

LES RECETTES RÉGIONALES DU CENTENAIRE



1897

1997

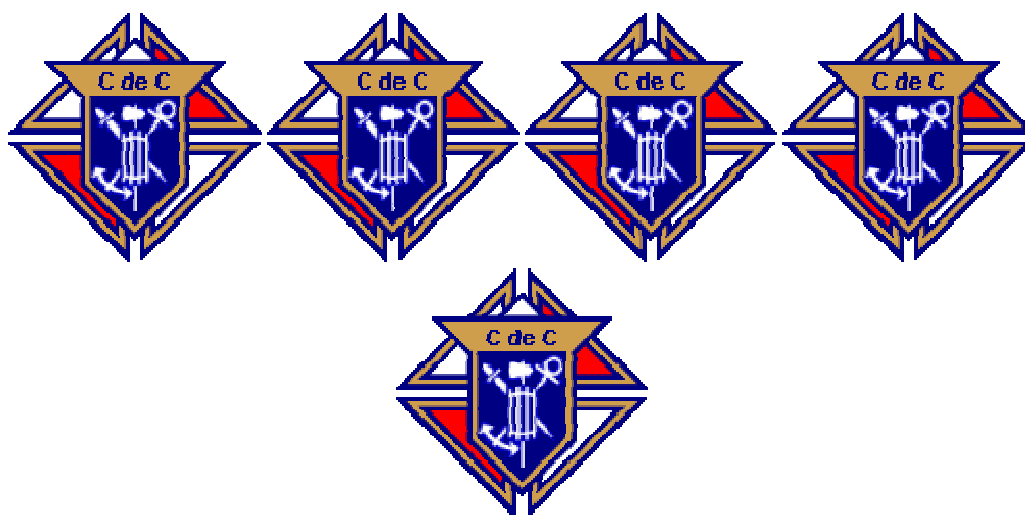
Québec

Célébrons le passé...
...traçons l'avenir
Cent ans d'histoire...
Un héritage...

... un espoir!

Recettes publiées par le Comité des activités féminines à l'occasion du centenaire de fondation de l'ordre des Chevaliers de Colomb au Québec, nous visiterons les 15 régions colombiennes du Québec.

Bonne tournée, bonne cuisine, et surtout...bon appétit!



TARTE AUX PACANES

(recette très simple)

- 1 tasse de lait concentré Eagle brand (250 ml)
- 1 tasse de sirop de maïs doré (250 ml)
- 1 sac de pacanes (moitiés de pacanes)
- 1 croûte à tarte non cuite.

PRÉPARATION :

Dans un bol, bien mélanger les 2 premiers ingrédients.

Déposer dans une croûte à tarte non cuite.

Couvrir de pacanes le mélange en les disposant une à côté de l'autre.

Cuire à 400°F, 15 minutes et à 350°F les 15 autres minutes.

Mme. Ernestine Boileau
District 27
Région 08
Laurentide-Outaouais

Bouchées beauceronnes à l'érable

- $\frac{3}{4}$ lb jambon (340 gr)
- 1 $\frac{1}{2}$ tasse de chapelure (375 ml) (biscuits sodas écrasés)
- 2 œufs battus

- ¾ lb porc maigre haché (340 gr)
- ¾ tasse de lait (175 ml)

Mélanger ensemble tous les ingrédients.

Façonner en petites boulettes et déposer dans un plat peut profond allant au four.

SAUCE D'ACCOMPAGNEMENT :

- 2 tasses de sirop d'érable (500 ml)
- ½ tasse d'eau (125 ml)
- ½ tasse de vinaigre (125 ml)
- 1 c. à soupe de moutarde sèche (10 ml)

PRÉPARATION :

Bien mélanger tous les ingrédients pour en faire une sauce.
Verser sur les boulettes.

Cuire sans couvercle au four à environ 325°F durant 40 minutes.
Arroser souvent avec la sauce.

Servir les boulettes baignant dans le sirop dans un plat chaud.

Piquer une moitié d'olive farcie sur chaque boulette avec l'aide d'un cure-dent.

Placer sur une feuille de salade.

Mme. Céline Grondin
Conseil 7616
St-Benoit Labre
Région 4 / Région Des Appalaches

Poulet aux légumes gratiné

- ¼ tasse de beurre (50 ml)
- 2 ½ il poitrine de poulet (1 kg) sans peau
- 1 tasse de brocoli (250 ml)
- 1 tasse de choux-fleur (250 ml)
- 1 tasse de carottes en lanières (250 ml)
- 1 ½ tasse sauce brune du commerce (375 ml)
- 8 oz. Fromage cheddar râpé (225 gr)
- 1 poivron vert
- ¾ tasse de maïs miniature (175 ml)

PRÉPARATION :

Dans un poêlon, faire fondre le beurre à feux doux et revenir les poitrines de poulet jusqu'à cuisson complète.

Dans une marguerite, faire cuire le chou-fleur, le brocoli, le poivron, les carottes et le céleri environ 10 minutes.

Dresser le poulet au centre du plat allant au four, disposer les légumes autour de la viande.

Recouvrir de sauce brune, parsemer de fromage râpé, faire gratiner au four à 230°C (450°F)

Mme. Lise Lépine
Conseil 4832
Pointe-Claire
Montréal-Laval / Région 07

Crème de tomates et de poivrons

- 3 c. à soupe de beurre (45 ml)
- 1 poivron rouge, en lanières
- 1 poivron vert, en lanière
- 4 tasses de bouillon de poulet (1 litre)
- 2 c. à soupe de farine (30 ml)
- 10 oz de crème de tomate (284 gr)
- sel e poivre
- ciboulette hachée
- poivron rouge et vert en julienne

PRÉPARATION :

Faire fondre dans un poêlon, 2 c. à thé (10 ml) beurre,
Faire revenir les poivrons 5 minutes.

Verser le bouillon de poulet (250 ml). Laisser bouillir 4 minutes et passer au mélangeur. Réserver.

Dans une casserole faire fondre le reste du beurre, ajouter la farine, remuer.

Ajouter le mélange de poivron et le reste du bouillon.
Amener à ébullition en remuant continuellement.

Ajouter la crème de tomates. Laisser mijoter 5 minutes. Saler et poivrer.

Garnir de ciboulette hachée et de poivron en julienne. Servir

Au moment de servir, décorer d'un filet de crème.

Mme. Lise Lépine
Conseil 4832
Pointe-Claire
Montréal-Laval / Région 07

Côtelettes de porc à l'érable

- 🍴 6 côtelettes de porc
- 🍴 ¼ tasse de sirop d'érable (50ml)
- 🍴 ½ tasse de bouillon de poulet (125ml)
- 🍴 ¼ tasse de sauce soya (50ml)
- 🍴 ¼ c. à thé de gingembre (0.5ml)
- 🍴 2 c. à table de ketchup (25ml)
- 🍴 ail au goût

PRÉPARATION :

Brunir les côtelettes des deux côtés.

Préparer tous les ingrédients et verser sur les côtelettes.

Couvert et cuire sur feu lent pendant 30 à 40 minutes ou au four si désiré à 350°F.

Madame Madelaine R. Chabot
Conseil 2993
St-Patrice-de-Beaurivage
La Vallée du St-Laurent / Région 14

Mousse aux fraises

- ✚ 1 ½ tasse de fraises fraîches (375 ml)
- ✚ 2 c. à table de sucre (25 ml)
- ✚ 2 c. à table de jus de citron (25 ml)
- ✚ 1 c. à table de gélatine (15 ml)
- ✚ ¼ tasse d'eau froide (50 ml)
- ✚ ½ tasse de lait (125 ml)
- ✚ 1 ¼ tasse de crème 35% (300 ml)

PRÉPARATION :

Réduire les fraises en purée dans le mélangeur électrique.

Ajouter le sucre et le jus de citron.

Faire gonfler la gélatine dans l'eau froide.

Faire chauffer le lait sur un feu doux et y faire dissoudre la gélatine.

Ajouter la crème et l'incorporer aux fraises

Verser la mousse aux fraises dans un moule et réfrigérer.

Démouler au moment de servir.

Mme. Micheline
De St-Charles Borromée
Région Mauricie-Lanaudière