaçons

120 ml de tequila

60 ml d'alcool Triple Sec

60 ml de jus de citron ou  
citron vert frais

tranches de  
citron vert  
en supplément

- 1 Frottez les bords de deux verres avec les tranches de citron vert et plongez-les dans le gros sel.
- 2 Mettez les glaçons, la tequila, le Triple Sec et le jus de citron vert dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Boissons glacées/Smoothies et mixez.
- 3 Versez dans les verres préalablement préparés. Décorez avec des tranches de citron vert. Servez immédiatement.

### Pour 2 personnes

**Margarita glacée aux fraises :** préparez les verres comme indiqué à l'étape 1. Mettez 150 g de fraises surgelées, 120 g de glaçons, la tequila, le triple sec et le jus de citron dans le récipient du blender/mixeur. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Boissons glacées/Smoothies et mixez. Versez dans les verres, et agrémentez de tranches de citron vert et de fraises.



## MILKSHAKE MATINAL BANANE-ANANAS

490 g de yaourt entier

225 g d'ananas broyé  
dans son jus  
(en boîte), égoutté

1 banane

120 g de glaçons

2 c. à soupe  
de sucre

1 c. à café d'extrait  
de vanille

1/8 de c. à café de  
noix de muscade  
en poudre

1 Mettez le yaourt, l'ananas, la banane, les glaçons, le sucre, la vanille et la noix de muscade dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Boissons glacées/Smoothies et mixez.

2 Versez dans quatre verres et servez immédiatement.

Pour 4 personnes



## PIÑA COLADA

240 ml de jus d'ananas

120 g de glaçons

90 ml de rhum léger

90 ml de crème de coco

ananas coupés  
en bâtonnets  
et cerises  
au marasquin

1 Mettez le jus d'ananas, les glaçons, le rhum et la crème de coco dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Boissons glacées/Smoothies et mixez.

2 Versez dans deux verres, et garnissez avec l'ananas et les cerises. Servez immédiatement.

Pour 2 personnes



## CHOCOTINI

360 g de glaçons

290 g de crème de coco

240 ml de lait

140 g de sirop  
de chocolat

120 ml de vodka

½ c. à café d'extrait  
d'amande

framboises  
fraîches (facultatif)

1 Mettez les glaçons, la crème de coco, le lait, le sirop de chocolat, la vodka et l'extrait d'amande dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle, sélectionnez le réglage Boissons glacées/Smoothies et mixez.

2 Versez dans quatre verres et agrémentez de framboises. Servez immédiatement.

Pour 4 personnes



## POISSON CUIT AU FOUR AU PESTO THAÏ

- 35 g de feuilles de basilic frais
- 15 g de feuilles de coriandre fraîche
- 4 oignons cébettes, hachés grossièrement
- 5 g de feuilles de menthe fraîche
- 35 g de cacahuètes grillées
- 1 ou 2 piments jalapeño, épépinés et hachés grossièrement
- 2 c. à soupe de gingembre frais haché
- 2 c. à soupe de flocons de noix de coco
- 2 c. à soupe de jus de citron frais
- 3 gousses d'ail
- ½ c. à café de zeste de citron râpé
- ½ c. à café de sucre
- 120 ml d'huile d'arachide
- 900 g de filets de saumon (ou d'un autre poisson) sans arêtes
- tranches de citron et de concombre

- 1 Préchauffez le four à 190 °C (th. 5). Huilez légèrement une plaque à pâtisserie.
- 2 Mettez le basilic, la coriandre, les oignons cébettes, la menthe, les cacahuètes, le ou les piments jalapeño, le gingembre, la noix de coco, le jus de citron, l'ail, le zeste de citron et le sucre dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle et mixez en mode Manuel à vitesse moyenne/faible jusqu'à ce que le tout soit finement haché, en arrêtant une fois le blender/mixeur pour racler les bords. À vitesse moyenne, ajoutez l'huile en un mince filet, en continu, à travers le goulot de remplissage situé sur le haut. Mixez pendant 30 secondes ou jusqu'à ce que la consistance soit homogène.
- 3 Rincez le poisson et tamponnez avec de l'essuie-tout pour le sécher. Disposez ensuite les filets sur la plaque à pâtisserie huilée. Étalez du pesto sur chaque filet.
- 4 Enfournez 10 minutes jusqu'à ce que le poisson commence à s'effriter sous la fourchette et que l'intérieur soit opaque. Décorez de tranches de citron et de concombre.

Pour 4 à 6 personnes



## ROULÉS À LA FIGUE

80 g de figues sèches

90 ml d'eau chaude

3 c. à soupe de  
sucre cristallisé,  
en deux fois

85 g de farine ordinaire

45 g de flocons  
d'avoine

¾ de c. à café de  
levure chimique

¼ de c. à café de sel

2 c. à soupe  
d'huile végétale

4 c. à soupe de lait,  
en plusieurs fois

30 g de fromage frais  
à tartiner, ramolli

40 g de sucre glace

½ c. à café d'extrait  
de vanille

- 1 Préchauffez le four à 200 °C (th. 6). Recouvrez une plaque à pâtisserie de papier sulfurisé.
- 2 Mettez les figues, l'eau et 1 c. à soupe de sucre cristallisé dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle et mixez en mode Manuel à vitesse moyenne/faible pendant 30 secondes ou jusqu'à l'obtention d'une consistance homogène. Réservez.
- 3 Mettez la farine, l'avoine, la levure chimique, le sel et les 2 c. à soupe de sucre cristallisé restantes dans un bol de taille moyenne. Mélangez-y l'huile et 3 c. à soupe de lait, 1 c. à soupe à la fois, jusqu'à obtenir une boule de pâte.
- 4 Abaissez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné pour former un rectangle de 30 cm sur 23. Disposez-la ensuite sur la plaque à pâtisserie. Étalez la préparation aux figues sur le rectangle de pâte dans le sens de sa longueur en formant une bande de 6,5 cm de large bien au centre. Faites des découpes à intervalles de 1,5 cm environ sur les deux côtés longitudinaux du rectangle en veillant à ce qu'elles arrivent pratiquement jusqu'à la garniture aux figues. Repliez les bandelettes sur la garniture, de façon à ce qu'elles se superposent et se croisent au centre. Enfournez 15 à 18 minutes, jusqu'à ce que la pâte soit légèrement dorée. Laissez refroidir complètement sur une grille. Coupez en tranches.
- 5 Mettez le fromage frais à tartiner, le sucre glace, l'extrait de vanille et la cuillerée à soupe de lait restante dans le récipient préalablement nettoyé du blender/mixeur. Fermez à l'aide du couvercle et mixez en mode Manuel à vitesse moyenne jusqu'à obtenir une consistance homogène. Versez sur les roulés.

Pour 12 roulés



## TAPAS DE POMMES DE TERRE (PATATAS BRAVAS)

1,125 kg de petites pommes de terre rouges, coupées en quartiers

80 ml plus 2 c. à soupe d'huile d'olive, en deux fois

1¼ de c. à café de gros sel, en deux fois

½ c. à café de romarin sec

395 g de tomates concassées en boîte

2 c. à soupe de vinaigre de vin rouge

3 gousses d'ail

1 c. à soupe de piment

1 c. à soupe de paprika

¼ de c. à café de piment chipotle

⅛ à ¼ c. à café de poivre de Cayenne

1 Préchauffez le four à 220°C (th. 7). Dans un grand bol, mélangez correctement les pommes de terre, 2 c. à soupe d'huile d'olive, 1 c. à café de sel et le romarin pour que le tout soit bien imprégné. Étalez sur une plaque à rôtir.

2 Enfournez 35 à 40 minutes ou jusqu'à ce que les pommes de terre soient bien dorées et croustillantes, en les retournant toutes les 10 minutes.

3 Entre-temps, mettez les tomates, les 80 ml d'huile d'olive restants, le vinaigre, l'ail, la poudre de piment, le paprika, le ¼ de c. à café de sel restant, la poudre de piment chipotle et le poivre de Cayenne dans le récipient du blender/ mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle et mixez en mode Manuel à vitesse moyenne pendant 20 à 30 secondes ou jusqu'à l'obtention d'une texture homogène. Versez ensuite dans une petite casserole. Couvrez et faites cuire la préparation à feu moyen/vif pendant 5 minutes ou jusqu'à ce qu'elle épaississe légèrement. Laissez tiédir.

4 Versez la sauce sur les pommes de terre ou servez-la en accompagnement pour tremper dans un bol séparé.

Pour 10 à 12 personnes

**Remarque :** la sauce peut être réalisée un jour plus tôt. Couvrez et placez au réfrigérateur. Ramenez à température ambiante ou réchauffez avant de servir.



## TAPENADE REVISITÉE AUX AUBERGINES GRILLÉES

- 1 aubergine  
(environ 450 g)
- 1 tomate de  
taille moyenne,  
débarrassée  
de sa tige
- 1 c. à soupe de jus  
de citron frais
- 1 c. à soupe de  
basilic frais haché  
ou 1 c. à café de  
basilic séché
- 2 c. à café de thym  
frais haché ou  
¾ de c. à café  
de thym séché
- 1 gousse d'ail
- ¼ de c. à café de sel
- 1 c. à soupe  
d'huile d'olive  
extra vierge
- pain pitta ou  
focaccia, coupé  
en morceaux

- 1 Préchauffez le four à 200 °C (th. 6).
- 2 Avec une fourchette, percez l'aubergine à plusieurs endroits et posez-la sur un plat à rôtir. Faites griller 10 minutes. Ajoutez la tomate. Faites griller 40 minutes. Laissez reposer jusqu'à ce que les légumes soient suffisamment froids pour être manipulés. Pelez l'aubergine et la tomate.
- 3 Mettez l'aubergine, la tomate, le jus de citron, le basilic, le thym, l'ail et le sel dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle et mixez en mode Manuel à vitesse moyenne jusqu'à l'obtention d'une consistance homogène. Toujours à vitesse moyenne, ajoutez l'huile d'olive en un mince filet, en continu, par le goulot de remplissage et continuez à mixer 5 à 10 secondes ou jusqu'à ce que la texture soit bien lisse. Réservez au réfrigérateur au moins 3 heures ou jusqu'au lendemain.
- 4 Servez la tapenade avec du pain pitta.

Pour 10 personnes



## SAUCE À LA MOUTARDE

180 ml d'huile d'olive

3 c. à soupe de  
vinaigre de riz  
assaisonné

1 c. à soupe  
de vinaigre  
balsamique

1 c. à soupe de  
moutarde de Dijon  
ou à l'ancienne

¼ de c. à café  
de thym sec

sel et poivre noir  
fraîchement moulu

1 Mettez l'huile d'olive, le vinaigre de riz, le vinaigre balsamique, la moutarde et le thym dans le récipient du blender/ mixeur à entraînement magnétique KitchenAid.

2 Fermez à l'aide du couvercle et mixez en mode Manuel à vitesse moyenne pendant 30 secondes ou jusqu'à ce que la consistance soit homogène. Salez et poivrez.

Pour environ 240 ml de sauce



## FILETS DE POULET FARCIS À LA CORIANDRE

30 g de feuilles de  
coriandre fraîche

2 c. à soupe  
d'huile d'olive

1 c. à soupe plus  
2 c. à café de  
sauce soja,  
en deux fois

2 gousses d'ail

4 filets de poulet  
désossés avec  
leur peau (environ  
140 g chacun)

1 c. à soupe d'huile  
de sésame foncée

- 1 Préchauffez le four à 180 °C (th. 4). Mettez la coriandre, l'huile d'olive, 2 c. à café de sauce soja et l'ail dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle et mixez en mode Manuel à vitesse moyenne/élevée jusqu'à la formation d'une pâte.
- 2 Détachez la peau des filets de poulet. Soulevez-la et frottez toute la surface des filets avec le mélange à la coriandre, en prenant soin de ne pas percer la peau.
- 3 Placez les filets sur la grille d'une plaque à rôtir peu profonde recouverte de papier aluminium. Mélangez la sauce soja restante (1 c. à soupe) et l'huile de sésame dans un petit bol. Badigeonnez uniformément les filets de poulet d'une moitié de ce mélange.
- 4 Enfournes 25 minutes, puis badigeonnez à nouveau avec le reste du mélange à la sauce soja. Laissez cuire 10 minutes ou jusqu'à ce que la viande ne soit plus rose à l'intérieur.

Pour 4 personnes



## BŒUF PARFUMÉ À LA SAUCE À L'AIL

1 rumsteak de  
bœuf sans os  
(environ 570 g)

80 ml de sauce teriyaki\*

10 gousses d'ail

120 ml de bouillon  
de bœuf

630 g de riz blanc  
cuit, chaud

*\*Méthode japonaise de cuisson au grill ou de glaçage (« teri » signifie « brillant » et « yaki », « cuire au four, griller »). Mélange de sauce soja, de saké, de mirin et de sucre, principalement utilisé pour les marinades.*

- 1 Mettez le steak de bœuf dans un grand sachet alimentaire refermable et versez-y la sauce teriyaki. Fermez hermétiquement le sachet et retournez-le pour que la viande s'imprègne de sauce. Laissez mariner au réfrigérateur entre 30 minutes et 4 heures.
- 2 Entre-temps, versez le bouillon dans une petite casserole et ajoutez-y l'ail. Portez à ébullition à feu vif. Baissez la température sur feu moyen et laissez mijoter sans couvercle pendant 5 minutes. Remettez le couvercle et faites à nouveau mijoter 8 à 9 minutes jusqu'à ce que l'ail soit ramolli. Versez dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle et mixez en mode Manuel à vitesse moyenne/élevée pendant 5 à 10 secondes ou jusqu'à obtenir une texture bien lisse.
- 3 Préchauffez le grill. Égouttez le bœuf et réservez la marinade. Placez le bœuf dans une poêle grill. Badigeonnez avec la moitié de la marinade. Faites griller 6 minutes, en veillant à ce que la poêle soit située à une distance comprise entre 13 et 16 cm de la source de chaleur. Retournez le steak et badigeonnez avec le reste de marinade. Faites griller 6 minutes ou jusqu'à obtenir la cuisson voulue.
- 4 Déposez le steak sur une planche à découper et laissez reposer 5 minutes. Coupez des fines tranches dans le sens contraire du grain. Servez avec la sauce à l'ail et le riz.

Pour 4 personnes



## BURRITOS À LA SAUCE À L'AVOCAT

- 8 œufs
- 2 c. à soupe de lait
- ¾ de c. à café de sel, en deux fois
- 15 g de beurre
- 170 g de cheddar râpé
- 1 grosse tomate, épépinée et coupée en petits morceaux
- 15 g de coriandre fraîche, hachée
- 8 tortillas de farine de maïs
- 390 g de sauce tomate (facultatif)
- 2 avocats de taille moyenne, hachés
- 60 ml de crème aigre
- 2 c. à soupe d'oignon finement haché
- 1 piment jalapeño ou serrano, épépiné et haché (facultatif)
- 2 c. à soupe de jus de citron vert, plus un supplément si nécessaire
- ¼ de c. à café d'ail finement haché

- 1 Préchauffez le four à 180 °C (th. 4). Graissez un plat à four de 33 cm sur 23.
- 2 Mettez les œufs, le lait et ½ c. à café de sel dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle et mixez en mode Manuel à vitesse moyenne pendant 30 secondes ou jusqu'à ce que la consistance soit homogène. Dans une grande poêle, faites fondre le beurre à feu moyen. Ajoutez le mélange d'œufs et faites cuire 5 minutes ou jusqu'à ce que les œufs soient pris mais encore mous, formant des amas grumeleux. Retirez du feu. Ajoutez le fromage, la tomate et la coriandre.
- 3 Au moyen d'une cuillère, déposez une bande longitudinale et uniforme d'environ 80 ml de l'omelette au centre de chaque tortilla. Roulez les tortillas farcies pour créer les burritos. Disposez ces derniers, avec ouverture vers le fond du plat à four préalablement graissé. Si vous le souhaitez, versez uniformément la sauce tomate sur les burritos.
- 4 Recouvrez soigneusement le plat de papier aluminium. Enfouissez 10 à 15 minutes jusqu'à ce que les burritos soient bien chauds.
- 5 Entre-temps, mettez les avocats, la crème aigre, l'oignon, le piment jalapeño, 2 c. à soupe de jus de citron vert (si vous le souhaitez), le ¼ de c. à café de sel restant et l'ail dans le récipient préalablement nettoyé du blender/mixeur. Fermez à l'aide du couvercle et mixez en mode Manuel à vitesse moyenne durant 30 secondes ou jusqu'à obtenir une consistance homogène, en ajoutant si nécessaire le supplément de jus de citron vert. Servez avec les burritos.

Pour 8 personnes



## FILETS DE POISSON À LA SAUCE « MOLE VERDE »

- 4 c. à soupe d'huile végétale, en deux fois
- 40 g d'oignon blanc haché
- 1 ou 2 piments jalapeño, épépinés et hachés finement
- 165 g de tomates fraîches hachées ou 225 g (poids une fois égouttées) de tomates en boîte, égouttées et hachés
- 2 gousses d'ail, finement hachées
- ¼ de c. à café de poudre de cumin
- 15 g de coriandre fraîche, hachée grossièrement
- 80 ml plus 1 c. à soupe d'eau, en deux fois
- ½ c. à café de sel, en deux fois
- 40 g de farine ordinaire
- ⅛ de c. à café de poivre noir fraîchement moulu
- 2 œufs
- 675 à 900 g de petits filets de vivaneau rouge ou de filets de sole sans la peau
- 30 g de beurre

1 Dans une poêle de taille moyenne, faites chauffer 2 c. à soupe d'huile à feu moyen. Ajoutez l'oignon et le ou les piments jalapeño, laissez cuire en mélangeant pendant 4 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient mous. Ajoutez les tomates, l'ail et le cumin, et faites revenir pendant 1 minute. Ajoutez ensuite la coriandre, 80 ml d'eau et ¼ de c. à café de sel, puis portez à ébullition sur feu vif. Couvrez et laissez mijoter à feu doux 20 minutes. Versez dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle et mixez en mode Manuel à vitesse moyenne/élevée jusqu'à obtenir une texture lisse. Versez la sauce dans la poêle et faites chauffer correctement à feu doux. Tenez au chaud.

2 Mélangez la farine, le ¼ de c. à café de sel restant et le poivre noir dans un bol peu profond. Battez les œufs avec une c. à soupe d'eau dans un autre bol. Farinez le poisson avec le mélange de farine, puis badigeonnez avec le mélange à base d'œufs.

3 Dans une grande poêle, chauffez le beurre et les 2 c. à soupe d'huile restantes à feu moyen/vif, jusqu'à ce qu'ils moussent légèrement. Faites cuire quelques filets de poisson à la fois pendant 4 à 8 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés à l'extérieur et opaques à l'intérieur, en les retournant une seule fois. Servez le poisson avec la sauce chaude.

Pour 4 à 6 personnes



## ŒUFS BÉNÉDICTE AU SAUMON FUMÉ ET À LA SAUCE HOLLANDAISE

4 muffins, coupés  
en deux et grillés

115 g de saumon fumé  
en tranches

8 tranches de  
tomates

115 g de beurre

3 jaunes d'œufs

2 c. à soupe de  
jus de citron

¼ de c. à café de sel

1 c. à café de  
vinaigre blanc

8 œufs

2 c. à soupe d'aneth  
frais haché

- 1 Préchauffez le four à 90 °C (th. ¼). Disposez deux moitiés de muffin, côté découpe vers le haut, sur chacun des quatre plats de service. Garnissez de saumon fumé et de tranches de tomates. Placez les plats au four et éteignez ce dernier.
- 2 Dans une petite casserole, faites fondre le beurre à feu doux et gardez au chaud. Mettez les jaunes d'œufs, le jus de citron et le sel dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle et mixez en mode Manuel à vitesse moyenne/élevée jusqu'à obtenir une texture lisse et épaisse. À vitesse moyenne, ajoutez le beurre fondu en un filet très mince, en continu, à travers le goulot de remplissage situé sur le haut. Mixez jusqu'à obtenir une texture épaisse.
- 3 Dans une grande poêle, versez de l'eau jusqu'à 5 cm de hauteur, puis ajoutez le vinaigre et faites frémir à feu moyen. Cassez 4 œufs dans des petits bols ou des ramequins distincts. Rapprochez-les le plus possible du mélange d'eau et de vinaigre, puis plongez délicatement les œufs. Faites cuire 3 minutes environ ou jusqu'à ce que les blancs soient bien pris et que les jaunes commencent à s'épaissir mais pas à durcir. Retirez les œufs à l'aide d'une écumoire et égouttez sur de l'essuie-tout. Posez soigneusement les œufs sur les muffins toastés. Répétez l'opération avec les autres œufs.
- 4 Agrémentez chaque œuf Bénédicte de la sauce hollandaise et d'aneth frais, et servez immédiatement.

Pour 4 personnes



## SUCETTES GLACÉES À LA CANNELLE ET AU MIEL

310 g de yaourt  
grec entier

170 g de miel

60 ml de lait

½ c. à café de poudre  
de cannelle

½ c. à café d'extrait  
de vanille

- 1 Mettez le yaourt, le miel, le lait, la cannelle et l'extrait de vanille dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle et mixez en mode Manuel à vitesse moyenne/élevée pendant 10 à 15 secondes ou jusqu'à obtenir une texture bien lisse.
- 2 Versez le mélange dans six moules à sucettes glacées. Recouvrez le haut de chaque moule avec un petit morceau de papier aluminium. Laissez au congélateur pendant 2 heures.
- 3 Insérez des bâtonnets en perçant le centre du papier aluminium. Laissez les sucettes congeler pendant 4 heures ou jusqu'à ce qu'elles soient bien fermes.
- 4 Pour retirer les sucettes, ôtez le papier aluminium et placez le bas des moules sous l'eau courante chaude, le temps qu'elles se détachent légèrement. Pour les libérer, appuyez fermement sur le bas des moules. (Évitez de remuer les bâtonnets ou de tirer sur ces derniers.)

Pour 6 sucettes



## PETITES BOULETTES AVEC SAUCE AUX POIVRONS ROUGES

1 poivron rouge  
grillé en bocal

60 g de mayonnaise

2 gousses d'ail,  
en deux fois

1/8 de c. à café  
de piment  
rouge broyé

115 g de bœuf émincé

115 g de porc émincé

120 g de chapelure de  
pain sec ordinaire,  
en deux fois

1 échalote,  
finement hachée

1/4 de c. à café de sel

1/8 de c. à café  
de poivre noir  
fraîchement moulu

1 œuf battu

60 ml d'huile végétale

- 1 Mettez le poivron rouge grillé, la mayonnaise, 1 gousse d'ail et le piment rouge broyé dans le récipient du blender/mixeur à entraînement magnétique KitchenAid. Fermez à l'aide du couvercle et mixez en mode Manuel à vitesse moyenne pendant 20 secondes ou jusqu'à obtenir une texture lisse. Versez le mélange dans un petit bol et réservez.
- 2 Hachez finement la gousse d'ail restante. Mélangez le bœuf émincé, le porc émincé, 30 g de chapelure, l'échalote, l'ail haché, le sel et le poivre noir dans un bol de taille moyenne. Ajoutez l'œuf et mélangez délicatement jusqu'à obtenir une consistance homogène.
- 3 Mettez les 90 g de chapelure restants dans un bol peu profond. Avec la préparation de viande, formez 32 boulettes, d'environ 2,5 cm de diamètre chacune, puis roulez-les dans la chapelure.
- 4 Dans une grande poêle, chauffez l'huile à feu moyen/vif. Faites cuire les boulettes en plusieurs fois pendant 8 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées de tous les côtés et cuites à l'intérieur (71 °C), en les retournant régulièrement. Égouttez sur un plateau recouvert d'essuie-tout. Servez avec la sauce.

Pour 32 boulettes environ



## INDEX ALPHABÉTIQUE DES RECETTES

### B

- Bisque de crevettes 30
- Bœuf parfumé à la sauce à l'ail 80
- Burritos à la sauce à l'avocat 82

### C

- Café mocha à la menthe 56
- Café mocha glacé 56
- Café mocha malté 56
- Chocotini 66
- Crème fouettée (chantilly) 48

### F

- Filets de poisson à la sauce « mole verde » 84
- Filets de poulet farcis à la coriandre 78
- Frappé glacé à l'ananas 54

### J

- Jus d'ananas et de chou frisé 14
- Jus de carottes épicé à l'agrume 22

Jus de concombre et citron 18

Jus de grenades 16

Jus de papaye et framboises 20

Jus de pommes et baies 12

### L

Latte glacé au thé chai 58

### M

Margarita glacée aux fraises 60

Margarita (recette classique) 60

Milkshake à la vanille 48

Milkshake au chocolat  
deux textures 38

Milkshake au potiron 40

Milkshake espresso 44

Milkshake glacé café  
et cinq épices 42

Milkshake matinal  
banane-ananas 62

Mousse à la crème de soja  
et aux fruits rouges 50

Mousse de fruits 52

Moutarde piquante épicée 24

Mudslide glacé 46

### O

Œufs Bénédicte au saumon fumé  
et à la sauce hollandaise 86

### P

Petites boulettes avec sauce  
aux poivrons rouges 90

Piña colada 64

Poisson cuit au four  
au pesto thaï 68

### R

Roulés à la figue 70

### S

Sauce à la moutarde 76

Soupe aux petits pois  
et pois cassés 28

Soupe de champignons 32

Soupe estivale de melon miel 34

Soupe glacée de concombre 26

Soupe glacée  
de melon cantaloup 34

Sucettes glacées à la cannelle  
et au miel 88

### T

Tapas de pommes de terre  
(patatas bravas) 72

Tapenade revisitée  
aux aubergines grillées 74

### V

Velouté aux piments  
poblano rôtis 36

## INDEX ALPHABÉTIQUE DES RECETTES

### HORS-D'ŒUVRE

Tapenade revisitée  
aux aubergines grillées 74

### PETIT-DÉJEUNER

Milkshake matinal  
banane-ananas 62

Mousse à la crème de soja  
et aux fruits rouges 50

Œufs Bénédicte au saumon fumé  
et à la sauce hollandaise 86

### DESSERTS

Milkshake au potiron 40

Roulés à la figue 70

Sucettes glacées à la cannelle  
et au miel 88

### POISSONS ET FRUITS DE MER

Bisque de crevettes 30

Filets de poisson à la sauce  
« mole verde » 84

Œufs Bénédicte au saumon fumé  
et à la sauce hollandaise 86

Poisson cuit au four  
au pesto thaï 68

### FRUITS

Frappé glacé à l'ananas 54

Jus d'ananas et de chou frisé 14

Jus de carottes épicé à l'agrume 22

Jus de grenades 16

Jus de papaye et framboises 20

Jus de pommes et baies 12

Milkshake matinal  
banane-ananas 62

Mousse à la crème de soja  
et aux fruits rouges 50

Mousse de fruits 52

Soupe estivale de melon miel 34

Soupe glacée  
de melon cantaloup 34

### JUS

Jus d'ananas et de chou frisé 14

Jus de carottes épicé à l'agrume 22

Jus de concombre et citron 18

Jus de grenades 16

Jus de papaye et framboises 20

Jus de pommes et baies 12

### VIANDE

Bœuf parfumé à la sauce à l'ail 80

Petites boulettes avec sauce  
aux poivrons rouges 90

### MILKSHAKES

Milkshake à la vanille 48

Milkshake au chocolat  
deux textures 38

Milkshake au potiron 40

Milkshake espresso 44

Milkshake glacé café  
et cinq épices 42

Mudslide glacé 46

### VOLAILLE

Filets de poulet farcis  
à la coriandre 78

### SAUCES

Moutarde piquante épicée 24

Sauce à la moutarde 76

### ACCOMPAGNEMENTS

Tapas de pommes de terre  
(patatas bravas) 72

### SMOOTHIES

Milkshake matinal  
banane-ananas 62

Mousse à la crème de soja  
et aux fruits rouges 50

Mousse de fruits 52

### SOUPES

Bisque de crevettes 30

Soupe aux petits pois  
et pois cassés 28

Soupe de champignons 32

Soupe estivale de melon miel 34

Soupe glacée de concombre 26

Soupe glacée  
de melon cantaloup 34

Velouté aux piments  
poblano rôtis 36

### VÉGÉTARIEN

Soupe glacée de concombre 26

Velouté aux piments  
poblano rôtis 36

Soupe aux petits pois  
et pois cassés 28

Burritos à la sauce à l'avocat 82

Soupe de champignons 32

Tapenade revisitée  
aux aubergines grillées 74

Tapas de pommes de terre  
(patatas bravas) 72

## MENTIONS LÉGALES

### **LIVRE DE RECETTES DU BLENDER/MIXEUR À ENTRAÎNEMENT MAGNÉTIQUE**

Publié par Publications International, Ltd.

Première édition : mai 2015

© 2015

Publications International, Ltd.

7373 North Cicero

Lincolnwood, IL 60712, États-Unis

**KitchenAid Europa, Inc**

Nijverheidslaan 3, bus 5

B-1853 Strombeek-Bever, Belgique

[www.kitchenaid.eu](http://www.kitchenaid.eu)

FR

KitchenAid est une marque déposée  
aux États-Unis et dans d'autres pays.

© 2015 Tous droits réservés.

Tous droits réservés. Toute reproduction ou publication, intégrale ou partielle, de ce tirage par quelque procédé que ce soit, sans l'autorisation écrite de l'éditeur, est interdite.