

Petits secrets de cuisine

Les
Pommes

SÉBASTIEN MERDRIGNAC

Editions OUEST-FRANCE

Burger de pomme verte, tomates, pamplemousse et haddock

Pour 4 personnes

Temps de préparation : 35 min

Ingrédients

1 pomme (Granny Smith)

1 pamplemousse

200 g de haddock fumé

8 tomates cerise

1 poignée de roquette

200 ml de lait

100 ml d'eau

150 g de fromage frais

Le jus d'1/2 citron jaune

1 c.à.c. de graines de sésame

1 c.à.c. d'aneth ciselé

1 c.à.c. d'estragon ciselé

2 c.à.c. d'huile d'olive

1 pincée de sel fin

1 pincée de poivre

- À l'aide d'un couteau d'office et au-dessus d'un bol (pour récupérer le jus), prélever les segments de pamplemousse.
- Laver puis couper les tomates en quartiers.
- Dans une casserole, cuire le haddock 5 min dans le mélange eau + lait.
- L'égoutter et le laisser refroidir.
- Une fois refroidi, l'émietter.
- Mélanger les quartiers de tomates, les suprêmes de pamplemousse et le haddock dans un saladier.
- Ajouter l'huile d'olive et le jus de pamplemousse, saler et poivrer.
- Mélanger l'aneth et l'estragon au fromage frais, assaisonner.
- Rincer puis évider la pomme verte, la découper dans la largeur en tranches épaisses d'un centimètre.
- Dans chaque assiette, poser une tranche de pomme, y déposer 1 c.à.s. de fromage frais, le mélange pamplemousse, tomates, haddock, puis refermer le burger avec une deuxième tranche de pomme verte.
- Parsemer de quelques graines de sésame.
- Servir accompagné de roquette.



Gâteau minute aux pommes et au yaourt

Pour 4 personnes

Temps de préparation : 15 min

Temps de cuisson : 35 min

Ingrédients

4 pommes (Golden, Royal
Gala ou Reinette grise
du Canada)

3 œufs

1 yaourt nature

75 g de sucre en poudre

20 g de beurre

(pour le moule)

15 cl d'huile

150 g de farine

1 sachet de levure chimique

Sucre glace

- Préchauffer le four à 180 °C (th. 6).
- Faire fondre le beurre à feu doux.
- Mélanger les œufs avec le sucre dans un grand bol jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
- Ajouter le yaourt et l'huile, mélanger.
- Incorporer la farine tamisée et la levure chimique, mélanger jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse.
- Peler et vider les pommes puis les détailler en fines tranches.
- Les répartir ensuite dans un moule préalablement beurré en en réservant un peu pour la décoration du gâteau, puis verser la préparation du gâteau.
- Enfourner pendant 35 min.
- Laisser refroidir puis démouler.
- Saupoudrer de sucre glace avant de déguster et décorer avec les fines tranches de pommes restantes disposées en rosace.



Sorbet pomme maison « sans sorbetière »

Pour 4 personnes

Temps de préparation :

10 min la veille

+ 10 min le jour même

Ingrédients

4 pommes (Granny Smith,
Belle de Boskoop)

1 blanc d'œuf

80 g de sucre glace

Le jus d'1/2 citron jaune
ou vert

La veille

- Rincer, éplucher puis vider les pommes avant de les couper en petits morceaux.
- Les placer au congélateur pour 24 h dans une boîte hermétique.

Le jour même

- Passer les pommes au mixeur puis ajouter le blanc d'œuf, le sucre glace et le jus de citron.
- Faire tourner jusqu'à ce que les pommes soient parfaitement mixées.
- Conserver au congélateur quelques minutes avant de déguster.



Chutney de pommes aux échalotes

Pour 8 personnes

Temps de préparation : 20 min

Temps de cuisson : 35 min

Ingrédients

4 pommes (Gala, Belle
de Boskoop, Jonalgold)

3 échalotes

30 g de sucre roux

20 g de raisins secs

2 c.à.s. de miel

Le jus d'1/2 citron vert

1 bâton de cannelle

2 gousses de cardamome

1 clou de girofle

1 c.à.s. de gingembre

2 c.à.s. de vinaigre de Xérès

1 goutte de tabasco

- Faire tremper les raisins dans le vinaigre.
- Dans une casserole, faire fondre à feu doux les pommes préalablement rincées, épluchées et vidées en quartiers.
- Ajouter les échalotes ciselées, le sucre, le jus de citron, le miel et les épices puis les raisins ramollis et le vinaigre.
- Cuire à feu doux et à couvert pendant une vingtaine de minutes tout en remuant de temps en temps.
- Ajouter un filet d'eau si nécessaire et prolonger la cuisson une quinzaine de minutes.
- Retirer le clou de girofle, la cardamome et le bâton de cannelle avant de verser dans des pots.
- Fermer hermétiquement, laisser refroidir et conserver au frais durant une semaine maximum.



Jus de pomme maison

*Pour une bouteille
de jus de pomme*

Temps de préparation : 30 min

Ingrédients

500 g de pommes (Belle de
Boskoop, Bohnapfel, Gala,
Elstar)

1/2 l d'eau

1 sachet de sucre vanillé

1 pincée de cannelle

1/2 citron jaune

- Rincer puis éplucher les pommes.
- Ôter le cœur et les couper en morceaux.
- Les faire cuire 20 min dans l'eau bouillante avec le jus de citron, le sucre vanillé et la cannelle.
- Mixer les pommes cuites avec leur jus.
- Filtrer la pulpe à l'aide d'un chinois ou d'une passoire fine.
- À l'aide d'un entonnoir, transvaser en bouteille en verre.
- Conserver le jus au réfrigérateur 3 jours maximum.



Table des matières

Bienfaits • 4

Consommation • 6

Conservation • 8

Utilisation • 10

Recettes • 14

ENTRÉES

Verrines pommes carottes, vinaigrette miel curry • 16

Burger de pomme verte, tomates, pamplemousse et haddock • 18

GÂTEAUX

Gâteau minute aux pommes et au yaourt • 20

Gâteau anglais pommes et noix de coco • 22

Tarte tatin • 24

DESSERTS INDIVIDUELS

Crumble pommes noix • 26

Petits cheesecakes pommes spéculoos • 28

Cupcakes pommes caramel • 30

Verrines pommes, mascarpone et caramel au beurre salé • 32

GLACES

Sorbet pomme maison « sans sorbetière » • 34

GRIGNOTAGES

Chips de pommes • 36

Pommes d'amour • 38

CONFITURES ET JUS

Confiture de pommes • 40

Chutney de pommes aux échalotes • 42

Jus de pomme maison • 44

Également aux Éditions Ouest-France



Editions OUEST-FRANCE

Lille - Rennes

Éditeur Jérôme Le Bihan

Coordination éditoriale Marine Le Ruyet

Collaboration éditoriale Chloé Le Sech

Conception graphique

Studio graphique des Editions Ouest-France

Photogravure et mise en page Graph&Ti, Rennes (35)

Impression Pollina, Luçon (85)

© 2015, Éditions Ouest-France

Édilarge SA, Rennes

ISBN : 978-2-7373-6813-4

Dépôt légal : septembre 2015

N° d'éditeur : 7917.01.03.09.15