



BORA

RECETTES
FACILES POUR
BORA X BO



**CROUSTILLANTES
TENDRES
JUTEUSES**

Nos recettes faciles au four
à vapeur professionnel.

SAUMON SUR SALADE CONCOMBRES-RADIS

POUR LA SALADE CONCOMBRES-RADIS

- 12 radis
- 2 mini-concombres
- 100 ml vinaigre de vin blanc
- 1 c. à c. sucre de canne brut
- ½ c. à c. sel de mer
- ¼ botte aneth

POUR LE SAUMON

- 4 filets de saumon ou de truite saumonée (de 150 g, avec la peau)
- 1 c. à s. sel de mer
- 1 citron
- 2 petites échalotes
- 4 c. à c. huile d'olive

POUR LA PRÉSENTATION

- 8 feuilles de menthe

AUTRES

appareil et sachet de cuisson sous vide





SALADE CONCOMBRES-RADIS

Essuyer les radis et les concombres, les laver et les découper en fines rondelles. Mettre le tout dans un saladier. Dans un bol, mélanger le vinaigre, le sucre et le sel. Verser la marinade sur les concombres et les radis en rondelles. Laver l'aneth, l'essorer, le hacher grossièrement et l'ajouter à la salade. Remuer le tout et réserver pendant au moins 1 h.

SAUMON

Pendant ce temps, saler le saumon sur toutes ses faces. Laver le citron à l'eau chaude, l'éponger et l'éplucher et découper la peau en quatre lamelles. Éplucher les échalotes et les émincer. Placer chaque filet de poisson dans un sachet de cuisson sous vide avec une cuillère à café d'huile d'olive, une lamelle de peau de citron, et quelques morceaux d'échalote émincée. Mettre les sachets sous vide et laisser reposer au moins 30 min (idéalement jusqu'à 24 h) au réfrigérateur.

Placer les sachets de cuisson sous vide sur le plat de cuisson perforé et faire cuire le tout 15 min au four X BO (43°, programme spécial « Cuisson sous vide »). Puis, sortir les filets de saumon et les éponger avec de l'essuie-tout.

Faire chauffer un peu d'huile d'olive dans une poêle. Y faire dorer le poisson sur la peau à feu moyen pendant 1 min, le retourner et compléter la cuisson pendant 30 secondes.

PRÉSENTATION

Laver la menthe, l'essorer et l'effeuiller. Disposer le poisson sur la salade concombres-radis, agrémenter de feuilles de menthe et servir.



Accéder à la recette
en vidéo.

- POUR LE CÉLERI**
- 1 céleri
 - 15 ml huile de sésame
 - 15 ml huile d'olive
 - 30 g épices pour chawarma
(ou épices pour gyros)
 - sel de mer
 - poivre fraîchement moulu

- POUR LE
TZATSIKI**
- 1 concombre
 - 1 gousse d'ail
 - 30 g aneth
 - 5 feuilles de menthe
 - 400 g yaourt grec
 - huile d'olive
 - sel de mer

**MÉLANGE D'ÉPICES POUR
CHAWARMA MAISON :**

- 1 c. à c. piment en poudre
- 2 c. à c. cumin moulu
- 2 c. à c. paprika doux
- 2 c. à c. ail en poudre
- 1 c. à c. origan séché
- ½ c. à c. poivre fraîchement moulu



GYROS DE CÉLERI-RAVE AU TZATZIKI



Préparation : 30 min · Cuisson : 10 min · Repos : 30 min · pour 4 personnes

CÉLERI

Laver le céleri et le peler sans lésiner. Le découper en huit morceaux de taille similaire. À l'aide d'une mandoline ou d'un couteau bien aiguisé, détailler les morceaux en tranches de 4 mm d'épaisseur.

Dans un saladier, mélanger le céleri avec l'huile de sésame et l'huile d'olive. Ajouter les épices, bien mélanger et laisser reposer le céleri 30 min dans la marinade. Puis, répartir les tranches sur la plaque universelle et les faire cuire 10 min au four X BO (230°/0 % d'humidité).

TZATZIKI

Éplucher le concombre et le râper. Écaler l'ail et le hacher en dés fins. Laver l'aneth et la menthe, et les essorer. Effeuille l'aneth et la hacher finement avec la menthe. Mélanger le tout avec le yaourt grec et assaisonner avec un peu d'huile d'olive et de sel marin. Servir le céleri avec la sauce.

L'ASTUCE DES PROS

Cette recette se mariera à merveille avec un pain plat maison fraîchement cuit (p. 147). Elle peut également être associée à une laitue iceberg ou romaine.



CRÈME BRÛLÉE À LA NOIX DE COCO ET ANANAS

Préparation : 12 min · Cuisson : 1 h 6 min · pour 4 personnes

POUR LA CRÈME BRÛLÉE

- 1 citron vert
- 4 jaunes d'œuf (taille M)
- 400 g yaourt au lait de coco
- 50 g sucre de fleur de coco
- 40 g sucre de canne brut

POUR L'ANANAS GRILLÉ

- 1 ananas baby
- 60 ml huile de coco
- 40 g sucre de canne brut
- 4 feuilles de menthe

AUTRES

- 4 ramequins
(Ø env. 8 cm, hauteur 5 cm)
- chalumeau

CRÈME BRÛLÉE

Laver le citron vert à l'eau chaude, le sécher et râper le zeste. Mélanger les jaunes d'œuf avec le zeste de citron vert, le yaourt au lait de coco et le sucre de fleur de coco. Remplir les ramequins avec le mélange, les placer sur le plat de cuisson perforé et les faire cuire à la vapeur dans le four X BO préchauffé (programme automatique « Crème brûlée »). Les sortir et les laisser refroidir. Saupoudrer la surface de sucre de canne brut et caraméliser le tout au chalumeau.

ANANAS GRILLÉ

Éplucher l'ananas baby et le détailler en morceaux de 1 cm. Graisser la plaque universelle à l'huile de coco, y répartir les morceaux d'ananas, saupoudrer de sucre et faire cuire 6 min au four X BO (200°/-100 % d'humidité). Laver les feuilles de menthe, les essorer, les hacher finement et les mélanger avec les morceaux d'ananas grillé. Servir avec la crème brûlée.

L'ASTUCE DES PROS

Si la crème brûlée préparée doit être réservée au réfrigérateur, il est recommandé de la sortir une heure avant de servir.

CUISINER FACILEMENT AVEC LE FOUR À VAPEUR PROFESSIONNEL BORA X BO.



Une cuisine digne de la haute gastronomie : avec BORA X BO, c'est facile et rapide. Avec plus de 70 recettes élaborées pour le quotidien, cet ouvrage propose des plats traditionnels de toutes les régions du monde, de la bavette marinée à l'onsen tamago, en passant par le fondant au chocolat, à préparer dans notre four à vapeur professionnel. Découvrez également les précieuses astuces des experts de BORA, pour parfaire votre plaisir de cuisiner.

Un livre de recettes pour enrichir le quotidien de recettes saines et délicieuses. Laissez-vous inspirer par la nouveauté au jour le jour !