

TOUS AUX *fourneaux!*



LE LIVRE DE RECETTES DE LA
BIOTECH DENTAL FAMILY

BIOTECH DENTAL
LIFE



BIOTECH DENTAL
GROUP

Nous sommes très heureux de vous offrir notre premier livre collaboratif dédié à un univers apprécié de toutes et tous : la gastronomie !

Au travers de ces quelques pages, notre livre « Tous aux fourneaux » vous fait découvrir les recettes de la Biotech Dental Family et tous leurs secrets respectifs.

Un grand merci à toutes les collaboratrices et tous les collaborateurs qui se sont lancés dans cette aventure gourmande !

Laissez-vous tenter par ces recettes et réveillez le chef qui sommeille en vous ; partagez-nous vos réalisations via l'adresse : **life@biotech-dental.com.**

Continuons de faire vivre, chaque jour ensemble, cette belle histoire qui est la nôtre.

BIOTECH DENTAL
LIFE

IL Y EN A POUR TOUS LES GOÛTS

ENTRÉES

P.04 à 21

Soupe traditionnelle ukrainienne	p.05
Bruschetta tomates séchées & chèvre frais	p.07
Quiche lorraine	p.09
Cake apéritif	p.11
Pan con tomate	p.13
Velouté courgettes basilic	p.15
Tomates farcies au chèvre frais & oignons blancs	p.17
Pissaladière	p.19
Soupe au pistou de Mamie Lucette	p.21

PLATS

P.22 à 47

Salade pâtes, jambon cru, tomates cerises, mozza & melon	p.23
Courgettes farcies	p.25
Daube provençale	p.27
Pasta alle vongole	p.29
Saumon mariné	p.31
Tajine de poulet aux pruneaux & abricots	p.33
Tarte tatin aubergines pesto	p.35
Filet mignon à l'ananas	p.37
Poke'Zen	p.39
Salade d'été colorée	p.41
Tarte chèvre & courgettes	p.43
Caponata sicilienne	p.45
Crumble tomates cerises & chèvre	p.47

DESSERTS

P.48 à 61

Gâteau à l'orange et à l'huile d'olive	p.49
Fondant au chocolat	p.51
Clafoutis à la griotte rigolote	p.53
Cheesecake	p.55
Gâteau à l'ananas	p.57
Les frappes (beignets corses)	p.59
Gâteau au yaourt	p.61

BOISSONS

P.62 à 75

Cocktail sun & beach	p.63
Sangria à la pêche	p.65
Pimm's	p.67
Margarita frozen	p.69
Gin basilic citron	p.71
La Chèvre (made in Haute-Savoie)	p.73
Moscow Mule	p.75

SOUPE TRADITIONNELLE UKRAINIENNE

 Préparation
30 min

 Temps de cuisson
1 heure

Ma liste de courses

- 1 oignon, émincé
- 100 ml de pâte de tomates
- 2 c. à soupe d'huile végétale
- 340 g de chou blanc râpé
- 2 betteraves + 2 carottes + 4-5
pommes de terre + 2 tomates
(pelées, coupées en petits dés ou
râpées)
- 300-400 g de viande (porc, bœuf,
poulet) en morceaux
- 3 litres de bouillon de viande
- 3 feuilles de laurier
- 3 gousses d'ail, hachées
- 1 c. à soupe de vinaigre blanc ou
le jus de citron
- 25 ml de crème sure
- 10 g de persil plat ciselé
- 10 g (1/4 tasse) d'aneth ciselé
- 2 poivrons de couleur variée,
coupés en dés (optionnel)
- 1 piment (optionnel)
- 120 g de haricots blancs trempés
dans l'eau pendant 5h ou la nuit
(optionnel)

Petit plus

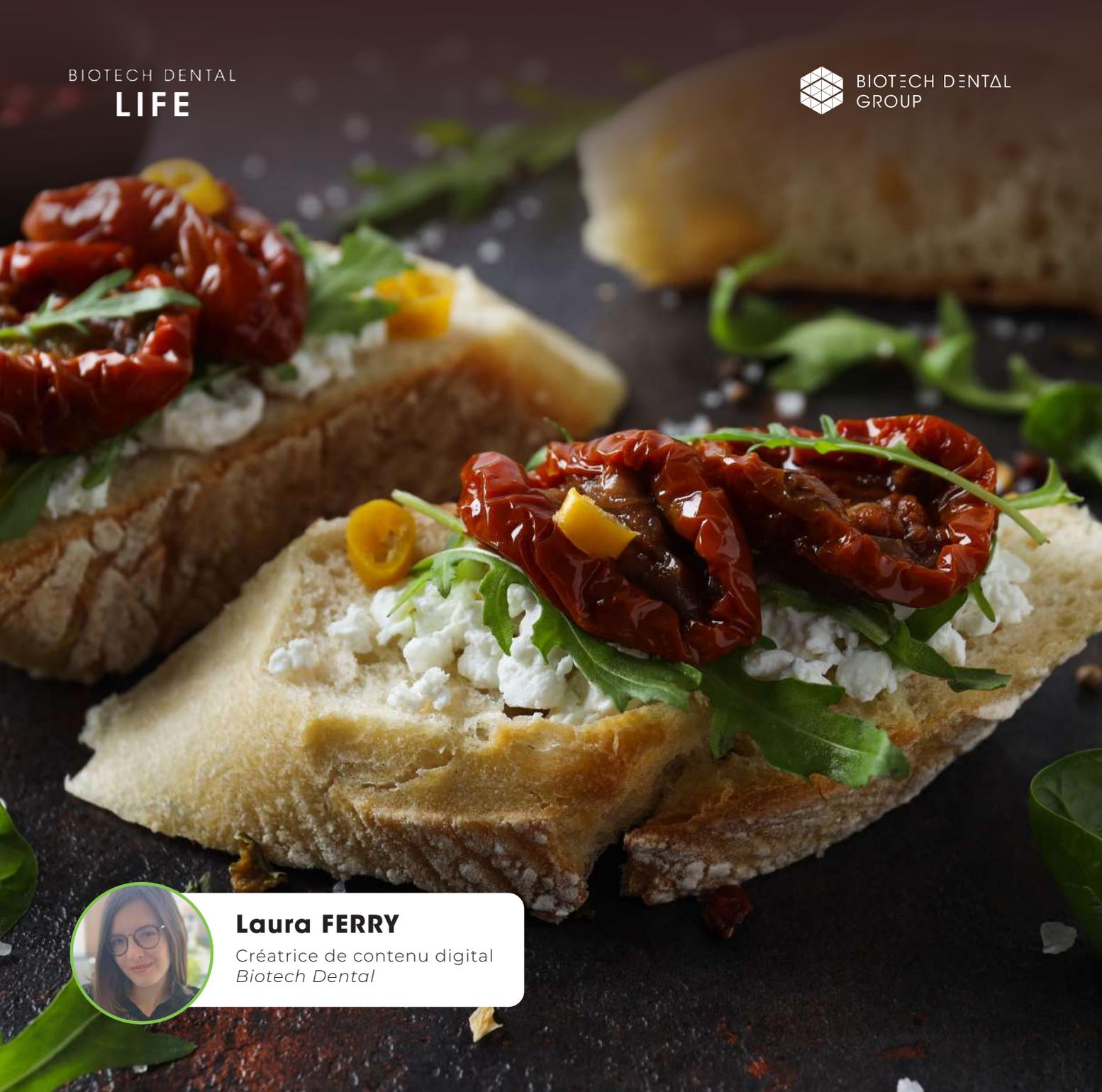
Cette soupe se prépare pour plusieurs jours et le lendemain, son goût est encore plus concentré.

- 1.** Préparer le bouillon de viande.
- 2.** Faire cuire les haricots blancs dans le bouillon de viande (commencer à ajouter les autres ingrédients quand les haricots sont encore un peu durs).
- 3.** Dans une poêle, attendrir l'oignon dans l'huile. Ajouter ensuite les poivrons et le piment avec les betteraves et carottes râpées, saler et poivrer. Faire cuire 3 minutes, puis ajouter 50 ml d'eau et cuire les légumes 10 minutes à feu doux en mélangeant de temps en temps. Ajouter les tomates coupées et la pâte de tomates et laisser cuire encore 3 minutes.
- 4.** Verser le contenu de la poêle dans la casserole avec le bouillon bouillant, la viande bouillie et les haricots. Ajouter le chou blanc râpé et les pommes de terre coupées en cubes. Porter à ébullition. Couvrir et laisser mijoter 20-30 minutes ou bien jusqu'à ce que tous les ingrédients soient tendres.
- 5.** Ajouter l'ail et le vinaigre. Rectifier l'assaisonnement.
- 6.** Servir dans des bols. Garnir de crème sure et d'herbes. Si désiré, accompagner de tranches de pain ou de pain grillé.



Viktoriia NAUMENKO

Chargée de relation clients & démonstratrice
produits - Biotech Dental Connect



Laura FERRY

Créatrice de contenu digital
Biotech Dental

BRUSCHETTA

Tomates séchées & chèvre frais

1. Prenez vos tranches de pain et tartinez-les de mascarpone.
2. Disposez vos tomates séchées sur votre tartine de pain dite « bruschetta ».
3. Découpez en tranches ou bien en petits morceaux votre bûche de chèvre (en fonction de la taille de votre tranche de pain) et ajoutez vos morceaux de chèvre.
4. Parsemez d'herbes de Provence.
5. Placez vos tartines sous le grill du four pendant 10 à 15 minutes (180°C) jusqu'à ce que le chèvre soit suffisamment doré. Attention, surveillez bien la cuisson.
6. À la sortie du four et afin d'ajouter une petite touche décorative, ajoutez une feuille de basilic sur vos tartines.
7. En fonction de vos goûts, un léger filet d'huile d'olive peut être ajouté.
8. Servez vos tartines chaudes à vos invités gourmands ! Cette recette est tout à fait déclinable, avec d'autres ingrédients comme le jambon cru, par exemple.

Buon appetito !

 **4/6 personnes**

 Préparation
10 min

 Temps de cuisson
10 à 15 min
(à surveiller)

Ma liste de courses

- 2 bocaux de tomates séchées
- 1 pot de mascarpone
- 1 bûche de chèvre frais
- 6 tranches de pain dédié « bruschetta » ou « pain de campagne »
- Basilic
- Herbes de Provence

Petit plus

Pour une version légèrement plus « light », n'hésitez pas à opter pour de la ricotta. Vous n'aimez pas le chèvre ? Remplacez-le par de la mozzarella !



Sophie DALLEM

Directrice associée
Label Dent - Metz

QUICHE LORRAINE

- 1.** Préchauffez le four à 180°C ;
Pendant ce temps, garnissez un moule avec la pâte à tarte puis piquez-la à l'aide d'une fourchette de part en part.
- 2.** Dans une poêle, faites dorer les lardons (j'aime quand ils sont bien grillés). Égouttez le gras de cuisson.
- 3.** Mélangez dans un saladier les œufs, la crème, le lait. Puis, ajoutez le poivre, de la muscade (j'aime aussi quand il y en a beaucoup). Et enfin, rajoutez les lardons.
- 4.** Mélangez puis versez sur la pâte. Rajoutez le gruyère. Si vous êtes plus gourmand(e), n'hésitez pas à en mettre plus selon vos goûts.
- 5.** Cuisez 45 à 50 minutes au four thermostat 6 (180°C).
- 6.** Coupez un peu de ciboulette ciselée en décoration.
- 7.** Plat réconfortant à déguster chaud en hiver devant la cheminée, la quiche se déguste froide également en été avec un verre de pinot noir frais ou de vin blanc de la Moselle. Avec une petite salade verte ou salade de cressons, c'est le repas familial parfait.
- 8.** Bon appétit et vive la Moselle !

 **6 personnes**

 Préparation
20 min

 Temps de cuisson
45 - 50 min

Ma liste de courses

- Moule à tarte de 24 à 26 cm de diamètre
- 1 pâte brisée maison (ou toute prête mais pur beurre)
- 200 gr de lardons (fumés ou non) en petits dés
- 4 œufs
- 20 cl de crème fraîche
- 150 gr de gruyère
- 20 cl de lait
- 1 pincée de poivre
- 1 pincée de noix de muscade
- Un peu de ciboulette

Petit plus

Je vous recommande de choisir plutôt une crème entière, c'est meilleur qu'avec une crème allégée.



Bruno AMATO

Assistant logistique
Biotech Dental

CAKE APÉRITIF

Lardons & olives

1. Préchauffez le four à 180°C.
2. Mélangez la levure et la farine dans un saladier. Ajoutez les 4 oeufs préalablement battus.
3. Ajoutez les lardons, le gruyère, les olives.
4. Liez le tout en ajoutant l'huile d'olive et le vin blanc. Mélangez bien.
5. Enfournez pendant 40 minutes à 180°C.
6. À déguster aussi bien chaud que froid.



6 personnes



Préparation
20 min



Temps de cuisson
40 min

Ma liste de courses



- 250 gr de farine _____
- 1 sachet de levure _____
- 4 œufs _____
- 10 cl de vin blanc _____
- 10 cl d'huile d'olive _____
- 200 gr de lardons _____
- 150 gr de gruyère _____
- 250 gr d'olives dénoyautées _____

Petit plus

Utilisez de préférence un mélange d'olives marinées.



Jeanne BONIFAY

Coordinatrice events
et communication - *Biotech Dental*

PAN CON TOMATE

1. Coupez votre pain en tranches un peu épaisses et mettez-les dans votre four préchauffé à 180°C pendant 5 minutes pour les faire légèrement griller.
2. Coupez vos tomates en deux. Ajoutez la moitié d'une gousse d'ail et 4 feuilles de basilic. Mixez le tout !
3. Ajoutez un filet d'huile d'olive, de fleur de sel et du poivre à votre préparation.
4. Coupez en deux votre tranche de jambon cru.
5. Déposez sur votre tranche de pain la préparation à la tomate, un morceau de jambon cru et une feuille de basilic.

Régalez-vous !

 **À partager**

 Préparation
20 min

Ma liste de courses

- 2 tomates _____
- 1 c. à soupe d'huile d'olive _____
- Sel / poivre _____
- 1 petite gousse d'ail _____
- 4 tranches de pain _____
- 3 tranches de jambon cru _____

Petit plus

Frottez au préalable l'ail
sur le pain grillé.

VELOUTÉ COURGETTES BASILIC

*Chantilly au chèvre
et chips de pancetta*

 **8 personnes**

 Préparation
20 min

 Temps de cuisson
30 min

Ma liste de courses



- 1,2 kg de courgettes
- 400 gr d'oignon
- 4 gousses d'ail
- 60 cl de crème entière liquide
- 60 g de beurre
- 1 litre d'eau
- 60 gr de basilic
- 20 gr de persil
- 160 g de parmesan râpé
- Sel / poivre
- 200 gr de chèvre frais
- 20 cl de crème entière liquide
- Ciboulette à discrétion
- 10 tranches de pancetta

Petit plus

Cette recette peut être déclinée en plat ou en entrée :)

- 1. Le velouté :** Épluchez et coupez les courgettes en dés. Faites fondre le beurre à feu doux dans une casserole, ajoutez l'ail et les oignons, puis les dés de courgettes et laissez cuire 5-7 minutes. Ajoutez l'eau, assaisonnez, et laissez mijoter 20-30 minutes. Incorporez la moitié de la crème et le parmesan, laissez fondre, puis ajoutez le basilic et le persil. Mixez la soupe, filtrez-la, portez à ébullition et ajoutez le reste de la crème.
- 2. La chantilly :** Mettez la crème, le saladier et les bras du batteur au réfrigérateur au moins 2 heures. Battez la crème en chantilly. Fouettez le fromage de chèvre avec la ciboulette, le sel et le poivre, puis incorporez délicatement à la chantilly. Réservez au frais.
- 3. Les chips :** Préchauffez le four à 180°C. Placez les tranches de pancetta entre deux feuilles de papier cuisson, couvrez d'un plat pour éviter qu'elles ondulent, et enfournez 5 minutes.
- 4. Dressage :** Servez le velouté chaud ou froid, émiettez des chips de pancetta dessus, ajoutez une quenelle de chantilly, et décorez avec des brisures de pancetta et de la ciboulette.



Aurore LOUCHE

Vice-Présidente - Transformation
Digitale LaGalaxy - *Biotech Dental*



Eva ALLARD

Cheffe de coordination d'events
& logistique - *Biotech Dental*

TOMATES FARCIES

au chèvre frais et oignons blancs

1. Préparation des tomates :

Coupez le chapeau de la tomate,
Enlevez l'intérieur de la tomate (à garder pour de la sauce
tomate).

2. Préparation de la farce :

À part dans un saladier, mettez le fromage frais (marque
Petit Billy, le meilleur !) et écrasez-le,
Coupez en petits morceaux ou hachez les oignons blancs,
Assaisonnez avec l'huile d'olive, le sel & le poivre.
Mélangez le tout dans le saladier.

3. Préparation des tomates farcies :

Une fois la préparation faite avec le chèvre et les oignons,
il s'agit de farcir les tomates.

À servir frais !



2 personnes



Préparation
15 min

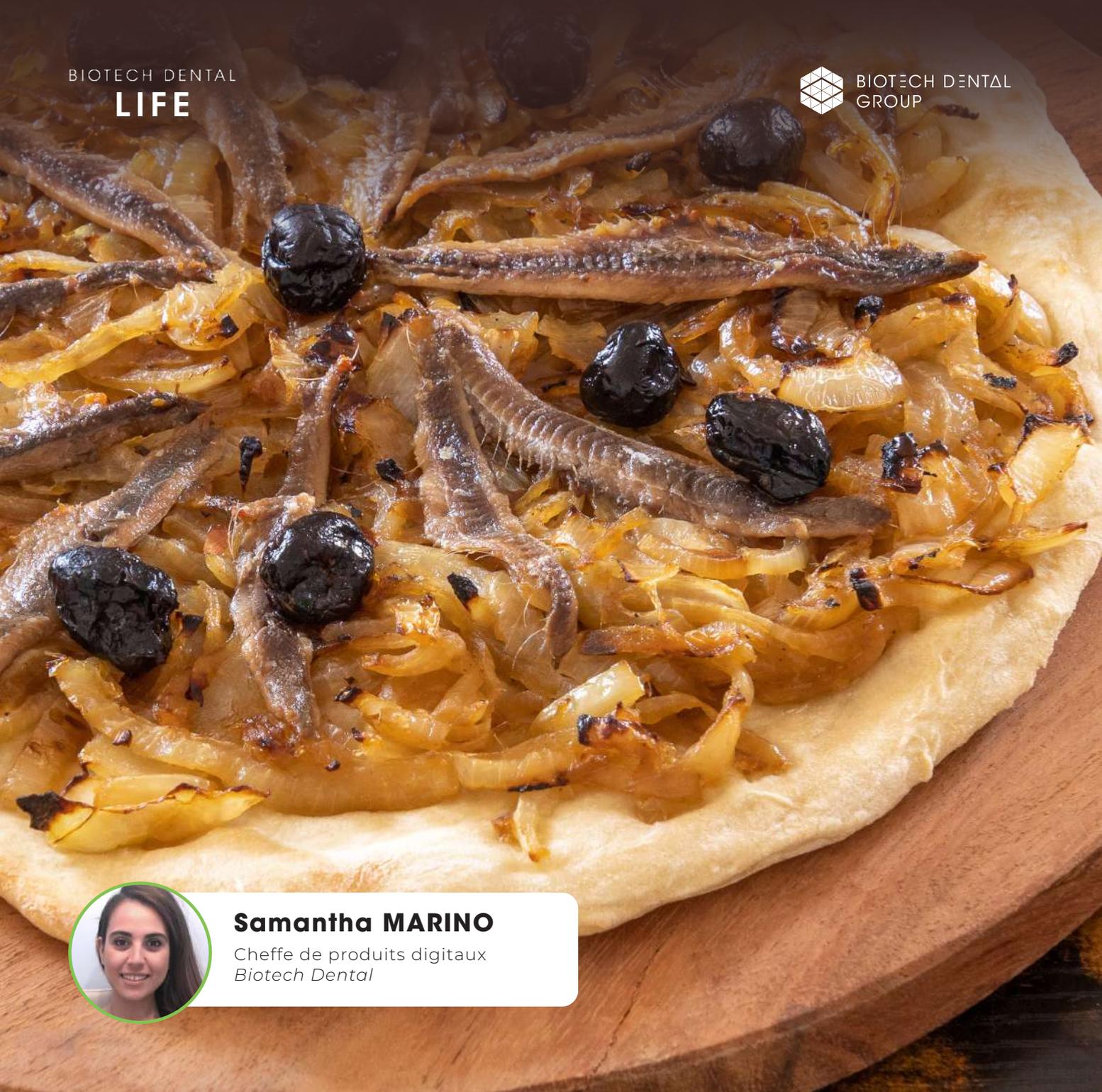
Ma liste de courses



- 4 tomates grappes de
taille moyenne
- 1 fromage frais
petit billy
- 2 oignons blancs frais

Petit plus

S'il reste de la farce, mettez-la
sur des toasts grillés pour
l'apéro !



Samantha MARINO

Cheffe de produits digitaux
Biotech Dental

PISSALADIÈRE

1. Épluchez et émincez finement les oignons.
2. Faites compoter les oignons à feu doux dans une sauteuse avec l'huile d'olive et le sucre en poudre (environ 30 minutes).
3. À mi-cuisson, ajoutez la moitié des filets d'anchois ainsi que le thym (les filets d'anchois vont fondre dans les oignons).
4. Mélangez régulièrement et laissez cuire jusqu'à l'obtention d'oignons fondants.
5. Étalez les oignons sur la pâte à pizza.
6. Disposez le reste des filets d'anchois ainsi que les olives noires sur les oignons.
7. Faites chauffer le four à 180°C et faites cuire la pissaladière environ 25 minutes !



4 personnes



Préparation
30 min



Temps de cuisson
25 min

Ma liste de courses



- 1 kg d'oignons doux _____
- 15/20 filets d'anchois _____
- Huile d'olive (3 cs) _____
- 1 c. de sucre en poudre _____
- Olives dénoyautées noires _____
(environ 20)
- 1 cc de thym _____
- 1 pâte à pizza _____

Petit plus

Faire soi-même sa pâte à pizza.



Alexandra GOMEZ

Responsable RH - Chargée du recrutement - *Biotech Dental*

SOUPE AU PISTOU

de Mamie Lucette



8 personnes



Temps de cuisson
40 min

1. Préparation de la soupe :

- Faites cuire les haricots blancs et rouges dans de l'eau salée pendant 15 minutes.
- Coupez les légumes en petits morceaux, sauf une pomme de terre et une tomate.
- Coupez le lard en morceaux.
- Égouttez les haricots.
- Dans une marmite, mettez les haricots, les légumes, une petite pomme de terre entière, le lard et la croûte de parmesan.
- Ajoutez de l'eau pour recouvrir les légumes avec 10 cm d'eau au-dessus.
- Salez, poivrez et faites cuire pendant environ 40 minutes, jusqu'à ce que les légumes soient tendres.
- Écrasez la petite pomme de terre entière pour rendre la soupe plus onctueuse.
- Ajoutez une goutte de piment.
- Goûtez et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.
- Si la soupe est préparée la veille, mettez-la au frais à ce stade.

2. Préparation du pesto :

- Dans un pilon, mélangez les feuilles de basilic, l'huile d'olive, l'ail et une tomate.
- Si pressé, mixez l'ail, l'huile et le parmesan, puis ajoutez les feuilles de basilic.

3. Avant de servir la soupe :

- Ajoutez 2,5 verres de coquillettes et faites cuire jusqu'à ce qu'elles soient cuites.
- Stoppez la cuisson.
- Ajoutez quelques cuillères de pesto.
- Mettez le reste du pesto dans un récipient pour que chacun en ajoute à son goût.
- Ajoutez une grosse poignée de gruyère dans la soupe et mélangez.

Servez, en proposant du parmesan ou du gruyère râpé en plus.

Ma liste de courses

Uniquement avec des légumes frais !

- 1 kg d'haricots blancs et rouges frais
- Environ 120 gr d'haricots plats
- Environ 120 gr d'haricots verts
- 4 carottes
- 1 grosse courgette
- 2 grosses tomates bien mûres
- 2 pommes de terre
- 1 oignon
- 1 ail entier
- 500 gr de lard fumé du boucher
- Sel / poivre
- Piment
- Parmesan avec sa croûte
- Gruyère
- Pâtes coquillettes
- Un gros fagot de basilic frais
- Huile d'olive

Petit plus

La soupe au pistou est toujours meilleure si elle est préparée la veille !

SALADE DE PÂTES

Jambon cru, tomates cerises, billes de mozzarella & de melon

 **6 personnes**

 **Préparation 20 min**

Ma liste de courses

- 500 gr de pâtes
- 300 gr de billes de mozzarella di bufala
- 250 gr de tomates cerises
- 5 cs à soupe de pesto
- 2 melons
- 200 gr de jambon cru (environ 2 tranches épaisses d'environ 5 mm)
- Crème de vinaigre balsamique
- Feuilles de basilic frais pour la décoration

Petit plus

Prenez des pâtes papillons ou des penne, elles absorbent bien la sauce.

Pour le jambon cru, optez pour la noix de jambon, moins salée et plus tendre.

- 1.** Faites cuire les pâtes à votre convenance (je vous recommande la cuisson al dente bien évidemment).
- 2.** Égouttez-les et placez-les dans un saladier puis attendez quelques minutes qu'elles refroidissent un peu. Dès qu'elles sont tièdes, ajoutez 5 cuillères à soupe de pesto.
- 3.** Lavez et égouttez les tomates cerises puis coupez-les en 4.
- 4.** Égouttez les billes de mozzarella.
- 5.** Coupez les tranches de jambon cru en dés.
- 6.** Faites des billes de melon si vous avez l'ustensile qu'il faut, sinon coupez-les en dés.
- 7.** Ajoutez les tomates cerises, les billes de mozzarella, les billes de melon puis les dés de jambon.
- 8.** Mélangez le tout.
- 9.** Servez dans des assiettes et arrosez de crème de vinaigre balsamique.
- 10.** Ajoutez 2 feuilles de basilic frais.

Servez bien frais et régalez-vous !



Yann LE GOUADEC

Chef de projet informatique
Biotech Dental

COURGETTES FARCIES

 **2 personnes**

 Préparation
20 min

 Cuisson
30 - 40 min

1. Lavez les courgettes, ne les pelez pas. Coupez-les en deux dans le sens de la longueur pour obtenir 4 barquettes. Évidez chaque barquette avec une petite cuillère et conservez la chair à part.
2. Faites revenir la chair de courgette dans la moitié d'huile d'olive avec l'oignon émincé. Ajoutez ensuite la viande hachée et faites revenir à nouveau en mélangeant avec une fourchette afin de bien égrener la viande hachée.
3. Dans un plat allant au four, disposez les barquettes de courgettes l'une à côté de l'autre, remplissez-les de la farce courgette - viande et arrosez le tout avec le coulis de tomates ou une boîte de tomates pelées (selon si l'on désire plus ou moins de jus).
4. Mettez au four à 200°C pendant environ 30 à 40 minutes.
5. Quelques minutes avant la fin de la cuisson, parsemez le plat avec le fromage râpé et poursuivez les dernières minutes de cuisson (le fromage fond). Pour obtenir un véritable plat doré, passez-le au grill quelques instants.

Ma liste de courses



- 50 gr de fromage râpé
- 1 oignon
- 50 gr d'huile d'olive
- 2 courgettes
- 600 gr de boeuf haché
- 20 cl de coulis de tomates ou de tomates pelées
- Sel / poivre

Petit plus

Laissez libre cours à vos envies en remplaçant le bœuf par des lardons, du poulet ou toute autre option de votre choix selon vos préférences gustatives !



Auxane BEUREL

Infographiste
Biotech Dental



Audrey PERACCHIA

International Commercial
Assistant - *Smilers*

DAUBE PROVENÇALE

- 1.** Faites revenir les oignons avec les lardons puis retirez-les.
- 2.** Enfarinez la viande et faites-la revenir dans un faitout.
- 3.** Rajoutez les oignons et lardons, 1L de vin rouge, 3 cuillères à soupe de purée de tomates, sel, poivre, ail (écrasé), 2 feuilles de laurier et le thym.
- 4.** Faites cuire au minimum 7h à très petit feu.

Bon appétit !

 **4 personnes**

 Préparation
20 min

 Cuisson
7h

Ma liste de courses



- 2 oignons
- 200 gr de lardons
- 1 kg de viande de bœuf (viande pour bœuf bourguignon)
- 1 L vin rouge
- Purée de tomates
- Sel / poivre
- 3 gousses d'ail
- Laurier
- Thym

Petit plus

Utilisez un faitout en fonte.
En accompagnement, vous pouvez proposer ce plat avec des macaronis.

**Claudie TORRES**

Cheffe de produit ATP38
Biotech Dental

PASTA ALLE VONGOLE

- 1. Faites dégorger les palourdes :**
Dans un saladier, mettez les palourdes (seulement les fermées) dans de l'eau froide avec un peu de sel. Laissez reposer 1 heure. Répétez l'opération 2/3 fois, en fonction du sable restant.
- 2.** Retirez-les de l'eau, nettoyez-les une par une & rincez-les. Ne conservez que les coquillages fermés.
- 3.** Faites chauffer l'huile d'olive, saisissez les palourdes 1/2min. Ajoutez le vin blanc, laissez cuire 1 min, ajoutez le beurre, l'ail finement haché, poivrez & salez. Mélangez, ajoutez le persil, remuez. Éteignez le feu & couvrez.
- 4.** Faites cuire les spaghettis al dente, égouttez-les & ajoutez-les à la préparation des palourdes. Ajoutez 1 grosse louche d'eau de cuisson. Ouvrez une dizaine de palourdes, mélangez bien le tout, ajoutez du citron si souhaité.
- 5.** Dégustez aussitôt.

 **4/6 personnes** Préparation
10 min Temps de cuisson
10 à 15 min
(à surveiller)

Ma liste de courses



- 1 kg de palourdes _____
du marché
- 400 gr de spaghettis fraîches _____
- 0,5 verre de vin blanc sec _____
- 2 gousses d'ail _____
- Persil _____
- Sel / poivre _____
- Huile d'olive _____
- 50 gr. beurre _____

Petit plus

Sortez quelques palourdes de leurs coques afin de peaufiner votre dressage dans l'assiette.

SAUMON MARINÉ

1. Riz japonais :

Mettez le riz dans une casserole, remplissez d'eau froide, mélangez et égouttez. Répétez cette opération 3 fois. Remettez le riz dans la casserole et versez l'eau. Placez la casserole sur feu vif jusqu'à ébullition puis baissez sur feu très doux, couvrez et laissez cuire 15 minutes.

2. Marinade :

Dans une assiette creuse : zeste puis pressez le citron vert. Versez la sauce soja, le miel et de l'eau, 60 ml. Mélangez bien le tout. NB : Passez le pot de miel sous un filet d'eau tiède pour le liquéfier.

3. Saumon mariné :

Coupez le saumon en 2 afin de former 2 pavés égaux. Plongez le saumon dans la marinade. Laissez-le mariner 15 minutes au frais. Si besoin, ôtez la 1^{ère} peau de la cébette puis émincez-la finement.

4. Mi-cuit :

Chauffez une poêle à feu moyen sans ajout de matière grasse. Faites-y cuire le saumon 1 minute par face, puis versez la marinade et faites-la légèrement frémir pour qu'elle réduise. Le saumon doit caraméliser et rester rosé à cœur. Attention, ça va vite !

5. Saumon laqué :

Servez le saumon avec le riz japonais. Parsemez de sésame noir et de cébette juste avant de déguster !



4/6 personnes



Préparation
20 min

Ma liste de courses



- Saumon 480 gr
- Riz japonais 300 gr
- Cébette 1 pièce
- Citron vert 1 pièce
- Miel 1 pièce
- Eau 60 ml
- Sésame noir 2 c.c.
- Sauce soja salée 1 pièce

Petit plus

Ajoutez 1 minute de cuisson par face si vous le préférez plus cuit.



Manon MACÉ

Responsable Service Client
Smilers

TAJINE DE POULET

aux pruneaux & abricots

 **6 personnes**

 Préparation
1 heure

Ma liste de courses

- 6 cuisses de poulet (sans la peau de préférence)
- Pruneaux, abricots à votre convenance
- 3 oignons
- 2 cs à soupe de miel liquide
- Jus de 1 citron
- Poudre de cumin, coriandre, cannelle
- 2 cs à soupe de graines de sésame + amandes non mondées à faire griller dans une poêle à part (facultatif)
- 4 cs à soupe d'huile d'olive
- 8 brins de coriandre
- Sel / poivre

Petit plus

Bien faire réduire longtemps à feu doux dans la cocotte afin d'épaissir la sauce et caraméliser l'ensemble.

- 1.** Pelez les oignons et coupez-les en fines rondelles.
- 2.** Faites chauffer l'huile dans une cocotte et mettez les morceaux de poulet à dorer sur toutes les faces, puis égouttez-les et réservez-les dans un plat.
- 3.** À leur place, faites bien fondre les oignons 5 minutes en remuant, puis ajoutez les pruneaux, les abricots, le miel, le jus de citron et toutes les épices.
- 4.** Salez, poivrez, remuez bien et remettez les morceaux de poulet.
- 5.** Mouillez avec 20 cl d'eau chaude, voire même davantage selon la taille de la cocotte, remuez, couvrez et laissez mijoter environ 45 minutes à 1 heure à feu doux.
- 6.** Avant la fin de la cuisson du tajine, ajoutez les amandes et les graines de sésame grillées dans la cocotte (facultatif).
- 7.** Au dernier moment, parsemez de coriandre fraîchement ciselée.

Servez très chaud.



Hélène DUFFAUX

Directrice pôle événementiel
France & international - *Biotech Dental*

TARTE TATIN AUBERGINES PESTO

 **6 personnes**

 Préparation
20 min

 Cuisson
25 min

- 1.** Préchauffez le four à 200°C.
- 2.** Coupez les aubergines en rondelles et disposez-les sur une plaque allant au four. Arrosez-les d'un filet d'huile d'olive. Enfournez pendant 20 minutes.
- 3.** Déroulez la pate feuilletée et tartinez-la de pesto rosso.
- 4.** Munissez-vous d'un moule à tarte, ajoutez un peu d'huile d'olive, du parmesan rapé et une cuillère à soupe de cassonade (ou plus).
- 5.** Disposez les rondelles d'aubergines ainsi que du basilic ciselé.
- 6.** Recouvrez avec la pâte feuilletée et piquez-la avec une fourchette (le côté badigeonné avec le pesto rosso sera du côté des aubergines).
- 7.** Baissez le four à 180°C et enfournez pendant 25 minutes.
- 8.** Démoulez la tarte en la retournant sur une assiette.

Et dégustez !

Ma liste de courses



- 2 aubergines
- Sucre roux / cassonade
- 1 pot de pesto rosso
- 1 paquet de parmesan rapé
- 1 pâte feuilletée
- Basilic ciselé
- Huile d'olive

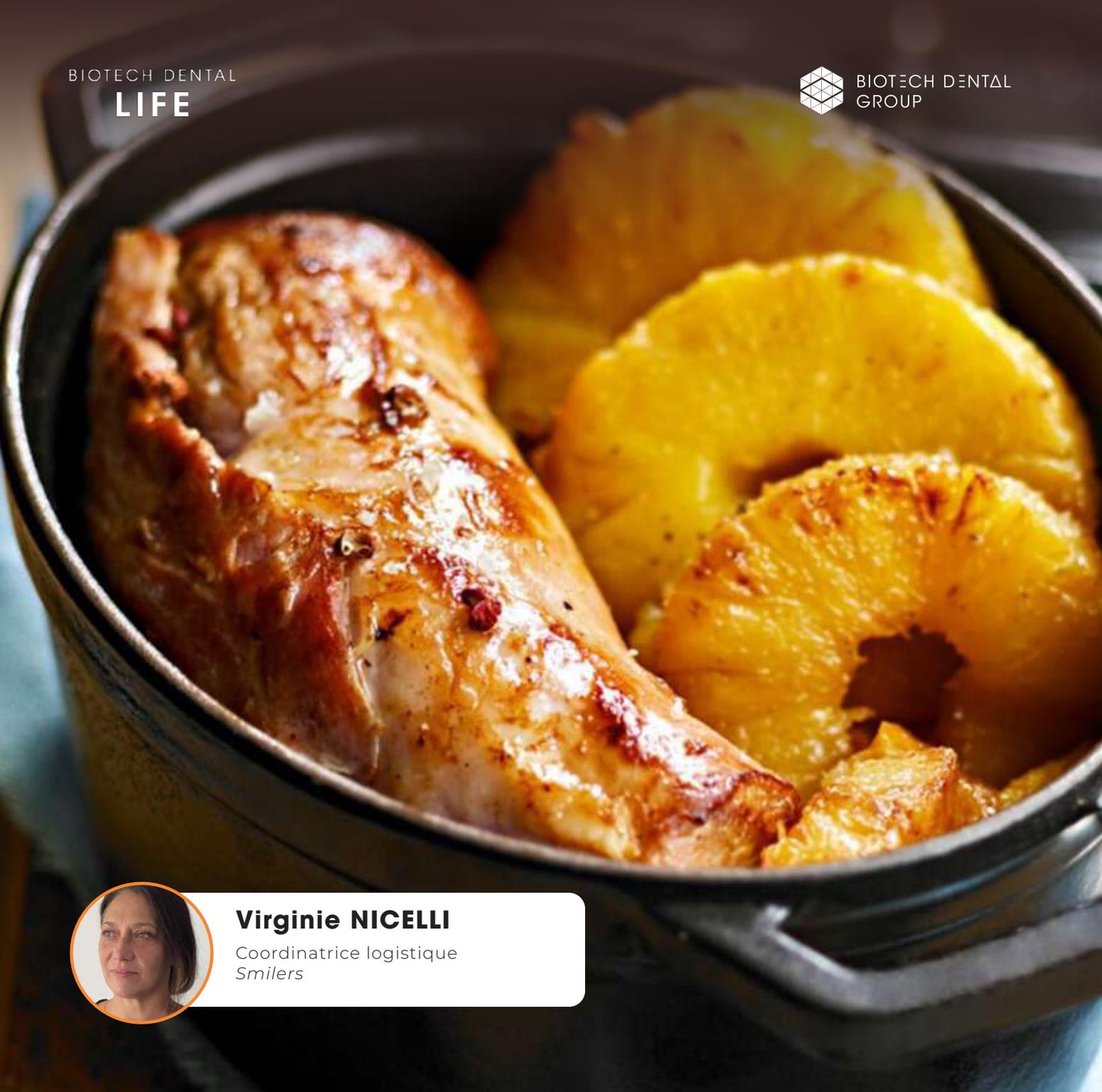
Petit plus

Être généreux sur le pesto et le parmesan !
Y ajouter une burrata ou de la stracciatella sur le dessus de la tarte une fois retournée.



Camille XERRI

Sales Assistant International Dental
Division - *Biotech Dental*



Virginie NICELLI

Coordinatrice logistique
Smilers

FILET MIGNON À L'ANANAS

- 1.** Dans une sauteuse, faites saisir le filet mignon avec un filet d'huile d'olive.
- 2.** Hachez les gousses d'ail ;
Et coupez vos oignons (je préfère assez grossièrement mais chacun ses préférences) ;
Rajoutez-les au filet mignon, puis ajoutez une pincée de sel et de poivre.
- 3.** Une fois que tout est bien coloré, faites flamber au rhum (c'est comme pour la pâtisserie, c'est toujours meilleur avec du rhum) puis mettez le jus de la boîte d'ananas.
- 4.** Dès que l'ébullition reprend, mettez les tranches d'ananas, couvrez et laissez cuire à feu doux pendant 20 minutes environ.

Servez votre plat, accompagné avec du riz blanc.

 **4 personnes**

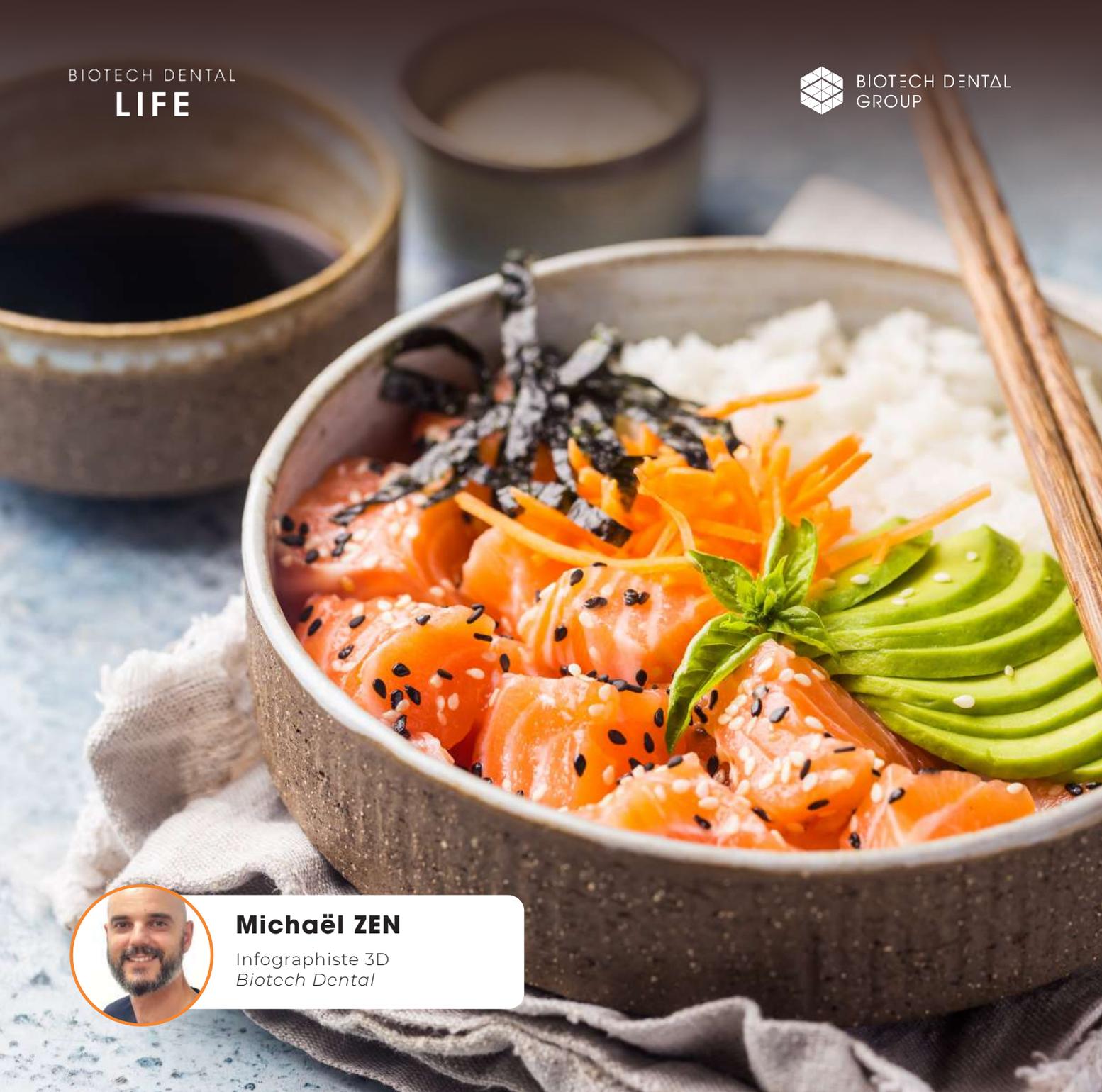
 Préparation
40 min

Ma liste de courses

- 1 filet mignon de porc
- 2 gousses d'ail
- 1-2 oignons selon votre goût
- 1 boîte d'ananas au sirop
- Graines de cumin
- Sel / poivre
- Rhum
- Amandes hachées

Petit plus

Pour plus de gourmandise, faites griller dans une poêle sèche des amandes et mettez-les, au moment de servir, sur la viande.



Michaël ZEN

Infographiste 3D
Biotech Dental

POKE'ZEN

 1 personne

 Préparation
20 min

1. Préparation du saumon :

Retirez la peau et coupez le saumon en cubes de 1-2 cm. Faites torréfier les graines de sésame à feu vif, juste dorées. Mélangez le jus de citron, la sauce soja, les graines de chia, et les graines de sésame torréfiées avec le gingembre. Faites mariner le saumon 5 minutes.

2. Préparation du bol :

Disposez la salade, l'avocat coupé en lamelles, les carottes et le chou dans un bol ou une assiette, en laissant de la place pour le riz.

3. Cuisson du saumon :

Chauffez une poêle avec de l'huile de sésame et saisissez le saumon mariné (+ marinade) jusqu'à ce qu'il soit légèrement doré. Ajoutez le beurre de cacahuète en fin de cuisson et mélangez.

4. Cuisson du riz :

Faites cuire le riz dans de l'eau salée, en le laissant cuire 1 minute de plus que le temps indiqué.

5. Préparation de la vinaigrette :

Mélangez l'huile de sésame, le vinaigre balsamique, le jus de citron vert, le gingembre et la sauce soja. Salez et poivrez. Ajoutez des graines de sésame torréfiées.

6. Assemblage :

Égouttez le riz et disposez-le dans le bol. Versez la vinaigrette sur le riz.

Ma liste de courses

- 150 gr de saumon
- Jus de citron vert
- 1 c. à soupe de sauce soja
- 1 c. à café de graines de chia (optionnel)
- 1 c. à soupe de graines de sésame
- 1 ou 2 pincées de gingembre
- Jeunes pousses de salade ou mâche
- ½ avocat
- 50 gr de riz basmati

Pour la vinaigrette

- 1 c. à soupe d'huile de sésame
- 1 c. à soupe de vinaigre balsamique
- Jus de citron vert
- 1 c. à café de sauce soja
- 1 c. à café de gingembre en poudre
- Sel / poivre

Petit plus

En option, vous pouvez rajouter du beurre de cacahuète «crunchy».



**Valentine
VANTHOMME-ZUIDA**
Office Manager - Smilers



4-6 personnes



Préparation
20 min

SALADE D'ÉTÉ COLORÉE

- 1.** Faites bouillir un grand volume d'eau salée. Plongez les penne à l'ébullition, laissez cuire jusqu'à l'obtention d'une cuisson al dente.
- 2.** Découpez tous les légumes en brunoise, et mettez-les dans un grand saladier. Versez un bon filet d'huile d'olive, salez, poivrez, mélangez.
La brunoise est indispensable pour que toutes les saveurs se mélangent au même moment en bouche !
- 3.** Laissez le mélange infuser, l'huile d'olive au frigo, le temps de la cuisson des pâtes.
- 4.** Égouttez les pâtes, rincez-les à l'eau froide.
- 5.** Rajoutez les penne au mélange de légumes.
- 6.** Régalez-vous !

Ma liste de courses

- 500 gr (crués) de penne
- 4 poivrons (deux rouges, un vert & un jaune)
- 3 petites tomates ou 2 grosses
- 1 oignon rouge
- 2 gousses d'ail
- Huile d'olive
- Sel / poivre
- Coriandre si vous aimez, (personnellement je déteste) ou du basilic

Petit plus

Je déteste les oignons, mais dans cette recette, c'est une tuerie. L'ajout de l'oignon rouge est obligatoire, même si on n'aime pas !



Allison VAN AUDENHOVE

Responsable QHSE
Biotech Dental

TARTE CHÈVRE & COURGETTES

1. Préchauffez votre four à 220°C.
2. Étalez la pâte brisée dans un moule à tarte, piquez-la à l'aide d'une fourchette et recouvrez-la de moutarde.
3. Coupez les courgettes, les tomates et la bûche de chèvre en rondelles.
4. Réalisez des couronnes de courgettes, puis intercalez les tomates et les rondelles de chèvre.
5. Battez les œufs avec le sel, le poivre, et des herbes de Provence puis recouvrez les légumes.
6. Saupoudrez des herbes de Provence.
7. Enfournez 30-35 minutes au four.
8. Servez chaud avec de la roquette.



4 personnes



Cuisson
30-35 min

Ma liste de courses

- 1 pâte brisée
- 2 courgettes moyennes
- 2 tomates
- De la moutarde fine et forte
- 4 œufs
- Herbes de Provence
- Sel / poivre
- 1 bûche de fromage de chèvre
- Roquette

Petit plus

Si vous n'aimez pas le chèvre, vous pouvez remplacer par de la scamorza.

Si vous êtes gourmands, vous pouvez ajouter de la crème fraîche épaisse aux œufs.

CAPONATA SICILIENNE



Cuisson
1 heure

Ma liste de courses



Pour 1kg d'aubergines

- 5 branches de céleri
- 2 gros oignons rouges
- 40 gr de concentré de tomates (marque italienne)
- 100 gr olives vertes dénoyautées ou 150 gr avec noyau mais qu'il faudra dénoyauter
- 40 gr de câpres
- 30 gr de raisins secs sultanes
- 30 gr de pignons
- 30 gr de vinaigre de vin blanc (vinaigre d'alcool pour cuisine)
- 30 gr de sucre en poudre

Petit plus

C'est un plat qui se mange chaud ou froid et sera encore meilleur le lendemain après une nuit au frais !

- 1.** Rincez et découpez les aubergines en morceaux, réservez. Dans une grande poêle, faites-les rissoler (dans une huile neutre, tournesol par ex.) jusqu'à ce qu'elles soient dorées et déposez-les dans un grand plat avec sopalin pour absorber le gras en trop, salez et poivrez.
- 2.** Dans cette même poêle, faites blondir les pignons et réservez-les. Nettoyez et pelez le céleri (enlevez les fils) et tronçonnez en dés aussi gros que les morceaux d'aubergines, faites-les bouillir dans une casserole d'eau jusqu'à ce qu'ils soient tendres et réservez.
- 3.** Dénoyotez les olives et coupez-les en lamelles, réservez. Dans une autre petite casserole, versez le vinaigre et diluez-y le sucre, réservez.
- 4.** Prenez une cocotte, faites-y fondre l'oignon haché menu dans une cuillère à soupe d'huile d'olive, lorsqu'il blondit, ajoutez-y le céleri, et le concentré de tomates, mélangez et faites revenir le tout pendant 2 min sur feu assez fort. Ajoutez les câpres, les olives, les raisins secs et le mélange sucre/vinaigre, une pincée de sel et 200g d'eau (20cl), mettez le tout **sur feu tout doux** (2 sur induction) pendant 1 heure, cela doit confire.
- 5.** Éteignez le feu, ajoutez les aubergines et les pignons, et voilà !
- 6.** Vous pouvez accompagner ce plat de grillades ou d'une tranche de pain de campagne ou en entrée.
- 7. Réglez vous !**



Isabelle DUMAS

Secrétariat, standardiste Sales
France & accueil - *Biotech Dental*



Marie-Caroline LANDAIS

Chargée des Ressources Humaines
Biotech Dental Manufacturing

CRUMBLE

tomates cerises & chèvre

- 1.** Préchauffez le four à 180°. Dans un saladier, ajoutez la farine, le beurre et le parmesan. Salez, poivrez et malaxez le tout jusqu'à l'obtention d'une pâte sableuse.
- 2.** Lavez les tomates cerises et versez-les dans un plat à gratin préalablement graissé. Ajoutez le thym, le sel et le poivre, Mélangez le tout.
- 3.** Ajoutez la moitié du chèvre émietté sur le dessus. Ajoutez la pâte à crumble. Puis, enfournez le tout pendant 40 minutes au four jusqu'à ce que la pâte soit bien dorée.
- 4.** Ajoutez le reste du chèvre frais sur le dessus du crumble à la sortie du four.
- 5.** Servez, c'est prêt !

 **4 personnes**

 Préparation
6 min

 Cuisson
40 min

Ma liste de courses

- 800 gr de tomates cerises
- 200 gr de chèvre frais
- 160 gr de farine de blé
- 100 gr de beurre
- 2 cs à soupe de parmesan
- 4 pincées de thym (feuilles)

Petit plus

J'ajoute un peu plus de fromage de chèvre pour que cela soit plus fondant.



Gabrielle OTTO

Service administratif
Biotech Dental

GÂTEAU À L'ORANGE

et à l'huile d'olive

- 1.** Prélevez le zeste de 3 oranges et réservez-les. Prélevez également le jus des oranges dans un récipient.
- 2.** Battez les œufs et le sucre. Ajoutez le jus des oranges, les zestes, la farine, la levure, l'huile d'olive et mélangez délicatement.
- 3.** Versez dans un moule beurré la pâte homogénéisée et laissez cuire 40 minutes à 160°C. La préparation est facile mais, la cuisson délicate. Il faut vérifier la cuisson, et retirer le gâteau du four lorsque la pointe du couteau est encore « humide » pour conserver la souplesse de la pâte.
- 4.** Il est possible de rajouter quelques graines de sésame avant d'enfourner.



12 personnes



Préparation
30 min



Cuisson
40 min

Ma liste de courses



- 5 oranges juteuses
- 25 cl d'huile d'olive
- 400 gr de sucre
- 500 gr de farine
- 5 œufs
- 1 sachet de levure chimique

Petit plus

Zestez les oranges et mélangez-les au sucre dans un contenant étanche à l'avance afin d'intensifier les notes « zestées ».

FONDANT AU CHOCOLAT

1. Préchauffez votre four à 180 °C.
2. Faites fondre le chocolat avec le beurre dans une casserole à feu doux.
3. Dans un saladier, mettez le sucre, les œufs et la farine, puis mélangez.
4. Ajoutez le mélange beurre-chocolat dans le saladier, puis mélangez encore !
5. Beurrez et farinez le moule, puis versez-y le contenu du saladier.
6. Faites cuire 16 à 20 minutes en fonction de la consistance souhaitée...
7. Laissez refroidir puis démoulez.



6 personnes



Préparation
10 min



Cuisson
30 min

Ma liste de courses



- 75 gr de sucre (moins, c'est bien aussi !)
- 50 gr de farine
- 100 gr de beurre + de quoi beurrer le moule
- 200 gr de chocolat noir pâtissier
- 3 œufs

Petit plus

Pour un effet très fondant, limitez la cuisson à 15 minutes !



Aurélia DUBOIS

Vice-Présidente Senior Legal
Directrice juridique - *Biotech Dental*

CLAFOUTIS

à la griotte rigolote

1. Préchauffez le four à 180°C, à température provençale !
2. Lavez les cerises avec tendresse et dénoyautez-les avec adresse, en leur susurrant des mots doux.
3. Dans un grand saladier, cassez les œufs. Ajoutez le sucre, la farine et le sel, en mélangeant avec un fouet malicieux.
4. Versez le lait petit à petit, en faisant des cercles comme un taureau camarguais. Parfumez avec une goutte de vanille comme un baiser parfumé de Provence.
5. Beurrez un moule, à la mode de chez nous. Disposez les cerises avec soin et versez la préparation sur les cerises.
6. Enfournez, et laissez cuire pendant une trentaine de minutes, en fredonnant la coupo santo.
7. Sortez le clafoutis du four et laissez-le refroidir légèrement, en vous préparant à la dégustation. « Quand la cuina provençala canta, las papilhas dança. Quand la cuisine provençale chante, les papilles dansent ».
8. Bon appétit !



6 personnes



Préparation
30 min



Cuisson
30 min

Ma liste de courses



- 500 gr de cerises _____
- 4 œufs _____
- 150 gr de farine _____
- 100 gr de sucre _____
- 300 ml de lait _____
- Une pincée de sel _____
- Un soupçon de vanille _____
- Beurre _____

Petit plus

Rajoutez de la poudre de « perlimpinpin » sans modération :)



Rachel BOYER

Chargée d'Administration
des Ventes - Dextérité Médical

CHEESECAKE

1. Préchauffez le four à 200°C.
2. **Préparation de la base spéculos :**
Écrasez et mixez le spéculos le plus finement possible.
Faites fondre le beurre dans une casserole. Mélangez le beurre fondu avec la totalité du spéculos mixé.
Disposez sur le fond du plat.
3. **Préparation du crémeux :**
Mixez le fromage blanc et le sucre dans un saladier à part.
Ajoutez le sucre vanillé, le citron + zeste et mélangez. Ajoutez les oeufs, la farine et mixez à nouveau.
4. Versez dans le moule et enfournez 40 minutes.
5. Laissez refroidir et mettez au frais 6 heures minimum.
6. Vous pouvez déguster avec un coulis de fruits rouges, ou pour plus de gourmandise, du chocolat ou encore du caramel au beurre salé.

 **12 personnes**

 Préparation
25 min

 Cuisson
40 min

 **+ 6h** au frais
minimum

Ma liste de courses

- 1 kg de fromage blanc
- 250 gr de sucre
- 200 gr de spéculos minimum
- 100 gr de beurre
- 5 oeufs entiers
- 4 cs de farine
- 1 sachet de sucre vanillé
- Zeste + jus d'un citron

Petit plus

Le secret, c'est de ne surtout pas utiliser de fromage frais du style Philadelphia ou St Morêt. Privilégiez le fromage blanc pour plus de légèreté.



Cécilia CAZORLA

Responsable Design
et Infographie - *Biotech Dental*

GÂTEAU À L'ANANAS

1. Préchauffez le four à 180°C.
2. Dans un saladier, mélangez le sucre vanillé et le sucre. Ajoutez la farine puis les œufs.
3. Diluez la levure dans le verre de lait, et ajoutez dans le saladier. Finissez avec un verre d'huile. Mixez jusqu'à l'obtention d'un mélange onctueux.
4. Beurrez un moule à manquer. Saupoudrez de farine, enlevez l'excédent. Déposez les tranches d'ananas dans le fond. Ajoutez la pâte puis ajoutez le reste d'ananas (découpé en morceaux).
5. Mettez au four pendant 25 minutes (minimum).
6. Piquez avec la pointe d'un couteau pour vérifier la cuisson. Le gâteau est cuit lorsque la lame du couteau sort sans pâte.
7. À la sortie du four, piquez le gâteau plusieurs fois et ajoutez TOUT le jus de la boîte d'ananas.
8. Couvrez le gâteau avec un torchon propre.
Servez-le tiède, seul ou accompagné d'un peu de chantilly !



12 personnes



Préparation
25 min



Cuisson
25 min
minimum

Ma liste de courses



- 3 œufs
- 3 verres de farine
- 2 verres et demi de sucre
- 1 verre de lait
- 1 verre d'huile (pas d'olive)
- 1 sachet de sucre vanillé
- 1 sachet de levure
- 1 boîte d'ananas tranché
- Un peu de beurre

Petit plus

Pour plus de gourmandise, n'hésitez pas à saupoudrer le fond de votre moule d'un peu de sucre en poudre !



Christine COULLOMB

Chargée de formation
Biotech Dental Academy

LES FRAPPES

Beignets corses

1. Dans un grand bol, battez l'œuf avec le sucre et l'huile de cuisson jusqu'à ce que le mélange soit lisse et crémeux.
2. Ajoutez la pincée de sel, le zeste d'orange et le jus d'orange fraîchement pressé dans le bol et mélangez bien.
3. Ajoutez le yaourt solide ou la crème sure au mélange et remuez jusqu'à ce que le tout soit bien mélangé.
4. Ajoutez la farine tamisée et la levure chimique dans le bol et mélangez jusqu'à obtenir une pâte souple et homogène.
5. Saupoudrez un plan de travail de farine et déposez-y la pâte. Pétrissez légèrement jusqu'à former une boule.
6. Divisez la pâte en petites portions et formez des boules de la taille d'une noix.
7. Préchauffez l'huile et plongez-y les beignets. Il faut surveiller la cuisson et retourner les beignets dès qu'ils dorent !
8. Dans une assiette, mélangez le sucre et le sucre vanillé. Trempez chaque boule de pâte dans ce mélange afin qu'elles soient uniformément enrobées.
9. Placez les boules de pâte sur un plateau ou une assiette et réfrigérez au moins 30 minutes celles-ci pour qu'elles durcissent légèrement.

Servez !



4 personnes



Préparation
30 min



Repos
2 heures

Ma liste de courses

- 1 oeuf _____
- 2 cs de sucre _____
- 2 cs d'huile de cuisson _____
- 1 pincée de sel _____
- Zeste d'orange râpé _____
- 60 ml de jus d'orange _____
- fraîchement pressé _____
- 125 gr de yaourt solide _____
- ou de crème sure _____
- 280 gr de farine _____
- 6 gr de levure chimique _____
- (1/2 sachet) _____
- Sucre et sucre vanillé _____
- pour rouler _____

Petit plus

C'est une recette pour les gourmands... Ne pas lésiner sur le « trempage » dans le sucre !



Alexis MAZZOTTI

Supply Chain Manager
Smilers

GÂTEAU AU YAOURT

*Dessert ou goûter facile
par excellence*

1. Versez le yaourt dans un saladier et servez-vous du pot vide pour doser le reste des ingrédients.
2. Mélangez bien tous les ingrédients jusqu'à obtenir une pâte bien lisse (la base + les options choisies).
3. Graissez le moule avec un peu d'huile (forme au choix) et enfournez 30 à 40 minutes à 180°C dans le four préchauffé.
4. À déguster tiède (ou froid s'il en reste) !

En option : J'agrémente en fonction de l'humeur et de la saison car c'est un gâteau facile et tout terrain : avec un peu de fleur d'oranger ou des zestes de citron ou d'orange, du « 4 épices » ou de la cannelle seule. On peut aussi ajouter des pommes ou des poires coupées en gros dés.

 4-6 personnes

 Préparation
15 min

 Cuisson
30 à 40 min

Ma liste de courses



- 1 yaourt nature _____
- 1 pot d'huile végétale _____
surtout pas d'olive, sauf _____
pour les plus fantaisistes _____
- 3 pots de farine _____
- 2 pots de sucre (avec _____
éventuellement un sachet _____
de sucre vanillé) _____
- 3 oeufs _____
- 1 sachet de levure _____

Petit plus

Pour les très gourmands, la version nature peut être améliorée après cuisson avec de la confiture ou de la pâte à tartiner.



Emmanuelle TURCAN-PENNACCHIO

Directrice Marketing Corporate & Superviseur
Transverse Marketing & Communication - *Biotech Dental*



Lisa LEOMBRUNI

Responsable Service Client
Smilers Expert

COCKTAIL SUN & BEACH

- 1.** Dans un grand récipient :
Versez la vodka et la crème de pêche.
- 2.** Ajoutez ensuite le jus d'orange et le jus de cranberry.
- 3.** Ajoutez le sirop de grenadine.
- 4.** Mettez plein de glaçons.
- 5.** Savourez...



20 personnes



Préparation
5 min

Ma liste de courses



- Vodka 80 cl
- Crème de pêche 20 cl
- Jus d'orange 100 cl
- Jus de cranberry 100 cl
- Sirop de grenadine
(un bon filet)

Petit plus

Servir bien frais!



Sophie BORNE

Opératrice de contrôle
Biotech Dental

SANGRIA À LA PÊCHE

- 1.** Afin de réaliser cette recette, rien de plus simple !
Il suffit d'ajouter un à un les ingrédients suivants :
 - Vin blanc,
 - Limonade ;
 - Crème de pêche,
 - Sirop de pêche,
 - Sucre,
 - Vanille.
- 2.** Puis, d'ajouter tous les fruits frais.
- 3.** Bonne dégustation !



À partager



Préparation
5 min



Ma liste de courses

- Récipient : bombonne de 5L _____
- Vin blanc pétillant (1 bouteille) _____
- Limonade (2 bouteilles) _____
- Crème de pêche (1 bouteille) _____
- Sirop de pêche _____
(1/3 d'une bouteille)
- 100 gr de sucre _____
- Vanille _____
- Fruits frais : 5 pêches _____
- + 3 oranges + 3 pommes _____
- + 3 citrons verts _____
- 4 branches de feuilles de menthe. _____

Petit plus

Ajoutez les feuilles
de menthe au dernier
moment.



Jennifer DEMAY

International Marketing Project
Manager - *Biotech Dental*

PIMM'S

1. Remplissez une carafe de glaçons.
2. Ajoutez le Pimm's.
3. Ajoutez la limonade.
4. Mélangez-bien.
5. Ajoutez les branches de menthe.
6. Ajoutez les tranches de concombre.
7. Ajoutez les tranches d'orange et de fraise.



À partager



Préparation
10 min

Ma liste de courses

- 200 ml Pimm's N° 1
- 600 ml de limonade
- Menthe
- Concombre
- Oranges
- Fraises

Petit plus

Mangez les fruits !

MARGARITA

Frozen

1. Directement dans le mixeur, pressez 1 citron vert et demi par nombre de verres voulus.
2. Ensuite, rajoutez 6 cl de téquila par nombre de verres.
4. Prenez la bouteille de Cointreau et utilisez le bouchon comme doseur. Vous verserez 1 bouchon par verre souhaité.
5. Rajoutez un peu de sirop de sucre de canne. J'en mets juste un peu, mais certains l'aiment plus sucré.
6. Rajoutez des glaçons et mixez (le coup de main est un peu dur à prendre, trop de glaçons et le cocktail manquera de goût, pas assez et le côté granité sera perdu).
7. Prenez une assiette, versez-y un peu de sirop de sucre, trempez-y les bords de son verre, répétez l'opération avec du sel.
8. Versez le cocktail dans le verre (en essayant de ne pas massacrer la présentation).
9. Profitez...



À partager



Préparation
5 min

Ma liste de courses

- Une bouteille de téquila _____
- Une bouteille de Cointreau _____
- 1,5 citron vert par verre _____
- Sirop de sucre de canne _____
- Beaucoup de glaçons _____
- Sel _____

Ustensiles :

- Un presse-agrumes _____
- Un mixeur _____

Petit plus

Ajoutez les feuilles de menthe, de basilic ou de lavande pour impressionner vos invités.



Arnault BATTUT

Infographiste
Biotech Dental

GIN BASILIC CITRON

1. Versez tous les ingrédients dans un shaker.
2. Double-filtrez dans le verre de service déjà rempli à ras bord de glaçons.
3. Remplissez la partie haute du shaker à ras bord avec de la glace et shakez vigoureusement pendant 10 secondes.
4. Placez la tête de basilic en équilibre sur le bord et le liquide.
5. Bonne dégustation !



1 personne



Préparation
5 min

Ma liste de courses



- 50 ml de gin _____
- 25 ml de sirop simple _____
- 25 ml de jus de citron _____
- 7 feuilles de basilic _____
- 1 belle tête de basilic _____

Petit plus

Placez une tête de basilic en haut de votre verre, pour décorer.



Brigitte MONTARIOL

Assistante commerciale
Smilers



Loïc VERDOUX

Technicien méthodes qualité
Biotech Dental Manufacturing

LA CHÈVRE

Boisson Made in Haute-Savoie

1. Faites un jus de pomme à l'aide de la râpe et du presseur et stockez-le dans les bidons.
2. Mélangez tous les ingrédients avec le jus de pomme.
3. Versez le tout dans le tonneau.
4. Fermez le tonneau et laissez reposer pendant minimum 2 mois dans la cave.
5. Faites un bon repas avec des amis / votre famille.
6. Descendez à la cave.
7. Servez la chèvre et buvez directement la mousse.
8. Répétez l'étape 7 une quinzaine de fois.
9. Remontez de la cave.

Surprise...



Une recette qui
requiert de la
patience :)

Préparation : 4h
Attente : 2 mois

Ma liste de courses



- 1.5 L de rhum blanc
- 1.5 kg de sucre roux
- 1 L d'eau de vie
- 50 cl de crème de cassis
- 250 gr de crème de riz
- Vanille
- Cannelle
- 30 kg de pommes

Ustensiles :

- Râpe
- Presseur
- Bidon
- Tonneau

Petit plus

Si vous tentez l'expérience, elle
doit être validée par un expert.
N'hésitez pas à me contacter
pour y goûter !

MOSCOW MULE

Comme une cheffe...

1. Prenez une cup ou timbale en cuivre :

• Réalisez la recette du Moscow Mule directement dans une traditionnelle cup mule ou timbale cuivrée.

2. Ajoutez les glaçons :

• Remplissez votre verre avec des glaçons (pour que cela fonde moins vite) ou avec de la glace pilée.

3. Mettez les ingrédients :

• Versez dans votre cup la vodka Poliakov.
• Versez le jus de citron vert.
• Terminez par le soda fermenté au gingembre, de la Ginger Beer.

4. Mélangez et décorez :

• Remuez délicatement avec une cuillère à cocktail.
• Décorez d'une tranche de citron vert ou d'une rondelle de gingembre.



À partager



Préparation
5 min

Ma liste de courses



- 4 cl de vodka
- Ginger Beer
- 1 cl de jus de citron vert pressé

Petit plus

Il est également possible de remplacer la glace pilée mise dans la cup mule par un glaçon « ice ball », très tendance !



Olivia VERAN

Directrice Générale
Biotech Dental

TOUS AU
fourneaux!

BIOTECH DENTAL
LIFE



BIOTECH DENTAL
GROUP