



j'aime et je cuisine

AURÉLIE LAGLANTINE

le thé



Médiathèque de Contes



806023873

Œufs marbrés au thé, sauce soja

4 PERS. // PRÉPARATION : 15 MIN // CUISSON : 20 MIN // RÉFRIGÉRATION : 3 À 4 H

- 4 œufs
- 3 cuil. à café de thé « broken »
de Ceylan
- Sauce soja Kikkoman

Remplissez une casserole d'eau froide et plongez-y délicatement les œufs. Laissez cuire pendant 10 min à partir de l'ébullition. Retirez alors les œufs avec une écumoire et plongez-les dans un grand volume d'eau froide. Égouttez ensuite les œufs, puis, à l'aide d'une petite cuillère, tapotez délicatement les coquilles de manière à créer des fissures de tous côtés.

Pendant ce temps, portez à frémissement 70 cl d'eau ainsi que le thé placé dans un sachet. Plongez-y les œufs et laissez cuire, à feu très doux, pendant 10 min. Hors du feu, retirez le sachet de thé. Laissez tiédir, puis réfrigérer pendant 3 à 4 h.

Au moment de servir, enlevez les coquilles : les œufs apparaissent marbrés. Servez-les accompagnés de la sauce soja.

Variante

*Si vous souhaitez parfumer
davantage les œufs,
confectionnez la recette
avec un thé noir
fumé corsé.*





≥ Sucré-salé

Blancs de poulet à la vapeur en sauce de thé aigre-douce

4 PERS. // PRÉPARATION : 15 MIN // CUISSON : 30 MIN

- 4 petites escalopes de poulet
- 2 cuil. à soupe de thé noir
Grand Yunnan
- 4 cuil. à café de sucre en poudre
- 3 cuil. à soupe de vinaigre
balsamique
- 2 cuil. à soupe de crème fraîche
épaisse
- 1 échalote
- Sel aux herbes Herbamare

Portez 40 cl d'eau à frémissement et versez-la sur le thé dans une théière. Laissez infuser pendant 5 min, filtrez et réservez.

Épluchez et émincez finement l'échalote, réservez-la. Émincez les escalopes de poulet en lamelles de 1,5 cm de largeur. Déposez-les dans un panier vapeur, salez-les légèrement avec le sel aux herbes et faites-les cuire pendant 10 min.

Dans une poêle chaude, faites suer légèrement l'échalote. Ajoutez le thé avec le sucre, le vinaigre balsamique et 1 grosse pincée de sel. Portez à ébullition et laissez réduire pendant 15 min. Retirez du feu pour ajouter la crème fraîche, puis remettez sur feu moyen pendant 5 min.

Sortez les blancs de poulet du panier vapeur et dressez-les sur les assiettes. Arrosez la chair de volaille avec la sauce aigre-douce.

Conseil

Servez ce poulet au thé avec un wok de petits légumes printaniers.



Escalopes panées au thé d'Assam

4 PERS. // PRÉPARATION : 10 MIN // CUISSON : 18 MIN

- 4 fines escalopes de veau *
- 4 œufs
- 6 cuil. à soupe de chapelure
- 2 cuil. à soupe de thé d'Assam
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 1/2 botte de persil
- Sel, poivre

Dans un récipient, battez les œufs entiers, avec du sel et du poivre. Dans un second récipient, mélangez la chapelure avec le thé et le persil finement haché.

Faites chauffer l'huile d'olive dans une poêle. Trempez les escalopes dans l'œuf, puis dans la chapelure au thé. Faites-les cuire, à feu vif, 3 min sur chaque face pour les faire dorer, puis laissez-les cuire, à feu doux, pendant 10 à 12 min. Servez bien chaud.

Variantes

Vous pouvez également préparer cette recette avec des escalopes de dinde ou de poulet.



≥ Vite prêt

Filets mignons de porc au thé semi-fermenté

4 PERS. // PRÉPARATION : 10 MIN // CUISSON : 10 MIN

- 2 filets mignons de porc
- 2 cuil. à soupe de thé semi-fermenté
- 10 g de gingembre frais râpé
- 2 gousses d'ail
- 1 échalote
- 1 cuil. à soupe de sucre
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive

Portez 30 cl d'eau à frémissement et versez-la sur le thé dans une théière. Laissez infuser pendant 5 min. Épluchez et émincez l'échalote. Faites-la revenir doucement dans un autocuiseur avec l'huile d'olive, puis ajoutez les filets mignons. Laissez-les dorer, puis retirez-les et réservez-les.

Dans l'autocuiseur, ajoutez le thé préalablement filtré, le gingembre râpé, les gousses d'ail pelées et écrasées ainsi que le sucre. Laissez cuire la sauce pendant 2 min, sans cesser de mélanger.

Remettez les filets mignons dans l'autocuiseur, fermez le couvercle et laissez cuire pendant 6 min, à partir du chuchotement.

Variante

Vous pouvez également réaliser cette recette avec des mignons de veau. Il suffit d'augmenter le temps de cuisson de 5 min.





≥ Mélange de saveurs

Magrets de canard au thé Tarry Souchong

4 PERS. // PRÉPARATION : 10 MIN // CUISSON : 15 MIN

- 2 magrets avec leur peau
- 2 cuil. à soupe de thé noir fumé
Tarry Souchong
- 10 cl de vin blanc doux
- 2 cuil. à soupe de vinaigre de xérès
- Sel, poivre

Faites chauffer une poêle à feu vif. Incisez la peau des magrets avec un couteau pointu. Déposez-les dans la poêle, côté peau dessous, et faites-les cuire pendant 5 min. Retirez les magrets et jetez la graisse rendue. Remettez les magrets à cuire côté chair, à feu moyen, pendant 5 à 8 min, selon leur épaisseur et la cuisson souhaitée (plus ou moins rosée).

Pendant ce temps, portez à frémissement 20 cl d'eau. Jetez-y le thé, laissez infuser pendant 4 min et filtrez.

Quand les magrets sont cuits, salez-les et poivrez-les, réservez-les dans un plat, recouverts de papier d'aluminium. Déglacez la poêle à feu vif avec le thé, le vin blanc et le vinaigre de xérès. Quand la sauce a épaissi, nappez-en les magrets préalablement découpés en tranches. Servez aussitôt.

Conseil

Servez ces magrets avec une poêlée de champignons ou des fruits secs que vous aurez fait infuser 30 min dans un thé chaud (figues, pruneaux, abricots...).





Tarte sablée au chocolat et au thé à l'orange

6 PERS. // PRÉPARATION : 1 H // CUISSON : 25 MIN // RÉFRIGÉRATION : 2 H

Pour la pâte sablée

- 250 g de farine
- 125 g de sucre
- 125 g de beurre ramolli
+ 15 g pour le moule
- 1 grosse pincée de sel

Pour la ganache au chocolat

- 250 g de chocolat à cuire amer
- 25 cl de crème fraîche liquide
- 20 cl de lait
- 1 cuil. à café de thé à l'orange

Préparez le fond de tarte : préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Dans une jatte, mélangez le sucre, le sel et 2 cuillerées à soupe d'eau. Ajoutez la farine, puis incorporez progressivement le beurre ramolli et coupé en petits morceaux. Travaillez la pâte à la main, puis déposez-la sur le plan de travail fariné, pour l'étendre au rouleau à pâtisserie. Beurrez un moule à tarte et abaissez-y la pâte. Piquez le fond avec les dents d'une fourchette, recouvrez-le d'une feuille de papier cuisson et disposez en surface des haricots secs. Faites cuire au four à 180 °C (th. 6) pendant 20 min.

Préparez la ganache : portez à ébullition le lait, versez-le sur le thé à l'orange dans un bol et laissez infuser pendant 5 min. Filtrez et laissez tiédir.

Pendant ce temps, hachez grossièrement le chocolat et versez-le dans une jatte. Dans une casserole, faites bouillir la crème, puis versez-la progressivement sur le chocolat, sans cesser de remuer. Ajoutez le lait au thé. Remuez pour obtenir une préparation bien lisse.

Conseil

Pour accentuer la saveur d'agrumes, vous pouvez décorer la surface de la tarte de zestes d'orange confits.

Quand le fond de tarte est cuit, ôtez les haricots secs et le papier de cuisson et versez la ganache au chocolat. Lissez la surface et placez la tarte au réfrigérateur pendant au moins 2 h avant de déguster.

Tarte aux pommes à la crème de thé à la cannelle

6 PERS. // PRÉPARATION : 40 MIN // CUISSON : 45 MIN

- 1 pâte brisée du commerce
- 1 kg de pommes reinettes
- 1 cuil. à soupe de thé à la cannelle
ou thé aux épices
- 1 œuf
- 20 cl de lait
- 2 cuil. à soupe de crème épaisse
- 100 g de sucre
- Le jus de 1/2 citron

Abaissez la pâte dans un moule. Piquez le fond avec les dents d'une fourchette, recouvrez-le d'une feuille de papier cuisson et disposez en surface des haricots secs. Faites cuire au four préchauffé à 180 °C (th. 6) pendant 20 min.

Pendant ce temps, portez le lait à ébullition, et hors du feu, faites-y infuser le thé pendant 5 min. Filtrez et réservez.

Pelez et évidez les pommes, puis coupez-les en cubes grossiers. Citronnez-les et réservez-les. Dans une jatte, mélangez l'œuf, le sucre et la crème fraîche. Ajoutez le lait au thé en fouettant vivement. Déposez les cubes de pommes sur le fond de tarte précuit, et recouvrez avec la crème. Enfournez pour 25 min à 180 °C (th. 6). Servez tiède.

Conseil

Vous pouvez servir cette tarte tiède, accompagnée d'une boule de glace à la vanille.





≥ Tout en subtilité

Crèmes brûlées aux raisins et au thé matcha

4 PERS. // PRÉPARATION : 20 MIN // CUISSON : 50 MIN // RÉFRIGÉRATION : 3 À 4 H

- 1 cuil. à soupe de thé Earl Grey
- 2 cuil. à soupe de thé vert en poudre matcha
- 200 g de raisins secs
- 35 cl de crème fraîche liquide
- 30 cl de lait
- 120 g de sucre
- 6 jaunes d'œufs
- 50 g de cassonade

La veille : faites frémir 50 cl d'eau, puis jetez-y le thé Earl Grey. Laissez infuser pendant 3 min. Filtrez le thé, versez-le dans un récipient et mettez les raisins secs à tremper.

Le lendemain : égouttez les raisins macérés. Réservez. Faites bouillir la crème avec le lait et le thé matcha, puis retirez la casserole du feu. Battez vigoureusement le sucre avec les œufs, jusqu'à l'obtention d'un appareil moussieux. Versez-y ensuite, petit à petit, le mélange lait-crème sans cesser de remuer.

Répartissez les raisins au fond de cassolettes ou de plats à gratin individuels. Versez ensuite le mélange dans les plats sans dépasser les deux tiers de la hauteur. Faites cuire au four à 100 °C (th. 3-4) pendant 45 min.

Laissez les crèmes tiédir hors du feu avant de les placer au réfrigérateur pendant 3 à 4 h. Avant de servir, saupoudrez les crèmes de cassonade et passez-les sous le grill du four pendant 5 min pour les faire dorer.

Variante

Vous pouvez également réaliser cette recette sans raisins, en faisant infuser 2 cuillerées à soupe de thé dans le mélange lait-crème, hors du feu.





≥ En famille

Flan pâtissier au thé à la cannelle

6 PERS. // PRÉPARATION : 40 MIN // CUISSON : 1 H

Pour la pâte brisée

- 250 g de farine
- 125 g de beurre ramolli
+ 15 g pour le moule
- 80 g de sucre
- 1 œuf
- 1/2 sachet de levure
- 1 pincée de sel fin

Pour le flan

- 25 cl de lait
- 25 cl de crème fleurette
- 2 cuil. à soupe de thé à la cannelle
- 3 œufs
- 150 g de sucre

Conseil

La quantité de pâte brisée est prévue pour deux moules à tarte d'un diamètre de 30 cm. Vous pouvez sans souci congeler la moitié de pâte que vous n'utilisez pas, il suffira de la laisser décongeler une nuit au réfrigérateur, ou progressivement au micro-ondes.

Préparez la pâte brisée : dans une jatte, versez la farine, le sucre, la levure et la pincée de sel. Mélangez. Ajoutez l'œuf en remuant vivement, puis un demi-verre d'eau. Découpez le beurre en petits morceaux, et incorporez-le progressivement à la préparation en malaxant bien. Formez une boule, farinez-la légèrement et fractionnez-la en deux. Abaissez l'une des moitiés dans un moule à tarte préalablement graissé (réservez au frais l'autre moitié). Enfourez et faites cuire la pâte à blanc à 180 °C (th. 6) pendant 20 min.

Pendant ce temps, portez à ébullition le lait et la crème ensemble. Hors du feu, faites-y infuser le thé à la cannelle durant 4 min, puis filtrez et réservez.

Dans une jatte, battez ensemble les œufs et le sucre, jusqu'à l'obtention d'un mélange mousseux, puis ajoutez le mélange lait-crème en fouettant vivement. Versez la préparation sur le fond de tarte précuit et enfourez pour 30 min à 180 °C (th. 6). Dégustez ce flan tiède ou froid.



Tiramisu au thé au jasmin

6 PERS. // PRÉPARATION : 1 H // RÉFRIGÉRATION : 5 H

- 4 œufs
- 2 cuil. à soupe de thé vert au jasmin
- 100 g de sucre roux
- 1 sachet de sucre vanillé
- 300 g de mascarpone
- 24 biscuits à la cuiller
- 30 g de cacao amer
- 1 pincée de sel

Portez 50 cl d'eau à frémissement, et jetez-y le thé. Laissez infuser pendant 4 min, puis filtrez et réservez.

Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Dans une jatte, fouettez vivement les jaunes d'œufs avec les deux sucres. Ajoutez le mascarpone sans cesser de fouetter et réservez. Montez les blancs en neige ferme avec la pincée de sel. Incorporez délicatement les blancs en neige à la préparation au mascarpone. Réservez.

Versez le thé dans un plat creux et trempez-y rapidement les biscuits à la cuiller. Tapissez-en le fond d'un moule à charlotte ou d'un moule rectangulaire profond. Alternez ensuite une couche de crème, puis une couche de biscuits mouillés, etc. Terminez par une couche de crème et saupoudrez le dessus de cacao amer. Entrez le tiramisù au réfrigérateur pendant au moins 5 h avant de déguster.

Variante

Pour un tiramisù entièrement au thé, vous pouvez remplacer le cacao par la même quantité de thé vert matcha en poudre. Réalisez toujours votre tiramisù avec un thé vert, à la saveur délicate.





THÉ

≥ Goûter savoureux

Cake moelleux au thé goût russe

6 PERS. // PRÉPARATION : 15 MIN // CUISSON : 1 H

- 20 cl de lait
- 2 cuil. à soupe de crème fraîche
- 2 cuil. à soupe de thé goût russe
- 4 œufs
- 200 g de sucre
- 200 g de farine
- 80 g de beurre salé ramolli
+ 15 g pour le moule
- 1/2 sachet de levure

Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Dans une casserole, portez le lait et la crème fraîche à ébullition. Hors du feu, jetez-y le thé et laissez infuser pendant 4 min, filtrez et réservez.

Dans une jatte, battez les œufs et le sucre pour obtenir un mélange mousseux. Ajoutez le beurre ramolli et mélangez vivement. Incorporez progressivement la farine additionnée de la levure. Quand la préparation est bien homogène, versez-y petit à petit le mélange lait-crème. Déposez le tout dans un moule à cake graissé et enfournez pour 1 h à 180 °C (th. 6). Dégustez tiède.

Variante

Vous pouvez réaliser ce cake moelleux avec de nombreux thés parfumés, selon vos envies !



Roulés au chocolat au thé Casablanca

4 PERS. // PRÉPARATION : 15 MIN // CUISSON : 15 MIN

- 4 feuilles de brick
- 50 g de beurre salé
- 2 cuil. à soupe de thé Casablanca de Mariage Frères
- 150 g de chocolat à cuire
- 50 g de sucre en poudre
- 10 cl de crème fleurette

Portez à frémissement 10 cl d'eau. Jetez-y le thé, laissez infuser pendant 4 min, filtrez et réservez.

Faites fondre au bain-marie le chocolat additionné de la crème fleurette. Dans une jatte, mélangez le chocolat fondu, le thé et le sucre.

Dans une crêpière ou une grande poêle, faites fondre un morceau de beurre. Faites dorer une feuille de brick rapidement de chaque côté, et déposez-la un instant sur du papier absorbant, puis dans un grand plat. Étalez la sauce au chocolat sur toute la surface de la feuille de brick, puis confectionnez un rouleau. Procédez de la même façon pour chaque feuille de brick.

Déposez les roulés dans un plat à four et enfournez pour 10 min à 180 °C (th. 6). Servez chaud, avec un thé à la menthe.

Conseil

Pour obtenir des roulés plus épais, vous pouvez doubler le nombre de feuilles de brick.



≥ Légères en bouche !

Petites meringues au thé à la cannelle

6 PERS. // PRÉPARATION : 15 MIN // CUISSON : 50 MIN

- 200 g de sucre
- 4 blancs d'œufs
- 3 cuil. à café de thé à la cannelle
- 1 pincée de sel

Portez 25 cl d'eau à frémissement et faites-y infuser le thé pendant 3 min. Filtrez. Montez les blancs d'œufs en neige très ferme avec la pincée de sel. Incorporez le sucre au fur et à mesure de la prise des œufs. Quand les œufs sont bien fermes, ajoutez progressivement le thé en remuant délicatement avec une spatule en bois. Redonnez quelques tours de battre pour raffermir la préparation.

Étalez du papier sulfurisé sur une plaque à pâtisserie. À l'aide d'une seringue ou d'une poche à douille, déposez la préparation en petits tas d'environ 3 à 4 cm de diamètre espacés de 2 cm. En gonflant, ils ne doivent pas se toucher.

Glissez la plaque dans le four réglé à 120 °C (th. 4) et faites cuire pendant 50 min. Sortez la plaque du four et laissez sécher quelques heures avant de déguster.

Conseil

*Procédez toujours
par petites quantités,
les meringues de petite
taille sont plus faciles à
cuire que les grosses !*





Muffins au thé aux agrumes

6 PERS. // PRÉPARATION : 15 MIN // CUISSON : 20 MIN

- 25 cl de lait
- 2 cuil. à soupe de thé aux agrumes
- 2 œufs
- 250 g de farine
- 1 pincée de sel
- 1 sachet de levure chimique
- 100 g de sucre
- 140 g de beurre ramolli
+ 20 g pour les moules

Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Faites frémir le lait dans une casserole. Hors du feu, versez le lait sur le thé et laissez infuser pendant 6 min.

Dans une première terrine, mélangez la farine, le sel et la levure. Dans une seconde terrine, mélangez les œufs, le sucre et le beurre ramolli. Versez progressivement le lait au thé sur le mélange. Incorporez petit à petit cette préparation à la farine.

Beurrez des moules à muffins. Déposez la pâte obtenue dans les moules et faites cuire au four à 180 °C (th. 6) pendant 20 min. Les muffins doivent être dorés et former une petite croûte en surface. Démoulez les muffins une fois refroidis.

Conseil

Il existe aujourd'hui des moules à muffins souples, très pratiques à utiliser, notamment pour le démoulage !



≥ Craquantes à souhait !

Galettes au thé au gingembre

6 PERS. // PRÉPARATION : 15 MIN // CUISSON : 40 MIN

- 100 g de sucre
- 250 g de farine
- 1/2 sachet de levure
- 60 g de beurre ramolli
+ 20 g pour les galettes
- 5 cl de lait
- 1 cuil. à soupe de thé au gingembre
- 1 pincée de sel

Préchauffez le four à 180 °C (th. 6).

Dans une jatte, mélangez la farine, la levure, la pincée de sel et le sucre. Ajoutez le beurre ramolli, puis le lait. Réservez.

Portez à frémissement 10 cl d'eau, jetez-y le thé au gingembre et laissez infuser pendant 4 min. Filtrez, puis ajoutez le thé progressivement à la pâte. Formez une boule et farinez-la à nouveau si nécessaire.

Abaissez la pâte au rouleau et découpez-y des formes à l'aide d'emporte-pièces. Faites fondre les 20 g de beurre restants et badigeonnez-en les galettes à l'aide d'un pinceau. Déposez les galettes sur une plaque recouverte de papier cuisson et faites cuire au four à 180 °C (th. 6) pendant 40 min.

Variante

Vous pouvez utiliser aussi du beurre salé, pour donner à vos galettes un petit air breton !





Thé pétillant glacé

6 PERS. // PRÉPARATION : 5 MIN // RÉFRIGÉRATION : 4 H

- 1 litre d'eau pétillante Quézac
- 4 cuil. à café de thé Casablanca de Mariages Frères

Versez le contenu de la bouteille de Quézac dans un Thermos et ajoutez le thé, mis dans un sachet. Fermez et placez au réfrigérateur pendant 4 h. Retirez le thé et servez bien frais !

Variante

Vous pouvez réaliser cet original thé glacé avec de nombreux thés parfumés, à votre goût !



<http://houdelier.com>