

Betty Bossi

Croustillant à souhait



Le coup de pouce gourmand

Plaque crousti «Vario»

Chère lectrice, cher lecteur,
Nous vous félicitons d'avoir choisi la plaque crousti «Vario». L'équipe développement produits Betty Bossi se met en quatre pour vous proposer des ustensiles de cuisine utiles et innovants avec la fameuse garantie de réussite Betty Bossi. Votre satisfaction est dès lors notre principal objectif. Nous sommes convaincus que la plaque crousti «Vario» saura vous enthousiasmer. Et pour que vous puissiez vous lancer sans attendre, nous avons concocté d'épatantes idées de recettes.

Nous vous laissons au plaisir de confectionner de délicieuses croustades.

Bien cordialement,

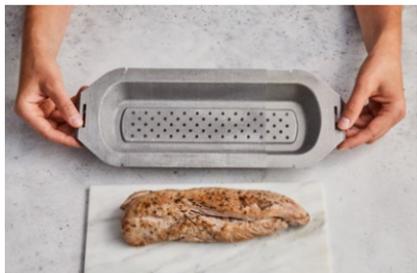
Betty Bossi

Filet mignon de porc au lard	4
Filet Wellington	6
Croustade de poulet aux prunes	8
Saumon en croûte feuilletée	10
Cordon-bleu en croûte	12
Croustade végétarienne	14
Fromage d'Italie California	16



Plaque crousti «Vario» (n° d'art. 25580). Lave-vaisselle interdit. Avant la première utilisation, laver à l'eau chaude additionnée de liquide vaisselle. N'utiliser ni détergent puissant, ni poudre à récurer, ni ouate d'acier.

Mode d'emploi



1 Ajuster la longueur de la plaque crousti à celle de la viande. Dérouler la pâte, fonder la plaque garnie d'une bande de papier cuisson d'env. 5 cm de large, presser un peu.



2 Répartir la farce dans la cavité selon les indications de la recette. Dorer les bords de la pâte avec un peu d'œuf. Rabattre la pâte sur la farce.



3 Fariner l'emporte-pièce et l'enfoncer dans la pâte de chaque côté pour souder les bords. Retirer l'emporte-pièce et déposer la plaque crousti avec son contenu sur la plaque du four. Dorer la pâte avec le reste de l'œuf.

Sauf autre indication, toutes les recettes de cette brochure sont prévues pour 4 personnes.

Température du four

Elle est valable pour la cuisson avec chaleur voûte et sole. Pour les fours à chaleur tournante, abaisser la température indiquée d'env. 20°C. Se référer aux indications du fabricant.

Photo en couverture: Filet Wellington (p. 6)

*Préparation
à l'avance*

Env. ½ journée
avant, garder à couvert
au réfrigérateur.

Filet mignon de porc au lard

 30 min + 30 min au four

Pour la plaque crousti «Vario», garnie d'une bande de papier cuisson d'env. 5 cm de large

1 c. s. de beurre à rôtir	Préchauffer le four à 220° C.
1 filet mignon de porc (d'env. 500 g)	Bien faire chauffer le beurre à rôtir dans une poêle. Saler et poivrer la viande, la saisir sur toutes les faces env. 4 minutes. Retirer, laisser refroidir sur une grille.
½ c. c. de sel	
un peu de poivre	

300 g de poireau	Partager le poireau dans la longueur, puis le couper en julienne. Effeuille le thym. Faire chauffer l'huile dans la même poêle. Faire revenir le poireau et le thym env. 8 min jusqu'à évaporation complète du liquide rendu, saler, laisser refroidir. Incorporer la chapelure.
2 c. c. de thym	
1 c. s. d'huile d'olive	
½ c. c. de sel	
3 c. s. de chapelure	

1 abaisse de pâte feuilletée (d'env. 25 × 42 cm)	Ajuster la longueur de la plaque crousti à celle de la viande. Dérouler la pâte, foncer la plaque préparée, presser un peu (p. 3). Tapisser la cavité de tranches de lard en les faisant se chevaucher. Répartir ⅓ de la garniture au poireau. Déposer le filet mignon, recouvrir avec le reste de la garniture, rabattre le lard par-dessus.
12 tranches de lard à rôtir	

1 œuf	Battre l'œuf. Dorer les bords de la pâte avec un peu d'œuf, rabattre le pan de pâte libre sur la farce, façonner (p. 3). Déposer la plaque crousti avec son contenu sur la plaque du four. Dorer la pâte avec le reste de l'œuf.
--------------	--

Cuisson: env. 30 min tout en bas du four.

Portion (¼): 687 kcal, lip 44 g, glu 33 g, pro 39 g



Filet Wellington

 30 min + 30 min au four  sans lactose

Pour la plaque crousti «Vario», garnie d'une bande de papier cuisson d'env. 5 cm de large
Pour 6 personnes

1 c. s.	de beurre à rôtir	Préchauffer le four à 220° C.
700 g	de filet de bœuf	Bien faire chauffer le beurre à rôtir dans une poêle.
¼	de c. c. de sel	Saler et poïurer la viande, la saisir sur toutes les
un peu	de poivre	faces env. 5 minutes. Retirer, laisser refroidir sur
		une grille.

250 g	de champignons de Paris	Hacher finement les champignons. Faire fondre le
1 c. s.	de beurre à rôtir	beurre à rôtir dans la même poêle, faire revenir
1 c. s.	de jus de citron	les champignons. Ajouter le jus de citron et pour-
1 c. s.	de persil	suire la cuisson jusqu'à évaporation complète
1 c. c.	de feuilles de thym	du liquide rendu. Éloigner la poêle du feu. Ciseler
¼	de c. c. de curry	le persil et le thym, ajouter, assaisonner, laisser
¼	de c. c. de paprika	refroidir.
¼	de c. c. de sel	

1	abaisse de pâte feuilletée (d'env. 25 × 42 cm)	Ajuster la longueur de la plaque crousti à celle de
150 g	de tranches de jambon cru	la viande. Dérouler la pâte, agrandir un peu au
		rouleau, fonder la plaque préparée, presser un peu
		(p. 3). Tapisser la cavité de tranches de jambon
		cru en les faisant se chevaucher. Répartir ⅓ de la
		garniture aux champignons. Déposer le filet
		de bœuf, recouvrir avec le reste de la garniture,
		rabattre le jambon cru par-dessus.

1	œuf	Battre l'œuf. Dorer les bords de la pâte avec un
		peu d'œuf, rabattre le pan de pâte libre sur la
		farce, façonner (p. 3). Déposer la plaque crousti
		avec son contenu sur la plaque du four. Dorer
		la pâte avec le reste de l'œuf.

Cuisson: env. 30 min tout en bas du four.

Portion (%): 401 kcal, lip 21g, glu 18g, pro 35g



Croustade de poulet aux prunes

 30 min + 30 min au four

Pour la plaque crousti «Vario», garnie d'une bande de papier cuisson d'env. 5 cm de large

1 c. s. de beurre à rôtir	Préchauffer le four à 220° C.
4 blancs de poulet (env. 600 g)	Bien faire chauffer le beurre à rôtir dans une poêle. Saler et poivrer le poulet, le saisir sur toutes les faces env. 4 minutes. Retirer, laisser refroidir sur une grille.
¾ de c. c. de sel	
un peu de poivre	

100 g de prunes séchées dénoyautées	Hacher finement les prunes, mélanger avec le fromage frais.
200 g de fromage frais	

1 abaisse de pâte feuilletée (d'env. 25 × 42 cm)	Étirer la plaque crousti à env. 35 cm de longueur. Dérouler la pâte, foncer la plaque préparée, presser un peu (p. 3). Tapiser la cavité de 3 tranches de jambon cru dans le sens de la longueur. Répartir ⅓ de la garniture aux prunes. Déposer les blancs de poulet côte à côte en les faisant se chevaucher, recouvrir avec le reste de la garniture, répartir le reste du jambon cru dessus.
6 tranches de jambon cru	

1 œuf	Battre l'œuf. Dorer les bords de la pâte avec un peu d'œuf, rabattre le pan de pâte libre sur la farce, façonner (p. 3). Déposer la plaque crousti avec son contenu sur la plaque du four. Dorer la pâte avec le reste de l'œuf, marquer légèrement la pâte à l'aide d'une roulette, mais sans la trancher complètement.
--------------	--

Cuisson: env. 30 min tout en bas du four.

Portion (¼): 722 kcal, lip 40 g, glu 41 g, pro 51 g



Saumon en croûte feuilletée

 30 min + 30 min au four

Pour la plaque crousti «Vario», garnie d'une bande de papier cuisson d'env. 5 cm de large

4	cœurs de filet de saumon sans la peau (d'env. 150 g)	Préchauffer le four à 220° C. Saler et poivrer les filets de saumon. Bien essorer les épinards, saler et poivrer.
¾	de c. c. de sel	
un peu	de poivre	
300 g	d'épinards surgelés, décongelés	
½ c. c.	de sel	
un peu	de poivre	
1	abaisse de pâte feuilletée (d'env. 25 × 42 cm)	Étirer la plaque crousti à env. 35 cm de longueur. Dérouler la pâte, foncer la plaque préparée, presser un peu (p. 3). Éparpiller les amandes dans la cavité, répartir les épinards dessus. Superposer les filets de saumon deux par deux, les poser côte à côte sur les épinards, répartir le fromage frais dessus.
3 c. s.	d'amandes mondées moulues	
140 g	de fromage frais (p. ex. Cantadou au raifort)	
1	œuf	Battre l'œuf. Dorer les bords de la pâte avec un peu d'œuf, rabattre le pan de pâte libre sur la farce, façonner (p. 3). Déposer la plaque crousti avec son contenu sur la plaque du four. Dorer la pâte avec le reste de l'œuf, décorer d'un peu de sésame.
un peu	de graines de sésame noir	

Cuisson: env. 30 min tout en bas du four.

Portion (¼): 809 kcal, lip 58 g, glu 28 g, pro 42 g



Cordon-bleu en croûte

 30 min + 30 min au four  sans lactose

Pour la plaque crousti «Vario», garnie d'une bande de papier cuisson d'env. 5 cm de large

100 g de gruyère	Préchauffer le four à 220° C.
1 oignon	Râper grossièrement le gruyère, hacher finement l'oignon. Égoutter les tomates, les couper en lanières. Déchirer la roquette et la mélanger avec tous les ingrédients dans un bol.
80 g de tomates séchées à l'huile	
20 g de roquette	
<hr/>	
4 escalopes de porc prises dans le cuissot (d'env. 150 g)	Aplatir les escalopes de porc.
<hr/>	
1 abaisse de pâte feuilletée (d'env. 25 × 42 cm)	Étirer la plaque crousti à env. 35 cm de longueur. Dérouler la pâte, foncer la plaque préparée, presser un peu (p. 3). Répartir la chapelure dans la cavité.
40 g de chapelure	Étaler les escalopes de porc dessus en les faisant se chevaucher. Recouvrir de jambon et de garniture au gruyère, rabattre les escalopes par-dessus.
120 g de jambon de campagne	
<hr/>	
1 œuf	Battre l'œuf. Dorer les bords de la pâte avec un peu d'œuf, rabattre le pan de pâte libre sur la farce, façonner (p. 3). Déposer la plaque crousti avec son contenu sur la plaque du four. Dorer la pâte avec le reste de l'œuf, l'entailler légèrement avec un couteau tranchant.
<hr/>	
Cuisson: env. 30 min tout en bas du four.	

Portion (%): 818 kcal, lip 48 g, glu 38 g, pro 57 g



Croustade végétarienne

 30 min + 30 min au four  végétarien

Pour la plaque crousti «Vario», garnie d'une bande de papier cuisson d'env. 5 cm de large

1 boîte de pois chiches (d'env. 400 g)	Préchauffer le four à 220° C.
2 gousses d'ail	Rincer les pois chiches et bien les égoutter, mixer en une fine purée avec l'ail.

250 g de courgettes	Râper grossièrement les courgettes, émietter la feta. Hacher finement les olives. Faire dorer les pignons à sec dans une poêle antiadhésive, incorporer à la purée de pois chiches avec courgettes, feta et olives, saler, poivrer.
200 g de feta	
50 g d'olives noires	
2 c. s. de pignons	
1½ c. c. de sel	
un peu de poivre	

1 abaisse de pâte feuilletée (d'env. 25 × 42 cm)	Étirer la plaque crousti à env. 35 cm de longueur. Dérouler la pâte, fonder la plaque préparée, presser un peu (p. 3). Répartir la farce de feta-courgettes dans la cavité.
--	---

1 œuf	Battre l'œuf. Dorer les bords de la pâte avec un peu d'œuf, rabattre le pan de pâte libre sur la farce, façonner (p. 3). Déposer la plaque crousti avec son contenu sur la plaque du four. Dorer la pâte avec le reste de l'œuf.
--------------	--

Cuisson: env. 30 min tout en bas du four.

Portion (¼): 590 kcal, lip 39 g, glu 39 g, pro 21 g



Fromage d'Italie California

🕒 30 min + 30 min au four

Pour la plaque crousti «Vario», garnie d'une bande de papier cuisson d'env. 5 cm de large

1 boîte de grains de maïs (d'env. 140 g)
2 concombres au vinaigre
2 c. s. de persil plat
50 g d'amandes mondées moulues
750 g de chair à saucisse de veau

Préchauffer le four à 220°C. Égoutter le maïs, hacher finement les concombres, ciseler le persil. Incorporer le tout à la chair à saucisse avec les amandes.

1 abaisse de pâte feuilletée (d'env. 25 x 42 cm)
3 c. s. d'amandes mondées moulues

Étirer la plaque crousti à env. 35 cm de longueur. Dérouler la pâte, foncer la plaque préparée, presser un peu (p. 3). Répartir les amandes dans la cavité, recouvrir de chair à saucisse.

1 œuf

Battre l'œuf. Dorer les bords de la pâte avec un peu d'œuf, rabattre le pan de pâte libre sur la farce (p. 3). Déposer la plaque crousti avec son contenu sur la plaque du four. Dorer la pâte à l'œuf, l'entailler légèrement avec un couteau tranchant.

Cuisson: env. 30 min tout en bas du four.

Portion (%) : 978 kcal, lip 78 g, glu 34 g, pro 34 g

