

Rissoles

MINItravail – MAXIrésultat



Betty Bossi

Chers «fans du rissol'vit»

En 1994 le rissol'vit fait une entrée fracassante dans les cuisines d'innombrables fans de Betty Bossi et devient très vite l'un de nos grands classiques. Et le voilà enfin, **le nouveau rissol'vit «MiniMaxi»!** Le but clairement défini lors du développement du nouveau rissol'vit «MiniMaxi» était le suivant: un travail **mini**-mum pour un **maximum** de régal! Avec ce rissol'vit utilisable des deux côtés, vous pouvez désormais au gré de vos envies façonner 5 grandes rissoles ou 10 petites, sucrées ou salées.

En juin 2012, Betty Bossi a lancé sur sa page Facebook un concours de rissoles. Sucrées ou salées, classiques ou plus originales. Tous les fans de Betty Bossi passionnés de rissoles pouvaient envoyer leurs créations personnelles. Et parmi les innombrables recettes que nous avons reçues, nous avons choisi les plus créatives. Nous les avons retranscrites dans le langage de Betty Bossi, testées, et réunies dans le présent recueil. Vous y trouverez de nombreuses idées d'amuse-bouche, de petits desserts, de quatre-heures sucrés, mais aussi de soupers salés. Bref des rissoles pour toutes les occasions! Les noms des gagnants figurent à la page 16. Passez de bons moments gourmands avec votre nouveau rissol'vit «MiniMaxi»!

Bien cordialement



Le rissol'vit «MiniMaxi» (n° d'art. 24660) comporte deux parties démontables en matière synthétique. Avant la première utilisation, nettoyer à l'eau chaude et un détergent vaisselle. Les deux parties passent au lave-vaisselle.



Sommaire

Douceur

Rissoles strudel	4
Rissoles massepain-rhubarbe	4
Rissoles aux abricots	4
Rissoles figues-Baileys	4
Rissoles au citron	6
Rissoles aux amaretti	6
Rissoles banane-choco	6
Rissoles choco-piment	6

Viande

Rissoles tarte flambée	8
Rissoles papet vaudois	8
Rissoles jambon-poireau	8
Rissoles à la choucroute	8
Rissoles au cervelas	8
Rissoles à la charcutière	10
Rissoles aux asperges	10
Rissoles à l'asiatique	10
Rissoles poulet-curry	10
Rissoles lard-avocat	10

Fromage / Poisson

Rissoles épinards-gorgonzola	12
Rissoles aux crevettes	12
Rissoles au poisson	12
Rissoles parmesan-pruneaux secs	12
Rissoles au chèvre frais	12

Végétarien

Rissoles aux champignons	14
Rissoles courge-aubergine	14
Rissoles caprese	14
Rissoles aux courgettes	14
Rissoles carottes-sésame	14

Idées de farces rapides

Avec cœur coulant en chocolat	16
Framboises-massepain	16
Mangue	16
Caramel	16
Saucisse de Vienne	16
Lard-dattes	16
Feta-fines herbes	16
Peperoncini	16



Le tour est joué !

1. Voici comment faire passer le risso'l'vit de mini à maxi et inversement: écarter légèrement avec les pouces les deux côtés du couvercle fermé, soulever le couvercle et le déloger du support. Retourner la partie inférieure et replacer le couvercle par le haut dans le support.

Farcir et façonner les rissoles

2. Couper la pâte en deux dans le sens de la longueur et poser une moitié sur le risso'l'vit ouvert. Presser délicatement la pâte avec la paume de la main. Dorer à l'œuf. Répartir dans les cavités la moitié de la farce préparée, refermer le risso'l'vit.

3. Fermer le couvercle en pressant avec les deux mains. Faire des mouvements de va-et-vient jusqu'à ce que les bords bleus soient bien visibles.

4./5. Ouvrir le couvercle et sortir les rissoles une à une (photo 1) ou bien retirer le couvercle et retourner la partie inférieure (photo 2). Etaler les rissoles sur une plaque chemisée de papier cuisson. Dorer les rissoles à l'œuf et décorer selon goût.

Cuisson: env. 12 min au milieu du four préchauffé à 220°C tournante 200°C). Laisser ensuite refroidir un peu sur une grille.

Quantité indiquée/Valeurs nutritionnelles: Toutes les recettes sont calculées pour 10 grandes rissoles ou 20 petites. Les valeurs nutritionnelles correspondent à 1 grande rissole ou à 2 petites.

Pâte: Le risso'l'vit MiniMaxi est conçu pour toutes les abaisses rectangulaires du commerce d'env. 25 x 42 cm: pâte feuilletée et pâte à gâteau.

Conseil: Toujours travailler la pâte bien refroidie.

Douceurs

Rissoles strudel

- 180 g de **pommes**, pelées, râpées finement
- 2 c. s. de **noisettes moulues**
- 1 c. s. de **raisins secs foncés**
- 1 c. s. de **sucre**
- 1 c. c. de **jus de citron**

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Avant d'enfourner, entailler le dessus des rissoles avec des ciseaux.

Pièce: 111 kcal, pro 2 g, glu 13 g, lip 6 g

Rissoles massepain-rhubarbe

- 80 g de **pâte d'amandes**
- 60 g de **rhubarbe**, hachée grossièrement
- 20 g de **biscuits à la cuiller**, écrasés
- 1 **jaune d'œuf**
- 1 p. de **couteau de cannelle**

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Avant d'enfourner, dorer les rissoles à l'œuf, décorer de **rhubarbe** coupées en tranches fines.

Pièce: 133 kcal, pro 3 g, glu 15 g, lip 7 g

Rissoles aux abricots

- 70 g d'**abricots dénoyautés**, hachés finement
- 60 g d'**amandes moulues**
- 1 c. s. de **sucre**
- 2 c. s. de **confiture d'abricot**
- 1 sachet de **sucre vanillé**

Mélanger tous les ingrédients

Décorer: Avant d'enfourner, dorer les rissoles à l'œuf, décorer d'**amandes effilées**.

Pièce: 138 kcal, pro 3 g, glu 15 g, lip 8 g

Rissoles figues-Baileys

- 150 g de **figues fraîches**, pelées, écrasées
- 40 g de **biscuits à la cuiller**, écrasés
- 1 c. s. de **sucre**
- ½ c. s. de **Baileys**

Mélanger tous les ingrédients.

- 30 g de **sucre glace**
- 2 c. c. de **Baileys**

Décorer: Mélanger le sucre glace et le Baileys en décorer les rissoles refroidies.

Pièce: 133 kcal, pro 2 g, glu 17 g, lip 5 g

Rissoles figues-Baileys



Rissoles strudel



Douceurs

Rissoles au citron

100 g de **lemon curd**
60 g d'**amandes moulues**
2 c. s. de **maïzena**
1 c. s. de **miel liquide**

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Avant d'enfourner, dorer les rissoles à l'œuf, décorer d'un peu de **zeste de citron râpé**.

Pièce: 167 kcal, pro 3 g, glu 19 g, lip 9 g

Rissoles aux amaretti

80 g de **ricotta**
80 g d'**amaretti**, écrasés
40 g de **cerises séchées**,
hachées finement
quelques **gouttes d'arôme d'amande amère**
(Dr. Oetker)

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Poudrer les rissoles refroidies de **sucre glace**.

Pièce: 148 kcal, pro 4 g, glu 16 g, lip 8 g

Rissoles banane-choco

120 g de **banane**, écrasée
25 g de **pépites de chocolat**
5 c. s. de **noix de coco râpée**
1 c. s. de **sucre**

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Après cuisson au four, badigeonner les rissoles d'un glaçage au sucre, décorer de **pépites de chocolat**.

Pièce: 136 kcal, pro 2 g, glu 15 g, lip 8 g


Rissoles choco-piment

100 g de **chocolat noir**, haché finement
10 g de **zwiebacks**, écrasés
3 c. s. de **miel liquide**
1 c. s. de **lait**
 $\frac{1}{2}$ **piment**, épépiné, haché finement

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Après cuisson au four, décorer les rissoles d'un **glaçage foncé fondu**.

Pièce: 146 kcal, pro 2 g, glu 21 g, lip 8 g



Rissoles choco-piment

Rissoles au citron

Viande

Recette en couverture

Rissoles tarte flambée

- 80 g de crème fraîche
- 3 c. s. de chapelure
- 10 g de lard paysan, coupé finement
- 1 petit oignon, haché finement
- 1 jaune d'œuf

1 pincée de sel, un peu de poivre

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Avant d'enfourner, badigeonner d'eau les rissoles, décorer de tranches de lard.

Pièce: 135 kcal, pro 3 g, glu 12 g, lip 9 g

Rissoles papet vaudois

- 50 g de poireau, en julienne
- 4 c. s. de flocons de pommes de terre (p. ex. Stocki)
- 3 c. s. de crème
- 1 pincée de sel, un peu de poivre
- 1 saucisse de porc, en 20 rondelles

Mélanger tous les ingrédients jusqu'au poivre compris, répartir dans les cavités de pâte. Déposer les rondelles de saucisse sur la farce.

Décorer: Avant d'enfourner, dorer les rissoles à l'œuf, décorer avec les chutes de pâte.

Pièce: 137 kcal, pro 4 g, glu 12 g, lip 8 g

Rissoles jambon-poireau

- 80 g de jambon, haché finement
- 50 g de poireau, coupé très finement
- 50 g de cottage-cheese
- 1 c. c. de moutarde

1 pincée de sel, un peu de poivre

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Avant d'enfourner, entailler les rissoles avec des ciseaux.

Pièce: 100 kcal, pro 4 g, glu 10 g, lip 5 g

Rissoles à la choucroute

- 80 g de choucroute cuite, hachée finement
- 25 g de gendarme, coupé finement
- 2 c. s. de gruyère râpé
- 60 g de fromage frais double crème (Philadelphia)

1 pincée de sel et autant de sucre

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Avant d'enfourner, dorer les rissoles à l'œuf, décorer de gruyère râpé.

Pièce: 123 kcal, pro 3 g, glu 10 g, lip 8 g

Rissoles au cervelas

- 1 cervelas, pelé, haché finement
- 25 g de cornichons, hachés finement
- 2 c. s. de sbrinz râpé
- 2 c. s. de séré à la crème
- 1 c. s. de moutarde à l'ancienne
- ¼ c. c. de paprika

1 pincée de sel

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Avant d'enfourner, dorer les rissoles à l'œuf, décorer de cervelas en rondelles.

Pièce: 136 kcal, pro 4 g, glu 10 g, lip 9 g



Rissoles tarte flambée

Viande

Rissoles à la charcutière

- 100 g de **chair à saucisse de veau**
- 20 g de **champignons de Paris**, hachés finement
- 1 **échalote**, hachée finement
- 1 **gousse d'ail**, pressée
- 4 c. s. de **gruyère râpé**
- 1 p. de **couteau de poivre de Cayenne**
- 1 pincée de **sel**, un peu de **poivre**

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Avant d'enfourner, dorer les rissoles à l'œuf, décorer d'**échalote** en tranches fines, arroser d'un filet d'huile d'olive.

Pièce: 128 kcal, pro 4 g, glu 10 g, lip 9 g

Rissoles aux asperges

- 100 g d'**asperges vertes**, réserver les pointes pour le décor, hacher le reste très finement.
- 1 **œuf dur**, haché finement
- 40 g de **jambon cru**, coupé finement
- 2 c. s. de **fromage frais double crème** (Philadelphia)
- 1 pincée de **sel**, un peu de **poivre**

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Dorer les rissoles à l'œuf, décorer avec les **pointes d'asperges** réservées, coupées en tranches minces.

Pièce: 114 kcal, pro 4 g, glu 10 g, lip 7 g

Rissoles à l'asiatique

- 130 g **viande de porc hachée**
- 1 **petit oignon rouge**, haché finement
- 1 c. s. de **coriandre**, coupée grossièrement
- 1½ c. s. de **sauce soja**
- 2 c. c. de **gingembre**, râpé finement
- 1 c. c. de **jus de citron**
- 1 pincée de **sel**

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Avant d'enfourner, dorer les rissoles à l'œuf, décorer de **pluches de coriandre**.

Pièce: 116 kcal, pro 5 g, glu 10 g, lip 7 g

Rissoles poulet-curry

- 1 **blanc de poulet** (env. 150 g), coupé très finement
- 40 g de **morceaux de pommes séchées**, hachés finement
- ½ c. s. de **sauce soja**
- 2 c. c. de **curry doux**
- ¼ de c. c. de **sel**
- 1 c. c. de **jus de citron**

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Avant d'enfourner, dorer les rissoles à l'œuf, décorer avec un peu de **curry**.

Pièce: 115 kcal, pro 5 g, glu 12 g, lip 5 g


Rissoles lard-avocat

- 80 g de **lard paysan**, coupé finement
- 80 g d'**avocat**, écrasé
- 1 **petite tomate**, épépinée, en petits dés
- quelques **gouttes de Tabasco rouge**

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Après cuisson au four, décorer les rissoles d'**avocat** en tranches minces.

Pièce: 138 kcal, pro 3 g, glu 10 g, lip 3 g



Rissoles à l'asiatique

Rissoles aux asperges

Fromage / Poisson

Rissoles épinards-gorgonzola

80 g d'épinards en branches surgelés, dégelés, essorés, hachés finement
60 g de poire, coupée très finement
50 g de gorgonzola, émietté
1 gousse d'ail, pressée

¼ de c. c. de sel
un peu de poivre et de muscade

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Avant d'enfourner, dorer les rissoles à l'œuf, décorer d'ail en lamelles, badigeonner d'huile d'olive.

Pièce: 110 kcal, pro 3 g, glu 10 g, lip 7 g

Rissoles aux crevettes

100 g de crevettes crues décortiquées, hachées finement
50 g de filet de cabillaud, haché finement
25 g de poivron jaune, coupé très finement
2 c. s. de noix de coco râpée
1 c. s. de nuoc mam
½ c. c. de cassonade
½ c. c. de sambal oelek
1 pincée de sel

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Avant d'enfourner, dorer les rissoles à l'œuf, décorer de poivron en lanières.

Pièce: 113 kcal, pro 5 g, glu 10 g, lip 6 g

Rissoles au poisson

120 g de saumon, haché finement
50 g de demi-crème à sauce
1 c. s. de câpres, hachées finement
2 c. c. de pâte de wasabi
1 pincée de sel

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Avant d'enfourner dorer, les rissoles à l'œuf, décorer de câpres hachées grossièrement.

Pièce: 116 kcal, pro 5 g, glu 10 g, lip 3 g

Rissoles parmesan-pruneaux secs

80 g de ricotta
50 g de parmesan râpé
50 g de pruneaux secs dénoyautés, hachés grossièrement
1 c. s. de maïzena
2 c. c. de crema di balsamico
1 pincée de sel, un peu de poivre

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Avant d'enfourner, dorer les rissoles à l'œuf, décorer d'un peu de crema di balsamico.

Pièce: 135 kcal, pro 5 g, glu 13 g, lip 8 g

Rissoles au chèvre frais

140 g de fromage de chèvre frais (p. ex. Chavroux)
30 g de cerneaux de noix, grillés, grossièrement hachés
1 c. s. de farine à knöpfli
½ c. s. de miel liquide
un peu de poivre

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Après cuisson au four, décorer les rissoles de miel liquide.

Pièce: 157 kcal, pro 4 g, glu 11 g, lip 11 g



Rissoles au chèvre frais

Rissoles aux crevettes



Végétarien

Rissoles aux champignons

- 1 c. s. d'**huile d'olive**
- 1 **échalote**, hachée finement
- 1 **gousse d'ail**, pressée
- 150 g de **champignons de Paris**, hachés finement
- 50 g de **fromage frais** (p. ex. Cantadou aux herbes)
- 1 c. c. de **feuilles de thym**
- 2 pincées de **sel**, un peu de **poivre**

Faire chauffer l'huile dans une casserole, faire revenir env. 4 min tous les ingrédients jusqu'aux champignons compris, laisser refroidir. Incorporer le reste des ingrédients.

Décorer: Avant d'enfourner, dorer les rissoles à l'œuf, décorer de **champignons de Paris** en tranches fines badigeonnées d'huile.

Pièce: 118 kcal, pro 2 g, glu 10 g, lip 8 g

Rissoles courge-aubergine

- 80 g de **courge**, en morceaux, étuvée, écrasée
- 80 g d'**aubergine**, en brunoise, étuvée
- 1 **petite gousse d'ail**, pressée
- 2 c. s. de **flocons d'avoine**
- 2 c. s. de **raisins secs foncés**, hachés finement
- 4 **olives vertes dénoyautées**, hachées finement
- 1 c. c. de **concentré de tomate**
- 1 pincée de **sel**, un peu de **poivre**

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Avant d'enfourner, dorer les rissoles à l'œuf, décorer d'**olives** en tranches minces.

Pièce: 106 kcal, pro 2 g, glu 13 g, lip 6 g

Rissoles caprese

- 110 g de **tapenade di Pomodoro**
- 40 g de **chapelure**
- 2 c. s. de **basilic**, coupé finement
- 1 pincée de **sel**, un peu de **poivre**

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Après cuisson au four, décorer les rissoles avec des **billes de mozzarella** et du **basilic**.

Pièce: 132 kcal, pro 2 g, glu 13 g, lip 8 g

Rissoles aux courgettes

- 120 g de **courgettes**, râpées finement
- 50 g de **pignons**, grillés, hachés grossièrement
- 1 c. s. de **persil plat**, coupé finement
- 1 **citron bio**, un peu de zeste râpé
- ¼ de c. c. de **sel**, un peu de **poivre**

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Avant d'enfourner, dorer les rissoles à l'œuf, décorer de **courgette** en tranches fines badigeonnées d'huile d'olive.

Pièce: 124 kcal, pro 4 g, glu 10 g, lip 7 g


Rissoles carottes-sésame

- 180 g de **carottes**, en morceaux, étuvées, écrasées
- quelques **gouttes d'huile de sésame**
- ¼ de c. c. de **sel**, un peu de **poivre**

Mélanger tous les ingrédients.

Décorer: Avant d'enfourner, dorer les rissoles à l'œuf, décorer de **sésame**.

Pièce: 96 kcal, pro 2 g, glu 10 g, lip 6 g



Rissoles aux courgettes

Rissoles carottes-sésame

Idées de farces rapides

Avec cœur coulant en chocolat Chocolat noir ou
branche au chocolat

Framboises-massepain Framboises fraîches et pâte d'amandes

Mangue Mangue avec cannelle ou cardamome

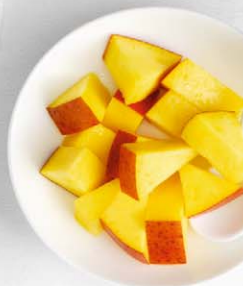
Caramel Caramels mous

Saucisse de Vienne Saucisse de Vienne avec moutarde

Lard-dattes Dattes avec lard paysan

Feta-fines herbes Feta avec olives et thym

Peperoncini Gousses farcies de feta (p. ex. cornes du diable)



Merci beaucoup!

Ariane Lambiel Trutet, Michel Laure, Sabrina Leppin, Dania Leuthard-Dubacher, Melanie Lichtensteiger, Liora Lilienfeld, Francesca Logiurato, Anne-Carole Luisier, Brigitte Luisier, Brigitte Marti, Florence Martin, Michèle Mascetti-Hufschmid, Alexandra Mathieu, Franziska Matt, Marianne Meer, Patrizia Merki-Egli, Brigitte Metrailler, Simone Michel, Jennyfer Miller, Regula Mognetti, Céline Monney, Angela Mosimann, Laurent Mudry, Elodie Neier, Theres Nussbaumer, Denise Ochsner, Priska Ochsner, Laeticia Pannatier, Erina Pastore-Realini, Julie Pesan, Deborah Pestalozzi, Mireille Peyer, Rahel Pfister Hohl, Alexandra Pfister-Melis, Nadine Portmann, Béatrice Quartenoud, Nicole Richter-Lenherr, Katharina Rippstein, Petra Ristic, Miriam Rohner, Edna Salihi, Cornelia Scherer-Bissig, Christine Schmid, Claudia Schöll, Ursula Schweizer, Bruno Seeholzer, Rahel Seeholzer, Lisa Sengül, Annelies Siegrist, Janine Sonderegger, Jolana Sonetto, Jeanine Soriano, Kaspar Stämpfli, Nicole Staub, Brigitte Staubli, Kathrin Stauffer, Ramona Steinauer, Bernhard Stöckli, Dora Strebel, Marina Suter, Ruth Divyvam Täschler, Franziska Teucher, Sonja Thönen, Isabelle Thürlemann, Suzanne Tscherry, Hortense Van den Eede, Heidi Vögeli, Ursi Vogt, Petra von Atzigen, Ursula von Gunten, Janine Waser, Monika Wehrmüller, Michelle Wulff, Selina Wyss, Tatjana Zaugg, Rahel Zesiger, Margrith Zünd, Marianne Zürcher, Karin Zweifel

