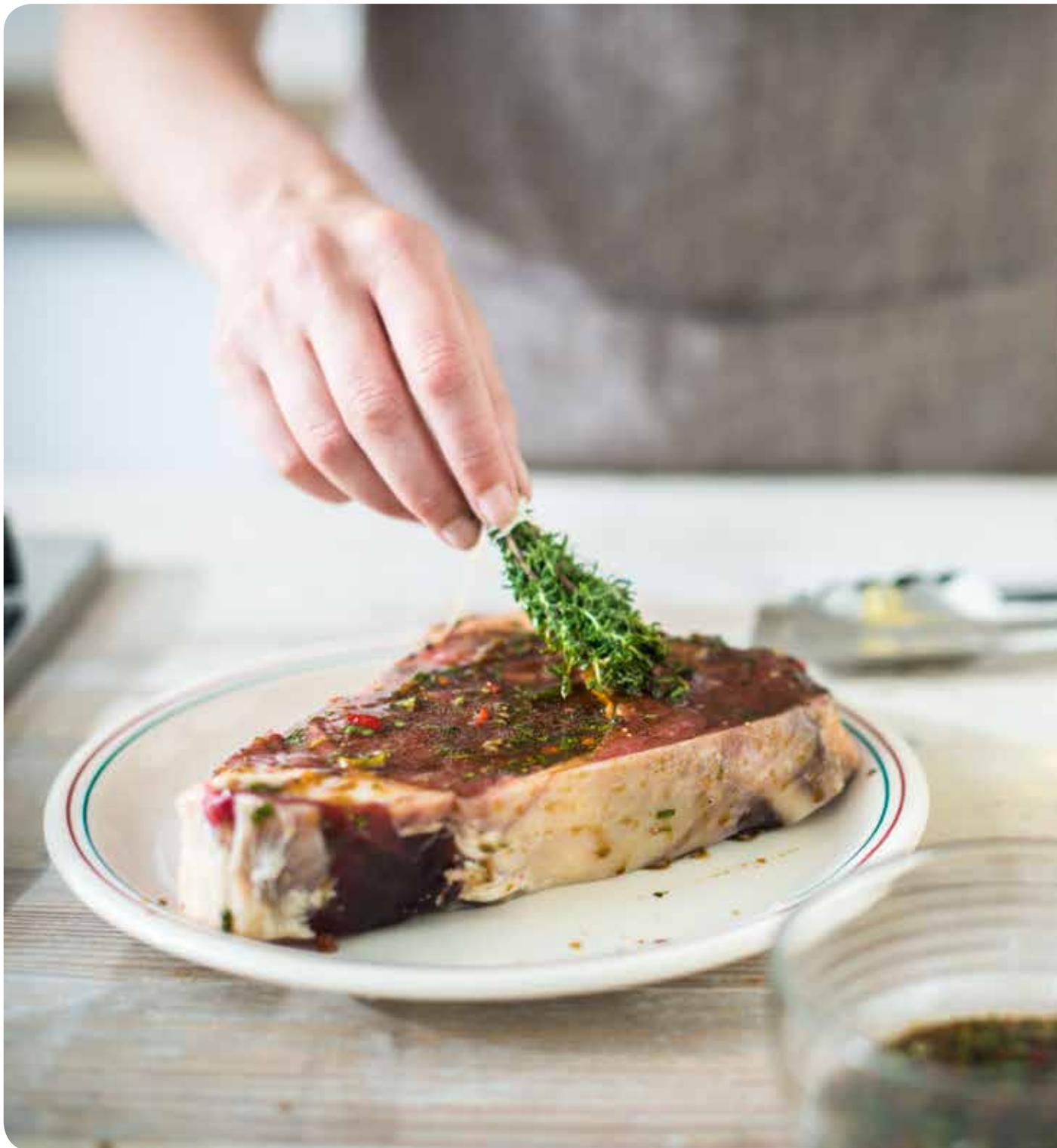




L'huile fait des merveilles.

**UN PEU
D'INSPIRATION
AVEC NOS
RECETTES**





CONTREFILET DRY AGED MARINÉ

INGRÉDIENTS

Contrefilet de bœuf	Zestes de citron
Poivre noir du moulin	Piments
Gros sel marin	Huile Vandemoortele
Herbes au choix	Cuire & Rôtir

PRÉPARATION

1. Hachez finement les piments (enlever les graines de ceux-ci) et mélangez-les avec les zestes de citron et l'huile Vandemoortele Cuire & Rôtir.
2. Assaisonnez avec le poivre noir, le gros sel et les herbes de votre choix.
3. Laissez mariner votre steak pendant plusieurs heures avant de le saisir à la poêle.



BOULETTES DE VIANDE

INGRÉDIENTS

1 kg de viande hachée	1 càc de moutarde
1 oeuf	4 échalotes coupées finement
2 biscottes émiettées	Noix de muscade
1 poignée de persil haché finement	Sel et poivre
Quelques grains de poivre rose concassés	2 càs d'huile
1 gousse d'ail pressée	Vandemoortele Cuire & Rôtir

PRÉPARATION

1. Mettez tous les ingrédients – sauf l'huile – dans un grand récipient ou un robot de cuisine et mélangez bien.
2. Roulez des boulettes suivant l'épaisseur souhaitée.
3. Laissez reposer ½ h au frigo.
4. Cuisez les boulettes de viande dans l'huile Vandemoortele Cuire & Rôtir à feu moyen pendant 5 à 10 minutes, en fonction de l'épaisseur.



GIGOT D'AGNEAU AU VIN ROUGE

INGRÉDIENTS

4 gousses d'ail pressées	1 bouteille de vin rouge
1 càs de thym	1 gigot d'agneau désossé
1 càs d'origan	6 càs d'huile
2 càs de jus de citron	Vandemoortele Cuire
Sel	& Rôtir
Poivre du moulin	

PRÉPARATION

1. Préparez la marinade en mélangeant l'huile, l'ail, le thym, l'origan, le jus de citron, le sel et le poivre. Séparez le mélange en 2 parts égales. Réservez une part. Incorporez le vin à l'autre. Faites mariner le gigot dans ce mélange durant toute une nuit au frigo.
2. Faites préchauffer le four à 220°C.
3. Retirez le gigot de sa marinade au vin. Essuyez-le. Saisissez à la casserole dans un peu d'huile Vandemoortele Cuire & Rôtir.
4. Posez le gigot doré dans un plat allant au four, puis badigeonnez avec l'autre partie de la marinade (sans vin).
5. Faites cuire 50 à 60 mn par kilo de viande. Puis servez finement tranché.



GYROS DE POULET

INGRÉDIENTS

600 g de filets de poulet
en morceaux
3 poivrons rouges
coupés en lamelles
2 oignons hachés

MARINADE

1 càc de purée de
tomates

1 pincée de poudre de chili
1 càs d'épices pour
volaille
1 pincée de paprika
1 càs de thym frais
1 càs d'origan frais
1 gousse d'ail pressée
10 càs d'huile
Vandemoortele Cuire
& Rôtir

PRÉPARATION

1. Faites la marinade et mélangez-la avec les morceaux de poulet et les légumes.
2. Laissez mariner au minimum 1h.
3. Versez un filet d'huile Vandemoortele Cuire & Rôtir dans une poêle ou un wok et faites-y dorer la viande.



TIPS

Comment cuire le steak parfait ?

Sortez le steak une heure avant la cuisson afin qu'il atteigne la température ambiante. Évitez les poêles antiadhésives afin que la viande puisse obtenir une belle croûte.

Comment cuire un steak surgelé ?

Un steak que l'on dégèle perd beaucoup d'eau. Sauf si vous le saisissez directement dans la poêle. Le steak conservera alors son humidité et sera bien plus moelleux.

Bleu, saignant, ...

Quand votre steak est-il bien cuit ?

- Bleu froid : la viande est cuite à l'extérieur et froide à l'intérieur
- Bleu chaud : la viande est cuite à l'extérieur et chaude à l'intérieur
- Saignant : la viande a une belle croûte, mais est tendre et juteuse à l'intérieur.
- A point : cette viande n'est plus crue, mais elle est encore bien juteuse.
- Bien cuit : la viande est bien cuite, à l'intérieur comme à l'extérieur. Le résultat est bien entendu plus sec que le mode de cuisson précédent.

Prenez la température de votre viande

Assurez-vous que votre viande ou votre poisson ne soient pas trop cuits en utilisant un thermomètre culinaire digital. De quoi avoir une idée exacte de la température de cuisson au cœur des aliments.



POMMES DE TERRE ASSAISONNÉES AU LAURIER

INGRÉDIENTS

Pommes de terre à
chair ferme (Nicola,
Charlotte, Rosa,...)
Laurier
Gros sel marin

Herbes vertes comme la
sauge, le romarin,...
4 càs d'huile
Vandemoortele Mijoter
& Cuire

PRÉPARATION

1. Lavez les pommes de terre, faites une incision à la surface et glissez-y une feuille de laurier.
2. Disposez les pommes de terre dans un plat à four, nappez généreusement de Vandemoortele Mijoter & Cuire et parsemez le tout de gros sel.
3. Cuisez les pommes de terre 50 minutes dans le four préchauffé à 180°C



LÉGUMES D'ÉTÉ BRAISÉS

INGRÉDIENTS

Légumes de saison
Thym
Sel

Poivre
Huile Vandemoortele
Mijoter & Cuire

PRÉPARATION

1. Cuisez les légumes dans l'eau légèrement salée.
2. Rincez-les ensuite à l'eau froide.
3. Disposez les légumes dans un plat à four.
4. Assaisonnez avec le poivre, le sel et le thym.
5. Versez un peu d'huile Vandemoortele Mijoter & Cuire sur le tout.
6. Faites cuire encore quelques minutes au four à 175°C.



GRAPPES DE TOMATES CERISES AU FOUR

INGRÉDIENTS

10 feuilles de basilic
20-25 tomates cerises
bien mûres en grappes
1 càc de thym frais
3-4 gousses d'ail
coupées en tranches

Sel et poivre
2 càs d'huile
Vandemoortele Mijoter
& Cuire

PRÉPARATION

1. Placez les grappes de tomates cerises dans un plat à four.
2. Éparpillez le basilic, le thym, l'ail, le sel et le poivre sur les tomates et versez 2 càs d'huile Vandemoortele Mijoter & Cuire.
3. Laissez cuire pendant 15-20 minutes à 220°C.



BROCHETTES DE SAUMON ET AUBERGINE

INGRÉDIENTS

4 morceaux de saumon	Sel et poivre
4 pics à brochettes	3 càs d'huile
1 aubergine	Vandemoortele Mijoter & Cuire
2 jeunes oignons	& Cuire
Aneth	
1 tranche de pain blanc, sans croûte	

PRÉPARATION

1. Coupez l'aubergine en tranches et faites cuire des deux côtés dans l'huile Vandemoortele Mijoter & Cuire
2. Coupez le saumon en morceaux et piquez ceux-ci en brochette. Faites cuire des deux côtés dans 1càs d'huile Vandemoortele Mijoter & Cuire.
3. Coupez le pain blanc en petits cubes et les faites rissoler dans 1càs d'huile Vandemoortele Mijoter & Cuire.
4. Disposez les tranches d'aubergine cuites sur une assiette et déposez les brochettes de saumon cuites par dessus.
5. Coupez les jeunes oignons et dressez-les avec les croutons de pain sur les bords de l'assiette. Garnissez avec l'aneth.
6. Assaisonnez avec le sel et le poivre.



POMMES DE TERRE AU FOUR

INGRÉDIENTS

1 kg de pommes de terre (pommes de terre grenailles, rouges...)
Quelques branches de romarin

2 gousses d'ail pressées
Sel et poivre
4 càs d'huile
Vandemoortele Mijoter & Cuire

PRÉPARATION

1. Préchauffez le four à 220°C.
2. Rincez les pommes de terre et coupez-les en quartiers. Ne les épluchez pas.
3. Remplissez un plat à four avec les pommes de terre, le romarin, l'ail pressé, le sel et le poivre et versez l'huile Vandemoortele Mijoter & Cuire.
4. Secouez pour bien répartir le tout et enfournez. Faites cuire pendant 40 minutes.



POMMES DE TERRE RISSOLÉES

INGRÉDIENTS

1 kg de pommes de
terre (pommes de terre
grenailles ou pommes
de terre rouges)
Poudre de chili

Romarin
4 càs d'huile
Vandemoortele Mijoter
& Cuire

PRÉPARATION

1. Cuisez vos pommes de terre al dente.
2. Faites chauffer l'huile dans la poêle.
3. Faites dorer les pommes de terre de tous les côtés.
4. Assaisonnez avec la poudre de chili et le romarin.



ROULADE D'AUBERGINES GRILLÉES

INGRÉDIENTS

1 aubergine	Basilic
Gros sel	Poivre du moulin
125 g de mozzarella di bufala	Huile Vandemoortele Mijoter & Cuire

PRÉPARATION

1. Coupez l'aubergine en fines tranches et frottez-les avec le gros sel pour enlever l'humidité. Après 10 minutes de pose, essuyez le sel avec du papier essuie-tout.
2. Nappez les aubergines avec l'huile Vandemoortele Mijoter & Cuire des deux côtés et faites-les ensuite griller dans une poêle pour grillades.
3. Déposez sur chaque tranche d'aubergine un morceau de mozzarella di bufala et enroulez le tout. Piquez un cure-dents dans le rouleau et décorez avec une feuille de basilic. Assaisonnez avec du poivre.
4. Placez 2 à 3 minutes au four à 180°.



SAUMON GRILLÉ AUX CÂPRES

INGRÉDIENTS

1 oignon haché
Le jus de 1/2 citron
1 gousse d'ail hachée
1 dl de vin blanc
2 dl de bouillon de poisson

2 filets de saumon écossais
2 càs de persil haché
Huile Vandemoortele Mijoter & Cuire

PRÉPARATION

1. Hachez l'oignon et faites-le revenir dans l'huile Vandemoortele Mijoter & Cuire.
2. Déglacez avec le jus de citron et l'ail préalablement haché. Ajoutez le bouillon de poisson et le vin et portez le tout à ébullition. Garnissez avec les câpres et le persil finement haché.
3. Entre temps, laissez le saumon reposer et enduisez-le des deux côtés avec l'huile Vandemoortele Mijoter & Cuire. Assaisonnez avec le sel et le poivre.
4. Faites chauffer la poêle et faites-y griller les filets de saumon.



CABILLAUD MARINÉ AU JAMBON GANDA

INGRÉDIENTS

Filets de cabillaud frais	Sel & poivre
Tranches de jambon	Jus de citron
Ganda	Huile Vandemoortele
Feuilles de basilic frais	Mijoter & Cuire

PRÉPARATION

1. Badigeonnez les morceaux de cabillaud avec l'huile Vandemoortele Mijoter & Cuire et assaisonnez avec le sel et le poivre. Arrosez le poisson avec le jus de citron et parsemez avec les feuilles de basilic frais.
2. Enrobez chaque morceau de poisson avec du jambon Ganda.
3. Grillez le tout à la poêle ou au barbecue.



TIPS

Des légumes avec le vrai goût des légumes

Vous voulez expérimenter le goût authentique des légumes ? Utilisez l'huile Vandemoortele Mijoter et Cuire. Faites mijoter vos légumes ou morceaux de pommes de terre et disposez-les ensuite dans un plat à four. Versez un peu d'huile Vandemoortele Mijoter et Cuire par dessus et remuez pour bien répartir l'huile. Simple et très savoureux !

Pour les chicons, vous êtes plutôt amer ou sucré ?

Vous voulez conserver le goût amer des chicons ? Cuisez-les à haute température dans un peu d'huile Vandemoortele Mijoter et Cuire. Vous obtiendrez une belle couche brillante. Vous les préférez plus doux ? Saupoudrez le tout d'un peu de sucre. Bon appétit !



CRÊPES MAISON

INGRÉDIENTS

200 g de farine
70 g de sucre
½ l de lait
4 oeufs

4 càs d'huile
Vandemoortele Cuisine
Sucrée

PRÉPARATION

1. Mélangez la farine, les œufs, le sucre, le lait et l'huile Vandemoortele Cuisine Sucrée. Remuez bien pour éviter les grumeaux.
2. Versez un peu d'huile Vandemoortele Cuisine Sucrée dans la poêle. Attendez que l'huile soit chaude et versez-y une cuillerée de pâte. Remuez la poêle pour bien répartir la pâte.
3. Utilisez une spatule pour retourner la première crêpe.
4. Faites cuire les 2 côtés.



GAUFRES

INGRÉDIENTS

350 ml de lait
1 paquet de levure
fraîche (7 g)
3 œufs
50 g de sucre
300 g de farine

1 pincée de sel
Sucre impalpable
100 ml d'huile
Vandemoortele Cuisine
Sucrée

PRÉPARATION

1. Faites chauffer le lait et le sucre dans une casserole et mélangez la levure et les jaunes d'œufs dans le lait tiède.
2. Passez la farine au tamis et ajoutez-la graduellement au mélange de lait tiède. Mélangez bien jusqu'à obtention d'une pâte lisse.
3. Battez les blancs d'œuf en neige et incorporez-les lentement à la pâte.
4. Ajoutez l'huile Vandemoortele Cuisine Sucrée et une pincée de sel.
5. Préchauffez le gaufrier et graissez-le avec un peu d'huile Vandemoortele Cuisine Sucrée.
6. Faites-y dorer les gaufres environ 5 minutes.
7. Saupoudrez de sucre impalpable.



CAKE À LA POMME

INGRÉDIENTS

200 g de sucre
50 ml de lait
4 oeufs
125 g de farine
fermentante
125 g de poudre
d'amande
Citron

1 gousse de vanille
1 càc de cannelle
4 pommes
1 pincée de sel
200 ml d'huile
Vandemoortele Cuisine
Sucrée

PRÉPARATION

1. Épluchez les pommes et coupez-les en cubes.
2. Battez les œufs et le sucre au fouet pendant 5 minutes puis remuez plus lentement et incorporez peu à peu l'huile Vandemoortele Cuisine Sucrée. Assurez-vous que la pâte devienne bien lisse. Ajoutez le lait.
3. Tamisez la farine fermentante et la poudre d'amande. Ajoutez-les lentement à la préparation en mélangeant avec une spatule.
4. Râpez un citron et ajoutez quelques zestes, avec un peu de jus.
5. Ajoutez les pommes (conservez quelques morceaux pour le dessus du gâteau), une pincée de sel et la cannelle.
6. Extrayez les grains de la gousse de vanille et ajoutez-les à la pâte.
7. Versez la pâte dans le moule recouvert de papier cuisson.
8. Faites cuire entre 50 et 60 minutes dans un four préchauffé à 160°C. Retirez du four et laissez refroidir environ 10 minutes dans le moule.



COOKIES AU CHOCOLAT

INGRÉDIENTS

250 g de farine	100 g de pépites de chocolat
1 càc de baking powder	200 ml d'huile
100 g de sucre	Vandemoortele Cuisine Sucrée
60 g de flocons d'avoine	Sucrée
1 oeuf	

PRÉPARATION

1. Mélangez la farine, la baking powder, le sucre et les flocons d'avoine.
2. Ajoutez l'huile Vandemoortele Cuisine Sucrée
3. Mélangez jusqu'à obtenir une pâte bien lisse et ferme
4. Ajoutez les pépites de chocolat à la pâte
5. Recouvrez la pâte avec de la cellophane et laissez-la reposer 1/2h au frigo.
6. Préchauffez le four à 175°C.
7. Prenez une plaque de cuisson et recouvrez-la de papier de cuisson.
8. Avec la pâte, faites des petites boules d'un diamètre de 3-4 cm. Disposez-les sur la plaque de cuisson.
9. Aplatissez les boules de pâte jusqu'à atteindre environ 1 cm d'épaisseur
10. Faites cuire 20 minutes au four à 175°C pour obtenir de délicieux cookies.



FRAISES AU PESTO DE MENTHE

INGRÉDIENTS

Fraises	2 càs de sucre fin
40 g de pignons de pin grillés	60 ml d'huile Vandemoortele Cuisine Sucrée
40 g de menthe	
2 càs de jus de citron	

PRÉPARATION

1. Gardez quelques feuilles de menthe pour la garniture.
2. Lavez le reste des feuilles de menthe et séchez-les bien.
3. Dorez les pignons de pin dans une poêle chaude.
4. Dans un blender, faites une purée avec la menthe, les pignons de pin grillés, l'huile Vandemoortele Cuisine Sucrée, le sucre et le jus de citron.
5. Goûtez et ajoutez un peu de sucre et / ou de jus de citron si nécessaire.
6. Laissez reposer au frigo au moins une heure.
7. Servez dans de petits pots en verre, avec le pesto de menthe au dessous et les fraises au dessus.



GRANOLA

INGRÉDIENTS

95 g de noisettes	150 g de canneberge séchée
6 càs de miel	6 càs d'huile
300g de flocons d'avoine	Vandemoortele Cuisine Sucrée
55 g de noix de coco râpée	Sucrée
100 g de graines de potiron	

PRÉPARATION

1. Préchauffez le four à 170°C. Pendant ce temps, hachez grossièrement les noisettes et mélangez-les dans un récipient avec le miel, l'huile Vandemoortele Cuisine Sucrée, les flocons d'avoine et la noix de coco.
2. Versez le mélange sur une plaque à four recouverte d'une feuille de papier cuisson et faites cuire pendant environ 30 minutes jusqu'à ce que la préparation devienne croustillante. Mélangez toutes les dix minutes pour bien répartir la cuisson. Sortez le granola du four et laissez refroidir pendant une heure sur une grille. Mélangez le granola froid avec les graines de citrouille et la canneberge.
3. Mettez le tout dans un bocal fermé. Le granola peut être conservé jusqu'à deux semaines.



TIPS

L'ultime pâte à crêpe

Ajouter un filet d'huile vandemoortele Cuisine Sucrée à votre pâte à crêpe. L'huile rendra votre pâte plus lisse et vous obtiendrez des crêpes plus tendres. De cette manière, vos crêpes colleront moins à la poêle. Cette huile est également parfaite pour les gaufres et les beignets.

Délicieux brownie aéré

Utilisez l'huile vandemoortele Cuisine Sucrée à la place du beurre. Le cake conservera alors sa texture douce et aérée, même si vous le conservez au froid. L'huile reste liquide tandis que le beurre durcit, vous obtiendrez donc un brownie extrêmement moelleux.

Fruits caramélisés

Disposez des fruits dans un plat à four, versez-y un peu d'huile vandemoortele Cuisine Sucrée par dessus avec un peu de sucre. Laissez caraméliser quelques minutes à 180°C jusqu'à obtention d'une couleur dorée. Idéal comme base pour vos recettes automnales.



TIPS

Démoulez votre cake plus facilement

Vous en avez assez des gâteaux difficiles à démouler ?
Enduisez les bords de votre moule avec un peu d'huile
Vandemoortele Cuisine Sucrée. Facile et rapide !

Cuisiner avec l'huile Cuisine Sucrée

Vous avez une recette contenant du beurre ou de la
margarine, mais vous préférez cuisiner avec de l'huile ?
100g de beurre ou de margarine peuvent facilement être
remplacés par 90ml d'huile.

Du pain ? Oui, mais avec de l'huile !

Saviez-vous que vous pouvez également faire du pain
avec de l'huile ? Remplacez simplement 100g de beurre
ou margarine par 90ml d'huile.