

Coffret



Coffret «Sélection du Sud Ouest»

- 1 Foie Gras entier en verrine - 180g
- 1 Confits d'oignons - 340g
- 1 Saucisson du Pays Basque - 330g
- 1 Pâté au Piment d'Espelette - 190g
- 1 Fondant de Porc Basque - 190g
- 1 Pâté de Palombes - 190g
- 1 Cassoulet Confit de Canard - 800g
- 1 Tapenade d'olives noires - 120g
- 1 Château Millet Cabernet Merlot - 75cl



RECIPIENTS ET UNITES COURANTES

| | | |
|-----------------------------|---------|--|
| 1 cuillère à café (= à thé) | 0,5 cl | 5 g (sel, sucre, café) 4 g (farine, semoule) 3 g (cacao, fécule) |
| 1 cuillère à dessert | 1 cl | |
| 1 cuillère à soupe | 1,5 cl | 15 g (sucre, beurre) 12 g (farine, crème fraîche) |
| 1 tasse à café | 10 cl | |
| 1 bol | 35 cl | 300 g (riz) 220 g (farine) |
| 1 verre à moutarde | 15 cl | 100 g (farine, semoule) 125 g (riz) 140 g (sucre) |
| 1 verre à liqueur | 3 cl | |
| 1 grand verre | 25 cl | 150 g (farine, semoule) 200 g (riz) 220 g (sucre) |
| 1 gallon | 3,785 l | |

Potée liégeoise

Préparation: 1 heure

Cuisson: 1 heure

Ingrédients (pour 2 personnes):

- 1 oignon,
- 200 à 400 g de lardons fumés (selon votre goût),
- 500 g de haricots,
- 4 à 5 grosses pommes de terre,
- 250 ml de crème fraîche (légère, selon votre goût).

Préparation:

Cuisez les pommes de terre (au four, à l'eau ou vapeur) et réservez.
Faites cuire vos haricots, réservez.

Entre temps, prenez un faitout anti-adhérent, coupez l'oignon dedans et faites légèrement fondre.

Ensuite, ajoutez y les lardons...
Faites rissoler le tout.

Détaillez les pommes de terre en cubes de taille moyenne en n'oubliant pas d'ôter la peau.

Quand les oignons et lardons sont rissolés, baissez le feu et ajoutez y les pommes de terre détaillées en cubes et les haricots...

Incorporez y la crème fraîche et laissez mijoter à feu doux durant 30 mn-1 heure afin que la crème épaisse légèrement et que le tout se marie.

Assaisonnez et servez... bon appétit!

Certaines personnes ajoutent un filet de vinaigre à la fin de la cuisson pour dégraisser légèrement... à vous de voir!

INGREDIENTS SECS

| | | |
|--|-------|--------|
| 1 tasse de farine | 100 g | 4 oz |
| 1 tasse de féculé | 100 g | 4 oz |
| 1/2 tasse de sucre en poudre | 100 g | 4 oz |
| 1/2 tasse de sucre glace | 100 g | 4 oz |
| 1 cuillère à table (= à soupe) de beurre ou de margarine | 15 g | 1/2 oz |
| 1/2 tasse de beurre ou de margarine | 100 g | 4 oz |
| 3/4 de tasse de noix, noisettes, amandes concassées | 100 g | 4 oz |
| 1 tasse de fromage râpé | 100 g | 4 oz |
| 1 tasse 1/3 de miel ou de sirop d'érable | 450 g | 16 oz |
| 1 tasse de crème fraîche | 175 g | 6 oz |
| 1/2 tasse de fruits secs (raisins ou autres) | 75 g | 3 oz |
| 2 tasses (1 pinte) de fruits frais (framboises, cerises ou autres) | 100 g | 4 oz |
| 1 tasse de céréales | 175 g | 6 oz |

INGREDIENTS LIQUIDES

| | | |
|--------------|--------|----------------------|
| 1/4 tasse | 50 ml | 2 fl oz |
| 1/2 tasse | 120 ml | 4 fl oz |
| 3/4 tasse | 175 ml | 6 fl oz |
| 1 tasse | 240 ml | 8 fl oz |
| 1 tasse 1/4 | 300 ml | 10 fl oz - 1/2 pinte |
| 2 tasses 1/2 | 575 ml | 20 fl oz - 1 pinte |
| 1 tasse 1/4 | 175 g | 6 oz |

PROPORTIONS PAR PERSONNE ADULTE (et par plat)

| | |
|---------------------------------|---|
| Viande | 150 à 200 g (sans os) 125 à 150 g (hachée) |
| Poisson | 250 g (entiers) 200 g (filets) |
| Salade (légumes, riz, pâtes...) | 300 g (plat principal) 200 g (entrée) |
| Garniture de légumes | 175 à 200 g |
| Pâtes (poids cuites) | 125 g (plat principal) 100 g (garniture) |
| Riz (poids cuit) | 120 g (plat principal) 75 g (garniture) |
| Fruits (salade, compote...) | 125 à 150 g |