



FlavorStone[®]

Diam[◇]nd Edition



Livre de recettes



PETIT-DÉJEUNER

Frittata.....	5
Casserole petit-déjeuner	5
Hachis à la patate douce.....	6

VOLAILLE

Poulet entier	8
Casserole de poulet gratiné	8
Doigts de poulet au parmesan et aux fines herbes	9

BŒUF

Steak grillé	11
Bœuf braisé	11
Bœuf Stroganoff	12

POISSON & FRUITS DE MER

Saumon à l'écorce de citron, asperges et sauce hollandaise	14
Crevettes et pâtes	15
Moules, sauce au vin blanc.....	15

DESSERTS

Tarte aux pommes en casserole	17
Sauce au caramel	17

PETIT-DÉJEUNER



Frittata

Ingrédients:

- 6 oeufs
- 1/3 de tasse (80ml) de lait
- 1 c. à thé (1,5g) de basilic séché
- 1 c. à thé (2,3g) de poudre d'oignon
- 1 tasse (150g) de tomates cerises
- 1 tasse (175g) de poivrons verts en dés
- ½ oignon, en dés
- 2 oignons verts, hachés
- ½ tasse (45g) de fromage râpé (facultatif)
- Sel et poivre au goût

Préparation:

1. Préchauffer le four à 350°F/177°C.
2. Sur la cuisinière, faire cuire à feu moyen les oignons et les poivrons verts jusqu'à tendreté (environ 5 minutes).
3. Incorporer tous les autres ingrédients et cuire sur la cuisinière jusqu'à ce que les bords de la frittata se décollent de la poêle (environ 5-8 minutes).
4. Déposer la poêle sur la grille du milieu du four et cuire jusqu'à ce que le centre soit complètement cuit (environ 15 minutes).
5. Retirer du four, laisser refroidir pendant environ 10 minutes et servir.

Casserole petit-déjeuner

Ingrédients:

- 2 tasses (450g) de pommes de terre râpées
- 4 œufs
- 1 tasse (237ml) de lait
- ½ tasse (90g) de poivrons de couleurs variées
- ½ tasse (75g) d'oignons
- ½ lb (227g) de saucisses de dinde dorée
- ¾ de tasse (42g) de fromage cheddar râpé
- huile d'olive
- sel et poivre au goût

Préparation:

1. Préchauffer le four à 350°F/177°C.
2. À feu moyen, badigeonner légèrement la poêle profonde Deluxe d'huile d'olive.
3. Faire dorer les pommes de terre pendant 10 minutes et retourner.
4. Dans un bol séparé, combiner ensemble les œufs et le lait.
5. Incorporer le mélange œufs-lait et ajouter les poivrons, les oignons, la saucisse de dinde et le fromage.
6. Faire cuire au four pendant 1 heure

Hachis à la patate douce

Ingrédients:

- ½ lb (227g) de bacon de dinde coupé en lanières de ¼ de pouce (½ cm)
- 2 oignons moyens, hachés
- 2 petits piments jalapeño, épépinés et coupés grossièrement
- 1 gros poivron rouge, coupé en juliennes
- 2 lbs (1kg) de patates douces, épluchées et râpées
- 1 c. à thé (1g) de persil de Naples et du thym, ciselés

Préparation:

1. Préchauffer le four à 400°F/204°C.
2. Cuire le bacon à feu moyen jusqu'à ce qu'il soit croustillant.
3. Ajouter les oignons, le poivron, le sel et le poivre, et faire sauter les oignons jusqu'à transparence (5-7 minutes).
4. Incorporer les patates douces, et placer dans le four préchauffé pendant 30 minutes ou jusqu'à l'obtention de la couleur dorée désirée.
Conseil: Pour de meilleurs résultats, remuez plusieurs fois pour obtenir une dorure uniforme.
5. Retirer du four, ajouter le thym, le persil et le poivre, au goût.

VOLAILLE



Poulet entier

Ingrédients:

- Un poulet de 3-4lbs (1,4-1,8kg), sans les abats
- ½ tasse (115g) de pommes de terre coupées
- ½ tasse (75g) de carottes coupées
- ½ tasse (115g) de céleri coupé
- ½ tasse (75g) d'oignon coupé
- sel et poivre au goût
- 3 branches de thym
- 1 branche de romarin

Préparation:

1. Préchauffer le four à 375°F (191°C).
2. Mettre les légumes dans le fond de la poêle profonde Deluxe. Déposer le poulet sur le dessus.
3. Cuire à découvert pendant 1 heure ou jusqu'à ce que la température interne atteigne 180°/82°C.
4. Retirer du feu, et arroser avec le jus de cuisson.

Casserole de poulet gratiné

Ingrédients:

- 4 poitrines de poulet
- 1 oignon tranché
- ½ tasse (40g) de champignons tranchés
- ½ tasse (56g) de fromage mozzarella râpé
- sel et poivre au goût

Préparation:

1. Faire dorer le poulet à feu moyen sur un côté, pendant 10 minutes.
2. Retourner le poulet, ajouter les oignons et les champignons, et ensuite mettre le couvercle.
3. Cuire 10 minutes supplémentaires ou jusqu'à ce que le centre soit bien cuit.
4. Retirer le couvercle et ajouter le fromage râpé.
5. Laisser fondre le fromage dans le four préchauffé à 350°F (177°C) degrés pendant 3 minutes.

Doigts de poulet au parmesan et aux fines herbes

Ingrédients:

- Huile d'olive ou huile végétale
- 2/3 de tasse (100g) de panko (chapelure de style japonais)
- ¼ de tasse (22g) de fromage parmesan râpé,
- 2 c. à soupe (30g) de persil frais haché (facultatif)
- ¼ c. à thé (1,25g) de poivre noir moulu
- 2 blancs d'œufs
- 1 lb (450g) de lanières de poulet

Préparation:

1. Dans un bol peu profond, combiner ensemble la chapelure, le fromage parmesan, le persil (si utilisé), et le poivre.
2. Dans un autre bol peu profond, fouetter ensemble la moutarde et les blancs d'œufs jusqu'à ce qu'ils soient opaques et bien mousseux.
3. Tremper chaque lanière dans le mélange de blancs d'œufs, ensuite dans le mélange de chapelure et bien enrober tous les côtés.
4. Faire cuire à feu moyen 7 minutes environ de chaque côté, jusqu'à ce que l'enrobage de chapelure soit croustillant et d'un beau brun doré et que le centre du poulet ait perdu sa teinte rosée.
5. Servir immédiatement.



BOEUF

Steak grillé

Ingrédients:

- 2 steaks New York de 8 oz. (227g)
- 2 c. à soupe (30ml) d'huile d'olive
- 2 c. à soupe (34g) de sel
- 2 c. à soupe (14g) de poivre concassé
- 4 c. à soupe (57g) de beurre

Préparation:

1. Préchauffer le four à 400°F/204°C).
2. Dans une poêle, à feu moyen. faire chauffer l'huile sur la cuisinière.
3. Bien éponger les steaks, ensuite les badigeonner d'huile d'olive et bien les assaisonner de sel et de poivre.
4. Saisir les steaks sur les deux côtés (environ 2 min. chaque côté).
5. Ajouter 2 cu. à soupe de beurre sur chacun des steaks et les mettre dans le four préchauffé jusqu'à ce que la température interne atteigne la cuisson désirée - Bleue - 130°F/54°C - Saignante 140°F/60°C - À point - 150°F/66°C - Bien cuite - 165°F/74°C.
6. Laisser reposer les steaks 5-10 minutes avant de servir.

Boeuf Braisé

Ingrédients:

- 3 lbs (1,36kg) de rôti de croupe
- ½ tasse (75g) de carottes tranchées
- ½ tasse (115g) de pommes de terre, en cubes
- ¼ de tasse (40g) d'oignons tranchés
- ½ tasse (60g) de farine
- 1 tasse (237ml) de bouillon de bœuf

Sel et poivre au goût

Préparation:

1. Préchauffer le four à 325°F/163°C.
2. Assaisonner le rôti et le faire revenir sur tous les côtés dans la poêle profonde de luxe.
3. Combiner ensemble le bouillon et la farine.
4. Ajouter les carottes, les pommes de terre et les oignons.
5. Placer le rôti de croupe sur le dessus des légumes.
6. Cuire au four environ 2-3 heures ou jusqu'à ce que le rôti s'effiloche facilement à la fourchette. Arroser plusieurs fois durant la cuisson.

Bœuf Stroganoff

Ingrédients:

- 12 oz. (340g) de nouilles aux œufs, cuites
- 1 lb (0,9kg) de bœuf haché
- ½ oignon, haché
- 1 tasse (80g) de champignons tranchés
- ¼ de tasse (57g) de beurre
- 1 tasse (237ml) de lait

Préparation:

1. Dans la poêle profonde Deluxe, faire revenir le bœuf et l'oignon à feu moyen. Égoutter.
2. Ajouter les champignons et le beurre. Cuire jusqu'à ce que les champignons soient tendres.
3. Ajouter le lait et les nouilles aux œufs. Bien mélanger et cuire 2-3 minutes additionnelles.



POISSONS & FRUITS DE MER



Saumon à l'écorce de citron

Ingrédients:

- filets de saumon
- le jus d'un demi-citron
- ½ citron, tranché
- asperges
- sel et poivre au goût

Préparation:

1. Mettre le saumon dans la poêle, peau en dessous, cuire à feu doux-moyen jusqu'à ce qu'il soit doré soit 3 à 4 minutes.
2. Retourner le saumon, ajouter les asperges. Ensuite, ajouter les tranches et le jus de citron. Couvrir et laisser cuire 3-4 minutes additionnelles.
3. Déposer le saumon et les asperges dans une assiette et laisser le jus de cuisson dans la poêle pour passer à l'étape suivante.

Sauce hollandaise

Ingrédients:

- ½ tasse (118ml) de jus de citron
- 3 jaunes d'œufs
- ½ bâtonnet (57g) de beurre

Suite de la préparation:

1. À feu doux, laisser le jus de cuisson de la combinaison (saumon/jus de citron) dans la poêle.
2. Ajouter le jus de citron et le beurre, cuire jusqu'à ce que le beurre soit fondu.
3. Ajouter les jaunes d'œufs et mélanger au fouet jusqu'à épaississement (environ 2 minutes).
4. Napper le saumon et les asperges de la sauce encore chaude.

Ingrédients:

- 1 ½ tasses (300g) de crevettes moyennes, décortiquées et déveinées
- 3 gousses d'ail émincées ou tranchées
- ½ tasse (75g) de carottes, en juliennes
- 1 ½ tasses (225g) de poivrons, en juliennes
- 2 échalotes moyennes, tranchées
- ¼ de tasse (40g) de basilic frais ou de persil plat, haché
- 1 c. à soupe (15ml) d'huile d'olive
- sauce soja au goût
- 1 lb (450g) de pâtes de cheveux d'ange

Préparation:

1. Faire chauffer la poêle profonde de luxe à feu moyen.
2. Ajouter les crevettes, le carottes, les poivrons, l'ail, les échalotes, saler et poivrer au goût.
3. Cuire pendant 8 minutes et ensuite, ajouter la sauce soya (sauce soja).
4. Garnir de basilic ou de persil.
5. Servir sur des pâtes de cheveux d'ange.

Ingrédients:

- 2 lbs (0,9kg) de moules
- ¼ de tasse (38g) d'oignons, hachés
- 4 gousses d'ail, émincées
- 2 c. à soupe (28g) de beurre
- ½ citron, pressé
- 1 tasse (237ml) de vin blanc
- Persil frais

Préparation:

1. À feu moyen, faire fondre le beurre dans la poêle profonde Deluxe et faire sauter les oignons et l'ail.
2. Lorsque les oignons sont translucides, ajouter les moules et le vin blanc.
3. Mélanger tous les ingrédients ensemble, couvrir et cuire jusqu'à ce que les moules soient ouvertes (environ 3 minutes).
4. Garnir de persil au goût et servir avec du pain comme trempette.

DESSERTS



FlavorStone®

Diam◇nd Edition



Distribué par

Thane Canada Inc.
Mississauga Ont. L4W 5M6, Canada
www.thane.ca

TThane USA, Inc.
Canton OH 44718, U.S.A.
www.thane.com

Thane Direct UK Limited
Londres EC2Y 9DT, UK
www.thane.tv

Danoz Direct Pty Ltd.
Mascot NSW 2020, Australie
www.danoz.com.au

OOperadora Ainoa, S.A.P.I. DE C.V. Avenida
Magnocentro #5 Piso 1 Huixquilucan
Estado de México C.P. 52760
www.mejorcompratv.com

TVNS Scandinavia AB
SE-211 18 Malmö, Suède
www.tvins.com

Droit d'auteur © 2017 Thane IP Limited.
FABRIQUÉ EN CHINE

FlavorStone® Diamond CBOOK FRE R0 171127