RECIPES & TIPS

Because true happiness is homemade



FRANÇAIS

H O M E. M A D E.

How is it that mum's or dad's food always
tastes better? A question that is hard to answer,
but one thing is sure: the answer has less to do with
the actual recipe than you would think,
and more to do with memories.

At Ankarsrum we believe that food made at home tastes better.
And that the tools we use should be durable, hardworking and of
the utmost premium quality. It's as simple as that.

There is pride to be found in making something
from the ground up and serving it to your friends and family.
It's what makes a home. What helps shape new memories.
Just like your parents' cooking helped shape yours.

Ankarsrum Assistent Original.

Home. Made.

ANKARSRUM®



SWEDISH QUALITY
SINCE 1940.

Home Made

CONTENU

PAIN 12-33

Pain au lait
Bagels
Baguettes
Focaccia italienne
Banana bread sans gluten
Mantou
Pains à burger
Pain au levain
Tortillas

DÎNERS 34-51

Burgers
Pizza à la mozzarella
Pâte à pâtes
Lasagnes végétariennes
Lasagnette au pesto
Brioches bao avec falafels
Falafels

ACCOMPAGNEMENTS 52-63

Houmous
Salade asiatique
Pesto aux pistaches
Compote de pomme
Concombre mariné

DESSERTS 64-77

Tarte aux poires
Crêpes
Glace à la vanille
Sorbet framboise
Pavlova

BISCUITS & GÂTEAUX 78-93

Roulés à la cannelle
Cupcakes
Cookies américains
Gâteau de Savoie
Biscuits au caramel

BOISSONS 94-101

Smoothie vert
Granité au citron
Café glacé





Un

BON CHOIX

NOUS ALLONS VOUS parler d'un robot de cuisine. Ce n'est pas seulement un robot de cuisine, mais un appareil qui est vraiment génial et robuste. Un robot de cuisine qui va vous inspirer et rendre bien plus facile et amusant de faire vos propres saucisses, votre pain au levain et de fouetter la crème pour votre gâteau d'anniversaire. Un robot de cuisine qui ne tombe pas en panne, même lorsque le travail est dur. Un robot de cuisine qui existe depuis plus de 80 ans, et qui continue toujours à s'améliorer. Nous allons vous parler d'Assistent Original. Originaire d'Ankarsrum.

Bien commencer

PÉTRIR LA PÂTE

UTILISER LES DEUX ACCESSOIRES



» Tout d'abord, choisissez entre le rouleau à pâte ou le crochet pétrisseur. Découvrez ci-dessous des conseils pour vous aider à choisir lequel utiliser pour votre recette.

» Dans les deux cas, vous devez également utiliser le couteau à pâte, qui racle l'intérieur de la cuve. Le couteau à pâte permet d'amener la pâte vers le centre de la cuve où elle est traitée par le rouleau ou le crochet. Le couteau à pâte a une position fixe.



» Lorsque vous préparez de la pâte dans l'Ankarsrum, ajoutez toujours les liquides en premier, quelle que soit la recette. Ajoutez ensuite les ingrédients secs. La farine doit être ajoutée progressivement.

» Les recettes de notre livre et sur ankarsrum.com sont développées et adaptées pour l'Ankarsrum et ses accessoires. Lorsque vous utilisez des recettes provenant d'autres sources, vous pouvez généralement utiliser moins de farine que demandé, car l'Ankarsrum a une façon unique de pétrir la pâte.

VERROUILLER ET AJUSTER LE BRAS

» Pour pétrir la pâte, fixez soit le rouleau, soit le crochet sur le bras de la machine.

» Le bras est mobile et peut être verrouillé dans différentes positions. La position optimale dépend de l'utilisation du rouleau à pâte ou du crochet pétrisseur, de l'hydratation de la pâte et du volume.

» Le bras est verrouillé à l'aide de la molette située à la base du bras du robot.

» Pour aider à dissoudre la levure, ou si des ingrédients ajoutés restent au milieu de la cuve, vous pouvez déplacer le bras manuellement en le tirant vers vous.

VERROUILLER ET AJUSTER LE BRAS AVEC LE CROCHET PÉTRISSEUR



» Lorsque vous utilisez le crochet pétrisseur, placez le bras au centre et verrouillez-le dans cette position une fois la farine ajoutée.

» Vous devrez peut-être ajuster la position du crochet pendant le pétrissage.

Conseils !

Si vous faites une pâte avec 1,5 litre de liquide ou plus, vous devrez diviser la pâte en deux et la laisser dans deux bols séparés pour la levée.

VERROUILLER ET AJUSTER LE BRAS AVEC LE ROULEAU À PÂTE



» Lorsque vous utilisez le rouleau à pâte, ajustez la position du bras si nécessaire lorsque la pâte commence à se rassembler et à s'épaissir.

» Lorsque le bras est verrouillé, il doit empêcher le rouleau de revenir vers le bord de la cuve. Cependant, le bras peut toujours se déplacer librement vers le centre.

» L'endroit où positionner le bras et le rouleau pour votre recette dépend du niveau et du volume d'hydratation. Vous voulez qu'il soit suffisamment proche pour qu'il exerce une légère pression sur la pâte lorsqu'elle passe entre le rouleau et le côté de la cuve. Mais vous ne voulez pas qu'il soit si près que la pâte fasse beaucoup bouger le bras d'avant en arrière.

QUAND ET COMMENT UTILISER LE ROULEAU À PÂTE



» Le rouleau à pâte est polyvalent et peut être utilisé avec presque toutes les recettes, mais il est généralement recommandé pour réaliser des petits pains ou des pâtes plus fermes au beurre. Il peut également être utilisé pour de grandes quantités de pâte à biscuits.

» **Avec la levure fraîche :** ajoutez d'abord les liquides, puis la levure. Réglez à basse vitesse et tirez le bras vers vous plusieurs fois pour vous assurer que la levure soit correctement dissoute. Ajoutez ensuite la farine ainsi que l'assaisonnement éventuel. Attendez les dernières minutes de pétrissage pour ajouter du sel lorsque vous utilisez de la levure fraîche. Le sel permet de préserver les mailles de gluten déjà formées, mais il peut inhiber leur formation s'il est ajouté en même temps que la levure.

» **Avec la levure sèche:** ajoutez d'abord le sel.

» Si vous faites des petits pains, ajoutez du beurre mou en petits morceaux pour de meilleurs résultats, seulement après que les autres ingrédients aient été mélangés.

» Travaillez à basse vitesse et lorsque vous voyez la pâte commencer à remonter à l'intérieur de la cuve, verrouillez le bras. Le verrouillage du bras donne à la pâte de l'espace pour pétrir sans être pressée hors de la cuve. Vous devrez peut-être ajuster le rouleau plusieurs fois pendant le pétrissage.

» Réglez la minuterie sur 8 à 10 minutes et laissez l'Ankarsrum pétrir la pâte. Pendant ce temps, la pâte se rassemblera progressivement pour former une pâte lisse.

Regardez notre vidéo sur la façon de bien débuter avec votre Ankarsrum.

Lire et en savoir plus:
www.ankarsrum.com/knowledge-bank

QUAND ET COMMENT UTILISER LE CROCHET PÉTRISSEUR



» Le crochet pétrisseur est conçu pour pétrir des pâtes grosses et lourdes à haute hydratation, comme le pain ciabatta ou au levain.

» Fixez le couteau à pâte et le crochet, sans verrouiller le bras.

» Ajoutez d'abord les liquides, puis la levure, réglez à basse vitesse et tirez le bras vers vous plusieurs fois pour vous assurer que la levure soit bien dissoute. Ajoutez ensuite la farine et tout assaisonnement. N'oubliez pas d'ajouter la farine progressivement, et non d'un seul coup. Cela évite que la pâte ne sèche trop lorsque vous utilisez le crochet.

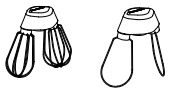
» Contrairement au rouleau à pâte, qui pétrit en repliant la pâte vers l'intérieur, le crochet pétrisseur l'étire et l'allonge.

» Lorsque la farine est ajoutée, placez le crochet pétrisseur au centre de la cuve et verrouillez-le dans cette position. Vous devrez peut-être ajuster la position du crochet pendant le pétrissage.

» **Lorsque vous utilisez de la levure sèche**, ajoutez d'abord le sel.

» **Lorsque vous utilisez de la levure fraîche**, attendez les dernières minutes de pétrissage pour ajouter le sel. Le sel permet de préserver les mailles de gluten déjà formées, mais il peut inhiber leur formation s'il est ajouté en même temps que la levure.

QUAND ET COMMENT UTILISER LES FOUETS



» Les bons fouets font toute la différence. Nos fouets ballons créent une crème et des meringues parfaitement moelleuses, et nos fouets à biscuits mélangent délicatement la pâte à gâteau, la pâte à tarte et le glaçage.

» Il est important de bien assembler les fouets – vous entendez un « clic » lorsque le fouet est en place.

» Capacité en volume : crème (80 à 800 ml), blancs d'œufs (2 à 20 œufs), pâte à crêpes (500 ml à 2,5 litres), mélange à génoise (1 à 3 génoises).

» Le bol de mélange et les fouets fonctionnent comme un fouet électrique.

Fouets ballons – pour génoises et meringues

» Le bol de mélange avec fouets ballons est idéal pour réaliser des pâtes plus souples et moelleuses comme des génoises, des fonds de gâteaux, des pâtes à crêpes ou des meringues.

» Pensez à bien nettoyer le bol, de préférence avec du citron, avant de réaliser la meringue.

» Commencez à basse vitesse et augmentez progressivement. Si vous avez beaucoup de pâte, utilisez le couvercle du bol pour éviter les éclaboussures.

» Si vous pensez que tout n'est pas bien mélangé, augmentez la vitesse, puis réduisez-la jusqu'à la vitesse souhaitée.

» Le bol de mélange résiste à la chaleur et peut fouetter tous les types de meringues.

Fouets à biscuits – pour les biscuits, les sablés et les glaçages

» Le bol de mélange et les fouets à biscuits sont idéaux pour préparer des sablés, des biscuits ou mélanger des garnitures avec du beurre à température ambiante.

» Si vous souhaitez préparer une très grande quantité de pâte brisée, vous pouvez également utiliser la cuve inox avec le couteau et le rouleau à pâte.

» Il est important de toujours utiliser du beurre à température ambiante. Si une recette nécessite du beurre froid au réfrigérateur, nous vous recommandons d'utiliser plutôt des fouets électriques avec crochets.

» Si vous pensez que tout n'est pas bien mélangé, augmentez la vitesse, puis réduisez-la jusqu'à la vitesse souhaitée.

FARINE



» Le gluten se trouve en différentes quantités dans différents types de farine. Les boulangers qualifient une farine contenant moins de gluten de « faible » et une farine contenant plus de gluten de « forte ».

» Une farine faible est idéale pour les gâteaux moelleux, les pâtes à tarte et les biscuits aérés ou croustillants. Une farine forte est préférable pour la pâte à pizza ou d'autres pains italiens, car le gluten offre une plus grande élasticité. La farine de blé est un exemple de farine faible, tandis que le blé dur est une farine forte.

HYDRATATION



» L'hydratation dans la boulangerie fait référence à la capacité de la farine à absorber les liquides. Selon la composition en amidon et en protéines de la farine, elle aura différentes capacités à absorber les liquides.

» **Faible hydratation – faible absorption des liquides**
La farine à faible hydratation, comme la farine de seigle, crée une pâte plus ferme, plus facile à façonner. La pâte fermente plus lentement et le pain est plus compact.

» **Haute hydratation – absorption élevée des liquides**
La farine à haute hydratation, comme la farine de blé, crée une pâte collante et plus « difficile à travailler ». Par conséquent, elle sera meilleure si elle est pétrie longtemps dans un robot. Plus l'hydratation est élevée, plus le pain est moelleux, avec des trous alvéolés plus grands et une croûte fine et croustillante.

FERMENTATION

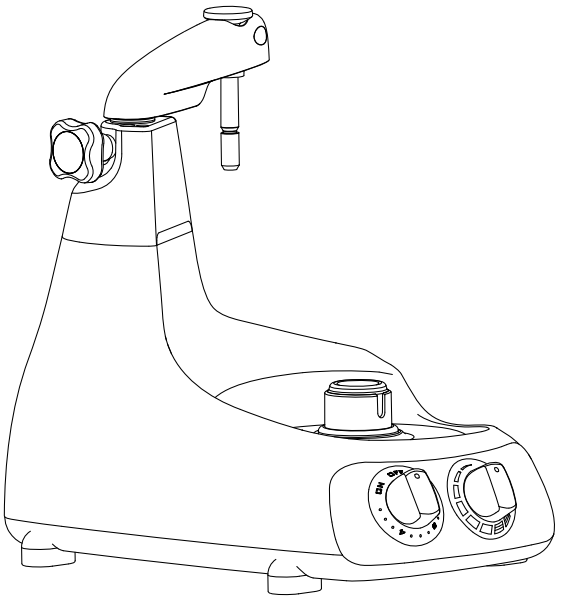


» Lorsque la farine et les liquides sont mélangés, les mailles de gluten forment un réseau. Lors de la fermentation, le dioxyde de carbone forme des bulles de gaz qui sont encapsulées par ce réseau de mailles de gluten. Ce sont les bulles de gaz qui font gonfler et lever la pâte.

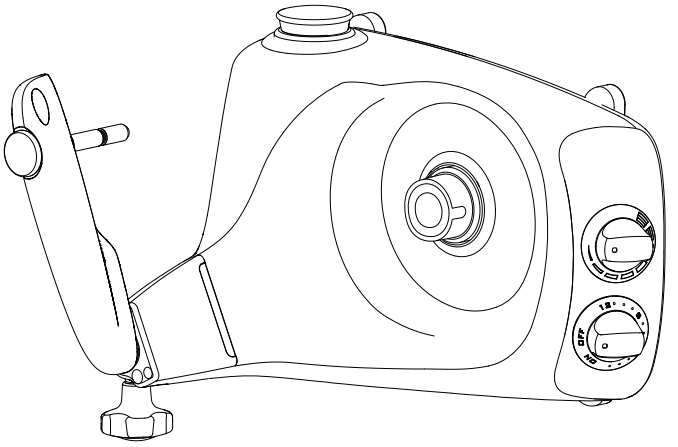
» La fermentation peut être affectée selon la température ambiante, la température de la pâte, l'humidité, les ingrédients ou le temps.

2

POSITIONS



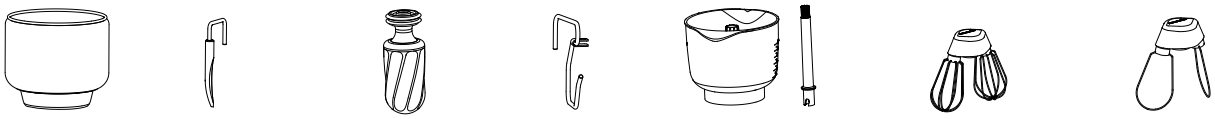
DEBOUT



SUR LE CÔTÉ

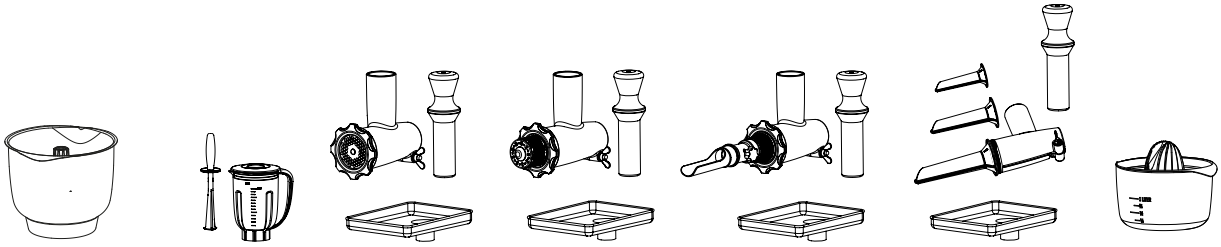
22

ACCESSOIRES



BASIC
Livré avec

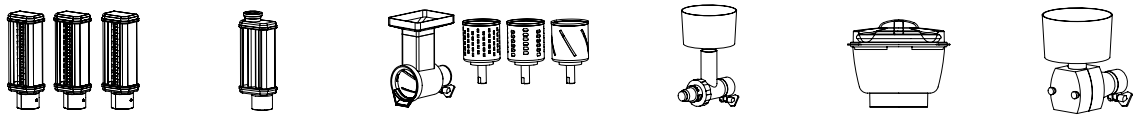
CUVE | **RACLOIR À PÂTE** | **ROULEAU À PÂTE** | **CROCHET À PÂTE** | **BOL DE MÉLANGE** | **BATTEUR DOUBLE** | **FOUETS À GÂTEAU**



EXTRA

BOL DE MÉLANGE EN INOX | **BLENDER** | **HACHOIR** | **RÂPE** | **PASSOIRE** | **EMBOUTS À SAUCISSES** | **PRESSE-AGRUMES**

FETTUCCINE
SPAGHETTI
LASAGNETTE



EXTRA

ROULEAUX À PÂTES | **LAMINOIR À LASAGNE** | **COUPE-LÉGUMES** | **MOULIN À GRAINS & CAFÉ** | **SORBETIÈRE** | **MOULIN À CÉRÉALES**


Fait maison
PAIN




MARELD

Léger & beurré

PAIN AU LAIT

Ce pain moelleux léger et beurré est parfait tel quel
mais aussi en toasts ou pour les sandwichs.

>>



MACHINE
POSITION
DEBOUT



CUVE



RACLOIR À PÂTE



ROULEAU À PÂTE

INGRÉDIENTS, 1 PAIN

250 ml de lait tiède 37°C
2 c-à-c de sucre
2 c-à-c de levure sèche (7 g)
390 g de farine de blé complète
45 g de sucre
1 c-à-c de sel
1 oeuf + 1 jaune d'oeuf
75 g de beurre à température ambiante

DORURE

1 œuf
1 c-à-s de lait
1 pincée de sel

POUR LA CUISSON

Huile neutre

POUR LE MOULE À PAIN

Beurre à température ambiante

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Mélangez le lait tiède avec 1 cuillère à café de sucre et la levure sèche dans un petit bol. Laissez reposer pendant 10 minutes pour que la levure s'épanouisse.
2. Assemblez l'Ankarsrum avec la Cuve, le Racloir et le Rouleau à pâte.
3. Ajoutez le mélange de levure dans la Cuve et tous les ingrédients pour la pâte. Faites tourner à faible vitesse pendant environ 5 minutes.
4. Augmentez à la vitesse moyenne et pétrissez la pâte pendant encore 5 minutes jusqu'à ce qu'elle soit brillante et lisse.
5. Placez environ 3 cuillères à soupe d'huile neutre au fond d'un bol et mettez la pâte dans la Cuve. Couvrez et laissez lever pendant 60 minutes.
6. Appuyez sur la pâte, puis retournez-la sur une surface légèrement farinée en la divisant en trois morceaux égaux.
7. Graissez généreusement un moule à pain avec du beurre.
8. Abaissez chaque morceau de pâte de manière à obtenir des rectangles de 15x30 cm. Repliez un côté long jusqu'au milieu, puis l'autre côté long jusqu'au milieu, de façon à obtenir une pâte à double plis.
9. Roulez la pâte en partant du côté le plus court, en pinçant les coutures. Placez le premier rouleau de pâte, côté couture vers le bas, au milieu du moule à pain. Répétez l'opération et placez un rouleau de pâte de chaque côté du rouleau central. Il doit y avoir un petit espace entre chaque rouleau pour que ceux-ci aient la place de lever.
10. Couvrez avec un torchon et laissez le pain lever jusqu'à ce qu'il ait doublé de volume, environ 45 à 60 minutes.
11. Réglez le four à 180°C pour un four à chaleur tournante ou à 200°C pour un four traditionnel.
12. Fouettez les œufs, le lait et le sel. Badigeonnez délicatement et soigneusement le pain.
13. Faites cuire au four pendant environ 18 à 20 minutes.

Conseils!

Cette pâte se prête bien à la cuisson des toasts, des pains pour hamburgers ou des pains pour hot-dogs.

New York style

BAGELS

Les bagels sont délicieux simplement garnis de confiture ou d'un mélange de fromage frais, de saumon et d'épinards. S'il vous reste des bagels, vous pouvez toujours les toaster.

>>  MACHINE POSITION DEBOUT

 CUVE

 RACLOIR À PÂTE

 ROULEAU À PÂTE

INGRÉDIENTS,
12 GRANDS BAGELS

25 g de levure
500 ml d'eau, 37°C
45 g de sucre
750 g de farine de blé
2 c-à-c de sel

POUR LA CUISSON

45 g d'huile neutre

GARNITURE

1 blanc d'œuf battu
200 g de graines (facultatif)

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Assemblez la Cuve, le Racloir et le Rouleau à pâte.
2. Faites chauffer l'eau à 37°C.
3. Émiettez la levure dans la Cuve, ajoutez l'eau et démarrez l'Ankarsrum à faible vitesse jusqu'à ce que la levure se dissolve. Pour aider la levure à se dissoudre, vous pouvez tirer le bras d'avant en arrière plusieurs fois.
4. Ajoutez le sucre et la majeure partie de la farine de blé. Faites tourner à basse vitesse pendant 5 minutes, ajoutez le reste de la farine et le sel, augmentez à vitesse moyenne et faites tourner pendant encore 5 minutes jusqu'à obtenir une pâte lisse.
5. Couvrez la Cuve avec le Couvercle et laissez lever pendant 30 minutes. Posez la pâte sur une surface farinée et divisez-la en 12 morceaux. Formez des boules de pâte et enfoncez votre pouce tout droit au milieu, appuyez doucement et étirez de façon à obtenir un grand trou au centre. Versez un peu d'huile sur une assiette et placez vos bagels sur l'assiette, laissez lever sous un torchon pendant encore 30-45 minutes.
6. Faites bouillir de l'eau dans une grande casserole, baissez le feu dès le frémissement. Placez délicatement un bagel à la fois, en laissant mijoter pendant environ 1 à 2 minutes de chaque côté. Placez ensuite le bagel sur du papier absorbant.
7. Réglez le four à 200°C pour un four à chaleur tournante ou à 225°C pour un four traditionnel.
8. Tapissez une plaque à pâtisserie de papier sulfurisé et posez les bagels, badigeonnez-les de blanc d'œuf et saupoudrez-les de graines.
9. Faites cuire au four pendant environ 20 minutes.

Conseils !

Si le trou s'est refermé, refaites-le après que le Bagel ait trempé dans l'eau. Vous voulez des graines supplémentaires sur votre bagel ? Placez simplement les graines sur une assiette et roulez le bagel dans les graines.





Croustillantes

BAGUETTES

Les baguettes fraîchement sorties du four accompagnent merveilleusement une soupe, un plat en sauce, ...
Coupées dans le sens de la longueur et garnies, elles font aussi d'excellents sandwichs à emporter !

>>  MACHINE POSITION DEBOUT

 CUVE

 RACLOIR À PÂTE

 CROCHET À PÂTE

INGRÉDIENTS,
4 BAGUETTES

500 ml d'eau
25 g de levure fraîche
2 c-à-s d'huile d'olive
1 c-à-c de sel
Environ 700 g de farine de froment

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Équipez le robot de la Cuve, du racloir à pâte et du crochet à pâte.
2. Chauffez l'eau à 37°C.
3. Émiettez la levure dans la Cuve et ajoutez l'eau. Mettez le robot en marche et faites tourner à faible vitesse jusqu'à dissolution de la levure.
4. Ajoutez l'huile d'olive, le sel et la quasi-totalité de la farine, un peu à la fois. S'il le faut, donnez un « coup de main » au robot en tirant le bras à plusieurs reprises d'avant en arrière.
5. Passez à vitesse moyenne. Travaillez la pâte pendant au moins 5 minutes jusqu'à obtention d'une consistance lisse et élastique. Utilisez le minuteur.
6. Mettez le couvercle sur la Cuve et laissez la pâte lever pendant 1 heure.
7. Déposez la pâte sur une planche farinée mais ne la pétrissez pas.
8. Divisez la pâte en quatre parts. Formez des baguettes en tournant et en étirant. Déposez-les sur une plaque recouverte de papier cuisson.
9. Recouvrez d'un torchon et laissez lever pendant 30 minutes.
10. Préchauffez le four à 275°C.
11. Faites cuire au milieu du four pendant 15 minutes environ.
12. Laissez les baguettes refroidir sur une grille sans les recouvrir.

Conseils !

Pour obtenir une croûte bien croustillante, aspergez un peu d'eau dans le four au moment d'enfourner les pains. Au bout de 5 minutes environ, ouvrez la porte du four et laissez la vapeur s'échapper.



Italienne

FOCACCIA

De la charcuterie, du fromage et des olives
sur une focaccia encore fumante : le dîner est prêt !

>>



MACHINE POSITION DEBOUT



CUVE



RACLOIR À PÂTE



ROULEAU À PÂTE

INGRÉDIENTS, 1 FOCACCIA

25 g de levure fraîche
400 ml d'eau
50 ml d'huile d'olive
540 g de farine de froment à forte teneur en protéine
2 c-à-c de sel

POUR LE PLAT À FOUR

3 c-à-s d'huile d'olive

GARNITURE

3 c-à-s d'huile d'olive
5 petits oignons rouges
60 g d'olives noires dénoyautées
Romarin frais
Flocons de sel

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Équipez le robot de la Cuve, du racloir à pâte et du rouleau à pâte.
2. Chauffez l'eau à 37°C.
3. Émiettez la levure dans la Cuve. Ajoutez l'eau et mettez le robot en marche, le rouleau à pâte contre le bord de la Cuve, et faites tourner à faible vitesse jusqu'à dissolution de la levure.
4. Ajoutez l'huile, la farine et pour finir le sel. Si nécessaire, donnez un « coup de main » au robot en tirant le bras vers le centre à plusieurs reprises.
5. Passez à vitesse moyenne. Bloquez le rouleau à pâte à 2-4 cm du bord de la Cuve et faites travailler le robot pendant 5 minutes environ. Utilisez le minuteur.
6. Mettez le couvercle sur la Cuve et laissez la pâte lever pendant 40 minutes.
7. Badigeonnez un plat à four ou un grand moule de 20x30 cm avec de l'huile d'olive.
8. Déposez la pâte levée dans le plat/moule et aplatissez-la avec vos mains farinées.
9. Laissez la pâte lever au double de son volume initial (30 minutes environ).
10. Préchauffez le four à 225°C.
11. Coupez les oignons rouges en deux et retirez la peau extérieure.
12. Faites des trous dans la pâte avec vos doigts et garnissez avec l'oignon rouge, les olives et le romarin.
13. Arrosez d'huile d'olive et saupoudrez de flocons de sel.
14. Faites cuire au milieu du four pendant environ 25 minutes.
15. Laissez le pain refroidir sur une grille mais sans le couvrir.

Conseils !

Variez les garnitures : feta, thym, tomates séchées marinées.

Sans gluten

BANANA BREAD

La banana bread est un classique que l'on peut déguster au petit-déjeuner avec une tasse de café ou de thé ou comme en-cas à tout moment de la journée. Ce délicieux pain est à la fois sans gluten et sans œufs.

1 >>



MACHINE
SUR LE CÔTÉ



BLENDER

INGRÉDIENTS, 1 PAIN

60 g de noix ou d'amandes

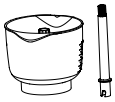
SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Réglez le four à 200°C pour un four à chaleur tournante ou à 220°C pour un four traditionnel.
2. Tapissez un moule à pain (environ 15x35 cm) de papier sulfurisé.
3. Assemblez l'Ankarsrum avec le Blender.
4. Hachez finement toutes les noix ou amandes à vitesse moyenne. Gardez 3 cuillères à soupe pour la garniture.

2 >>



MACHINE
POSITION DEBOUT



BOL DE
MÉLANGE



FOUETS
À GÂTEAU

INGRÉDIENTS, 1 PAIN

125 g d'un mélange de farine sans gluten
(ou 150 g de farine de blé)
45 g de farine d'amande
35 g de flocons d'avoine sans gluten
1 c-à-c de cannelle
1 c-à-c de gingembre moulu
1/2 c-à-c de curcuma
1 c-à-c de sel
2 c-à-c de bicarbonate
60 g de noix ou d'amandes
3 bananes mûres
250 g de yaourt nature

GARNITURE

1 banane mûre
2 à 3 c-à-s de sirop d'érable

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Assemblez l'Ankarsrum avec le Bol de mélange et les Fouets à gâteau.
2. Mélangez tous les ingrédients secs dans le Bol, y compris les noix hachées.
3. Écrasez 3 bananes versez- les dans le mélange de farine, ajoutez le yaourt et fouettez le tout à faible vitesse pour créer une pâte lisse.
4. Remplissez le moule à pain avec la pâte.
5. Coupez une banane en trois dans le sens de la longueur.
6. Garnissez avec les tranches de banane en les enfonçant un peu dans la pâte et arrosez de sirop d'érable.
7. Saupoudrez de noix hachées et faites cuire au four pendant environ 45 minutes.
8. Laissez le gâteau refroidir avant de le couper.

Conseils !

En froissant le papier sulfurisé, vous pouvez facilement tapisser le moule à pain. Vous pourrez le lisser une fois qu'il est en place.

Remplacez les noix par des graines de citrouille et de tournesol pour une option sans noix.





Chinoise

MANTOU

Le Mantou est un pain moelleux, cuit à la vapeur qui peut être aromatisé de diverses manières. Cette version est remplie d'oignons et de ciboulette pour un bel accompagnement de votre repas.

>>



MACHINE POSITION DEBOUT



CUVE



RACLOIR À PÂTE



ROULEAU À PÂTE

INGRÉDIENTS, ENVIRON 10 MANTOUS

240 g de farine de blé
2 c-à-c de levure sèche (4 g)
300 ml d'eau tiède
1/2 c-à-c de sel

POUR LA CUISSON

1 c-à-s d'huile neutre

FARCE

1 botte d'oignons verts
1 bouquet de ciboulette
2 c-à-s d'huile neutre
Flocons de sel

GARNITURE

Graines de sésame noir
Ciboulette hachée

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Assemblez l'Ankarsrum avec la Cuve, le Racloir et le Rouleau à pâte.
2. Versez dans la Cuve la farine et la levure sèche. Commencez à faible vitesse et ajoutez l'eau en deux fois. Ajoutez le sel et faites tourner pendant au moins 10 minutes jusqu'à ce que la pâte soit bien lisse et brillante.
3. Mettez le Couvercle de pousse et laissez la pâte lever pendant 90 minutes, jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume.
4. Rincez et hachez finement les oignons verts et la ciboulette. Dans une poêle, faites chauffer l'huile et faites cuire le mélange jusqu'à ce que les oignons soient translucides.
5. Ajoutez le sel. Laissez refroidir.
6. Applatissez la pâte avec le poing et posez-la sur le plan de travail. Arrosez d'une cuillère à soupe d'huile neutre et pétrissez à la main pendant au moins 2 minutes.
7. Abaissez la pâte pour obtenir un rectangle de 30 à 40 cm, répartissez 2/3 du mélange d'oignons sur la pâte. Repliez les longs côtés vers le milieu, l'un sur l'autre et roulez légèrement.
8. Coupez des bandes de 1 cm de large. Assemblez deux bandes ensemble pour former une corde torsadée. Placez une extrémité de la corde torsadée sur le plan de travail, créez un tortillon en repliant l'extrémité de la corde.
9. Placez du papier de cuisson dans un double panier en bambou, mettez vos mantous dans le panier, ajustez le couvercle et laissez lever pendant 30 minutes.
10. Placez le panier en bambou sur une casserole remplie d'eau froide et faites bouillir. Laissez les mantous cuire à la vapeur au-dessus de l'eau bouillante pendant environ 12 à 15 minutes avec le couvercle, jusqu'à ce qu'ils soient fermes.
11. Saupoudrez de ciboulette hachée et de graines de sésame, servez immédiatement !

Conseils !

Lorsque vous réalisez un rectangle à trois couches, Voyez-le comme un rectangle en trois parties. Pliez le côté court sur le milieu. Repliez ensuite le deuxième côté court sur la partie centrale. Vous avez maintenant un rectangle plus petit avec trois couches.



Fait maison

PAINS À BURGER

Ces pains à burger super moelleux sont très faciles à faire et se marient parfaitement avec nos burgers (p.36) et nos cornichons maison (p.63).

>>  MACHINE POSITION DEBOUT  CUVE  RACLOIR À PÂTE  ROULEAU À PÂTE

INGRÉDIENTS, 9 PETITS PAINS

25 g de levure
250 g de lait froid
2 c-à-s d'huile d'olive
2 c-à-s de sucre
400 g de farine
1 jaune d'œuf
1 c-à-c de sel

GARNITURE

1 œuf
1 c-à-s d'eau
1 pincée de sel
Graines de sésame noir

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Assemblez l'Ankarsrum avec la Cuve, le Racloir et le Rouleau à pâte.
2. Émiettez la levure dans la Cuve, ajoutez le lait et faites tourner à faible vitesse jusqu'à ce que la levure soit complètement dissoute.
3. Ajoutez l'huile d'olive, le sucre, le jaune d'œuf et un peu plus de la moitié de la farine. Faites tourner à vitesse moyenne pendant environ 5 minutes.
4. Ajoutez le reste de la farine et le sel. Faites tourner pendant 10 minutes jusqu'à ce que vous obteniez une pâte brillante et lisse.
5. Versez la pâte sur une surface farinée et divisez-là en 9 morceaux (environ 60 g). Roulez dans la paume de la main des boules de même taille.
6. Laissez les boules de pâte lever sur une plaque avec du papier sulfurisé pendant environ 90 minutes sous un torchon de cuisine jusqu'à ce que leurs tailles doublent.
7. Réglez le four à 210°C pour un four à chaleur tournante ou à 225°C pour un four traditionnel.
8. Fouettez les œufs avec l'eau et le sel. Badigeonnez soigneusement les pains et saupoudrez de graines de sésame.
9. Faites-les cuire au four pendant environ 7 à 9 minutes jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés. Laissez refroidir sur une grille.

Conseils !

Passez-les rapidement au grille-pain avant de les servir.



Votre propre

PAIN AU LEVAIN

Il faut du temps, de la planification et de la patience pour faire votre propre pain au levain, mais cela en vaut vraiment la peine. Une belle croûte et une mie moelleuse. Servez ce pain fantastique avec un grand verre de smoothie vert (p. 97).

1 >>

INGRÉDIENTS, LEVAIN (POULICHE)

200 ml d'eau à 40°C
60 g de farine tout usage

SUIVEZ CES ÉTAPES

JOUR 1

1. Mélangez 100 ml d'eau avec 30 g de farine dans un bocal en verre propre avec un couvercle équipé d'un joint, fermez le couvercle.
2. Placez le levain dans un endroit de la cuisine où il ne fait pas trop froid (par exemple au-dessus du réfrigérateur).

JOUR 2 ET 3

3. Retirez le couvercle et remuez matin et soir, ne fermez pas complètement le couvercle.

JOUR 4

4. Retirez le couvercle et remuez. Déversez presque tout le levain, mais gardez ce qui reste au fond du bocal et sur les bords.
5. Nourrissez-le avec 30 g de farine et 100 ml d'eau à 40°C, et remuez. Laissez le couvercle reposer sans serrer sur le bord.

JOUR 5

6. Le levain devrait maintenant être mousseux, avoir doublé de volume et être prêt à être utilisé.
7. Si la base du levain ne fait pas de bulles, laissez-la reposer un autre jour ou placez-la dans un endroit plus chaud.

Conseils !

Pour savoir si le levain est encore « vivant », vous pouvez verser une cuillère de levain dans un bol d'eau tiède. S'il flotte, le levain est vivant, mais s'il coule, eh bien il faut attendre un jour de plus ou continuer à le nourrir.

2 >>



MACHINE POSITION DEBOUT



CUVE



RACLOIR À PÂTE



CROCHET À PÂTE

PAIN DE SEIGLE AU LEVAIN, 1 GRAND PAIN OU 2 PETITS PAINS

280 g de farine tout usage
120 g de farine de seigle
300 ml d'eau
80 g de levain à température ambiante (p.29)
2 c-à-s de miel
2/3 c-à-s de sel marin

PLIAGE ET FERMENTATION

50 g d'huile d'olive

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Assemblez l'Ankarsrum avec la Cuve, le Crochet à pâte et le Racloir à pâte.
2. Ajoutez l'eau et le levain dans la Cuve et faites tourner à basse vitesse.
3. Ajoutez la farine tout usage, la farine de seigle, le sel et le miel, faites tourner à basse vitesse jusqu'à ce que la pâte se rassemble.
4. Placez le couvercle et laissez la pâte lever pendant environ 60 minutes.
5. Graissez le fond d'une boîte en plastique avec de l'huile d'olive et versez dessus la pâte.
6. Soulevez la pâte dans chaque coin et repliez la pâte vers le milieu.
7. Placez le couvercle entre chaque pli et répétez le pliage trois fois à des intervalles de 30 minutes.
8. Laissez lever pendant environ 4 heures supplémentaires avec le couvercle, jusqu'à ce qu'elle double de volume.
9. Versez la pâte sur une plaque à pâtisserie légèrement farinée, utilisez un grattoir à pâte. Saupoudrez un peu de farine sur la pâte.
10. Tirez un peu de pâte de chaque coin et repliez-la vers le bord, appuyez un peu au milieu et tournez la pâte à 45 degrés. Répétez jusqu'à ce que votre pâte soit tendue.
11. Retournez la pâte de manière à ce que le pli soit sur le dessous, farinez et laissez reposer sous un torchon de cuisine pendant environ 30 minutes.
12. Façonnez-la en un pain, en aplatissant d'abord légèrement la pâte avec les mains farinées. Pliez les quatre coins vers le milieu et appuyez, puis repliez un bord vers l'autre.
13. Transférez la pâte dans un panier à levain oblong fariné. N'oubliez pas de la placer à l'envers avec le pli vers le haut dans le panier, pincez légèrement le pli avec vos doigts. Couvrez d'un torchon de cuisine et laissez lever au réfrigérateur toute la nuit.
14. Réglez le four à 270°C à air chaud et placez la Plaque à pizza au milieu du four. Farinez la pelle de cuisson et placez le pain sur la pelle, enlevez l'excédent de farine et faites une incision sur le pain d'un côté.
15. Faites glisser le pain sur la Plaque à pizza et faites-le cuire à 270°C pendant environ 15 minutes.
16. Baissez le four à 225°C. Faites cuire jusqu'à ce que le pain ait une température interne d'environ 96-98°C, environ 30 minutes supplémentaires.
17. Sortez le pain et laissez-le refroidir sur une grille. Le pain doit reposer pendant environ 60 minutes avant de le couper.

Conseils !

N'oubliez pas que le levain ne doit pas être trop froid lorsque vous souhaitez le démarrer et qu'il doit être à température ambiante pour que vous puissiez faire une pâte.





Mexicaines

TORTILLAS

Les tortillas sont faciles et rapides à faire. Parfaites pour vos tacos préférés, vous pouvez les déguster chaudes dorées à la poêle ou en accompagnement de notre recette de houmous (p. 55).

>>  MACHINE POSITION DEBOUT

 CUVE

 RACLOIR À PÂTE

 ROULEAU À PÂTE

INGRÉDIENTS, 12 TORTILLAS

25 g de levure fraîche (ou 12 g de levure sèche active)
500 ml d'eau froide
45 g d'huile d'olive
600 g de farine de blé complète
30 g de farine de maïs
1,5 c-à-c de sel
1 c-à-s de miel

GARNITURE

45 g d'huile d'olive
40 g de ciboulette hachée

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Assemblez l'Ankarsrum avec la Cuve, le Racloir et le Rouleau à pâte.
2. Emiettez la levure dans la Cuve, et ajoutez l'eau. Faites tourner à faible vitesse jusqu'à ce que la levure soit complètement dissoute.
3. Ajoutez le reste des ingrédients. Faites tourner à vitesse moyenne pendant environ 5 minutes.
4. Placez le Couvercle de pousse sur la Cuve. Laissez lever pendant 90 minutes.
5. Retournez la pâte sur le plan de travail. Divisez la pâte en 12 morceaux, formez des boules et laissez reposer sous un torchon de cuisine pendant 10 minutes.
6. Abaissez la pâte en pains plats et minces sur une surface farinée. Essuyez l'excèdant de farine.
7. Faites cuire chaque tortilla dans une poêle sèche (sans matière grasse) et chaude environ 1 à 2 minutes de chaque côté. Placez les tortillas dans un essuie-tout jusqu'au moment de servir.
8. Badigeonnez avec un peu d'huile d'olive et saupoudrez de ciboulette hachée.



De délicieux

DÎNERS





Faits maison

BURGERS

Un hamburger classique est toujours apprécié par les convives. Servez des burgers appétissants avec des petits pains faits maison, des concombres marinés et une salade de chou colorée.

1 >>



MACHINE SUR LE CÔTÉ



COUPE-LÉGUMES



CYLINDRE À JULIENNE ET CYLINDRE À TRANCHER

INGRÉDIENTS, SALADE DE CHOU

150 g de chou
100 g de carottes
50 g de vinaigre de vin blanc
1/2 c-à-c de sel
95 g de mayonnaise
100 g de crème fraîche
1 c-à-c de moutarde de Dijon
Sel et poivre

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Basculez l'Ankarsrum sur le côté et installez le Coupe-légumes avec le Cylindre à trancher.
2. Râpez le chou à vitesse moyenne.
3. Remplacez le Cylindre à trancher par le Cylindre à râper grossier et râpez les carottes à vitesse moyenne.
4. Faites mariner le chou et les carottes pendant 2 heures dans du vinaigre et du sel. Egouttez dans une passoire.
5. Mélangez la mayonnaise, la crème fraîche et la moutarde dans un bol.
6. Ajoutez les carottes et le chou. Salez et poivrez.
7. Conservez au réfrigérateur jusqu'au moment de servir.

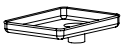
2 >>



MACHINE SUR LE CÔTÉ



HACHOIR



PLATEAU D'ALIMENTATION



POUSSOIR

INGRÉDIENTS, 4 BURGERS

600 g paleron de boeuf
Sel
Poivre
1 petite pomme de terre ou 1 oignon

ACCESSOIRES

Pains à burger (p. 27)
Concombre mariné (p. 63)

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Assemblez l'Ankarsrum avec le Hachoir et utilisez la Grille de 6 mm. Fixez le plateau sur le Hachoir.
2. Coupez la viande en bandes épaisses et hachez-la à vitesse moyenne. Utilisez le poussoir pour faire descendre la viande.
3. Terminez avec un demi-oignon cru ou une pomme de terre ou un morceau de carotte pour faire sortir toute la viande du Hachoir.
4. Formez 4 steaks hachés. Assaisonnez avec du sel et du poivre.
5. Faites griller les steaks jusqu'à la cuisson désirée.
6. Servez les steaks sur des petits pains faits maison avec du concombre mariné et d'autres garnitures.
7. Garnissez de salade de chou ou servez celle-ci à part.

Conseils !

Préparez le coleslaw la veille, il n'en sera que plus goûteux.

Utilisez la grille de 4,5 mm pour un hachage plus fin.

Eventuellement un peu de bacon dedans. Il ne faut surtout pas ajouter de la chapelure ou des œufs, uniquement la viande pure !


ANKARSRUM
ANKARSRUM

La Classique

PIZZA MARGHERITA

Il y a quelque chose d'incroyable à préparer sa propre pizza et à la garnir de ses ingrédients préférés. Voici une version classique à base de tomate et de mozzarella mais n'hésitez pas à l'adapter à votre goût.

>>  **MACHINE POSITION DEBOUT**

 **CUVE**

 **RACLOIR À PÂTE**

 **ROULEAU À PÂTE**

INGRÉDIENTS, 6 PETITES PIZZAS OU 4 GRANDES

PÂTE À PIZZA

7 g de levure fraîche
(1 c-à-c/3,5 g de levure sèche)
500 g d'eau froide
720 g de farine de blé (de préférence Tipo 00)
25 g flocons de sel

GARNITURE

400 g de tomates finement broyées
250 g de mozzarella
Roquette

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Assemblez l'Ankarsrum avec la Cuve, le Racloir et le Rouleau à pâte.
2. Émiettez la levure dans la Cuve, ajoutez l'eau et faites tourner à faible vitesse jusqu'à ce que la levure soit complètement dissoute.
3. Ajoutez la farine et faites tourner à faible vitesse pendant 5 minutes.
4. Ajoutez le sel et faites tourner pendant encore 5 minutes jusqu'à ce que la pâte soit brillante et lisse.
5. Retournez la pâte sur le plan de travail et divisez-la en 4 morceaux, formez des boules et enduisez-les d'huile d'olive.
6. Placez les boules sur une assiette et couvrez-les d'un film plastique. Laissez-les reposer au réfrigérateur pendant 1 à 3 jours.
7. Allumez le four à la température maximale et insérez une plaque acier sur la grille supérieure. L'acier doit rester dans le four pendant environ 1 heure. Les 10 dernières minutes avant de mettre une pizza, vous devez régler le four sur le mode Grill.
8. Sortez la pâte et étalez-la sur un plan de travail fariné pour former des fonds de pizza (6 petites ou 4 grandes pizzas).
9. Étalez les tomates concassées et ajoutez la mozzarella sur le dessus.
10. Transférez la pizza sur une pelle à pizza en bouleau et faites-la glisser sur la plaque acier dans le four. Faites cuire pendant environ 3-6 minutes.
11. Servez avec de la roquette.


ANKARSRUM
assistent
ORIGINAL

Fait maison

PÂTE À PÂTES

Faire vos propres pâtes, c'est un vrai acte d'amour en cuisine !

>>



MACHINE POSITION DEBOUT



CUVE



RACLOIR À PÂTE



ROULEAU À PÂTE

INGRÉDIENTS, 4-6 PORTIONS

500 g de farine blé dur
7 œufs
3 1/2 c-à-s d'huile neutre

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Équipez le robot de la Cuve, du Racloir à pâte et du Rouleau à pâte.
2. Ajoutez toute la farine dans la Cuve et démarrez le robot à faible vitesse.
3. Ajoutez un œuf à la fois.
4. Ajoutez l'huile et si nécessaire, donnez un « coup de main » au robot en tirant le bras vers le centre à plusieurs reprises. Lorsque la pâte commence à se former, bloquez le bras du robot à 2-4 cm du bord de la Cuve. Travaillez la pâte pendant au moins 8 minutes. Utilisez le minuteur.
5. Déposez la pâte sur une planche farinée et pétrissez une dernière fois.
6. Laissez reposer au réfrigérateur pendant au moins 30 min.

Conseils !

Il est important de laisser la pâte reposer avant de la passer dans les filières.



Exquises

LASAGNES VÉGÉTARIENNES

Ces délicieuses lasagnes remplies de ricotta et d'épinards sont réalisées avec des feuilles de lasagne fraîches et finies avec une sauce tomate fraîche. À la page 41, vous trouverez la recette de notre pâte à pâtes toujours parfaite.

1 >>

INGRÉDIENTS, 6 PORTIONS

SAUCE TOMATE

2 c-à-s d'huile d'olive
1 oignon
3 gousses d'ail
1 c-à-c de thym séché
1 c-à-c de basilic séché
1/2 c-à-c de poivre de Cayenne
3 c-à-s de concentré de tomate
1 c-à-s de vinaigre de vin blanc
400 g de tomates égouttées
100 g d'eau
1 c-à-s de miel ou 1 c-à-c de sucre
Sel et poivre noir
20 g de basilic frais

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Hachez l'oignon et l'ail et faites-les cuire dans une poêle avec de l'huile d'olive jusqu'à ce que l'oignon soit translucide.
2. Ajoutez le concentré de tomates, les épices et le vinaigre, laissez mijoter pendant une minute.
3. Ajoutez les tomates égouttées, l'eau et le miel, remuez et laissez mijoter à feu moyen pendant environ 30 minutes.
4. Assaisonnez de sel et de poivre noir. Incorporez le basilic frais.

Conseils !

N'oubliez pas de toujours goûter au fur et à mesure, afin que vos lasagnes finies soient parfaitement assaisonnées.

2 3 ⟶

2 >>

BÉCHAMEL

3 c-à-s de beurre
3 c-à-s de farine
500 ml de lait
100 ml de crème
1/2 c-à-c de sel
1/2 c-à-c de piment
Poivre blanc

RICOTTA ET ÉPINARDS

200 g de ricotta
200 g de feuilles d'épinards
1/2 c-à-c de sel
Poivre noir
120 g de fromage râpé

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Pour la béchamel. Faites fondre le beurre dans une casserole, ajoutez la farine et fouettez constamment pendant environ 30 secondes.
2. Versez la moitié du lait et fouettez jusqu'à obtenir une consistance lisse.
3. Baissez le feu et ajoutez le reste du lait avec la crème, le sel, le poivre blanc et le piment. Continuez à fouetter jusqu'à obtenir une consistance crémeuse. Faites attention à ne pas brûler la préparation.
4. Mélangez tous les ingrédients pour la garniture à la ricotta.

3 >>



MACHINE SUR LE CÔTÉ



LAMINOIR À LASAGNE

FEUILLES DE LASAGNE

Pâte à pâtes (s. 41)

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Basculez l'Ankarsrum sur le côté et assemblez avec le Laminoir à lasagne.
2. Divisez la pâte à pâtes en 5 morceaux.
3. Démarrez l'Ankarsrum à faible vitesse et introduisez la pâte dans le rouleau. Commencez à introduire à la taille 0, répétez 5 à 6 fois, en pliant la pâte deux fois à chaque fois.
4. Réduisez l'épaisseur de la pâte étape par étape jusqu'à la position 7,1 mm, que nous recommandons pour les lasagnes. Passez la pâte dans chaque position 5 à 6 fois, en n'oubliant pas de la plier entre les deux.
5. Laissez reposer les feuilles sur un torchon humide pour qu'elles ne sèchent pas, coupez-les avec des ciseaux à une taille adaptée à votre plat de cuisson allant au four.
6. Préchauffez le four à 180°C.
7. Commencez par une couche de sauce tomate et de béchamel, puis des feuilles de lasagne, puis une couche de garniture à la ricotta, puis des feuilles. Répétez.
8. Garnissez d'un peu de sauce tomate, de béchamel et de fromage râpé.
9. Faites cuire pendant environ 20 à 25 minutes (à découvert).

Conseils !

Pliez les feuilles en deux dans le sens de la longueur à chaque fois pour éviter les déchirures et les formes inégales.





Pâtes

LASAGNETTE AU PESTO DE PISTACHE

Les pâtes faites maison sont toujours un régal surtout lorsqu'elles sont associées à un pesto de pistaches et de citron.

>>  **MACHINE SUR LE CÔTÉ**

 **LAMINOIR À LASAGNE**

 **ROULEAU À LASAGNETTE**

INGRÉDIENTS, 4 PORTIONS

Pâte à pâtes (p. 41)
Pesto de pistaches (p. 58)

GARNITURE

Basilic frais
Parmesan râpé

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Basculez l'Ankarsrum sur le côté et installez le Laminoir à lasagne.
2. Divisez la pâte à pâtes en petits morceaux.
3. Démarrez l'Ankarsrum à faible vitesse et introduisez la pâte dans le rouleau. Commencez à introduire à la taille 0, répétez 5 à 6 fois, en pliant la pâte deux fois à chaque fois.
4. Réduisez l'épaisseur de la pâte étape par étape jusqu'à la position 6 (1.2 mm) que nous recommandons pour lasagnette. Passez la pâte dans chaque position 5 à 6 fois, en n'oubliant pas de la plier entre les deux.
5. Installez le Rouleau à lasagnette.
6. Démarrez Ankarsrum à faible vitesse et introduisez les bandes de pâtes dans le Rouleau. Laissez tomber les pâtes sur une table généreusement farinée.
7. Faites-les bouillir directement dans de l'eau bien salée ou suspendez-les pour les faire sécher. Temps de cuisson environ 2-3 min.
8. Égouttez les pâtes, remettez-les dans la casserole.
9. Ajoutez le pesto et remuez jusqu'à ce que le pesto soit bien mélangé aux pâtes.
10. Servez avec du Parmesan râpé et du basilic frais.

Conseils !

Utilisez toujours beaucoup de farine de blé dur supplémentaire lorsque vous réalisez des pâtes.



À la vapeur

BAO BUNS AVEC FALAFELS ET SALADE

Ces petits pains Bao sont faciles à préparer et peuvent être farcis de votre garniture préférée. Nous aimons les servir avec des falafels et une salade asiatique.

>>  **MACHINE POSITION DEBOUT**

 **CUVE**

 **RACLOIR À PÂTE**

 **ROULEAU À PÂTE**

INGRÉDIENTS, 6 PORTIONS

Falafels (p. 51)
Salade asiatique (p. 57)

BRIOCHES BAO, ENVIRON 24

100 g d'eau, tiède
100 g de lait, tiède
3 c-à-c de levure sèche
3 c-à-s de sucre
300 g de farine de blé complète
1/2 c-à-c de levure chimique
1/2 c-à-c de sel
3 c-à-s d'huile neutre (+ huile pour le badigeonnage)

GARNITURE

Tranches de concombre
Mayonnaise sriracha
Coriandre
Cacahuètes hachées

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Assemblez l'Ankarsrum avec la Cuve, le Racloir et le Rouleau à pâte.
2. Mélangez l'eau, le lait et la levure sèche dans la Cuve, laissez reposer pour que la levure s'épanouisse pendant environ 5 minutes.
3. Ajoutez les autres ingrédients et mélangez à faible vitesse pendant au moins 10 minutes, jusqu'à obtenir une pâte lisse et brillante qui ne colle pas aux parois de la Cuve.
4. Couvrez avec le Couvercle de pousse et laissez reposer pendant 60 minutes. Le volume de la pâte doit doubler.
5. Retournez la pâte sur le plan de travail et divisez-la en 24 morceaux égaux. Formez des boules de pâte et laissez-les lever pendant 30 minutes sous un torchon.
6. Pendant ce temps, découpez des carrés de 8x8 cm de papier sulfurisé.
7. Abaissez les boules de pâte en une forme ovale d'environ 12 cm de long.
8. Badigeonnez d'un peu d'huile avant de replier un bord vers l'autre depuis le côté long.
9. Placez chaque bao bun sur un carré de papier et laissez lever pendant 30 minutes sous un essuie-tout.
10. Faites cuire vos bao buns à la vapeur dans un panier en bambou, pendant environ 10 minutes.
11. Remplissez vos buns bao de salade asiatique, de falafels et de tranches de concombre.
12. Arrosez de mayonnaise Sriracha et garnissez de coriandre et de cacahuètes hachées.



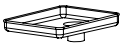
Frits

FALAFEL

Les falafels ne sont pas difficiles à préparer mais nécessitent un peu de temps, il faut donc un peu de patience. Mais le résultat en vaut la peine ! Servez avec des brioches bao (p. 49) et une salade asiatique (p. 57).

>>  **MACHINE SUR LE CÔTÉ**

 **HACHOIR**

 **PLATEAU D'ALIMENTATION**

 **POUSSOIR**

INGRÉDIENTS, 6 PORTIONS

500 g de pois chiches secs
1 grand oignon
ou 3-4 échalotes
30 g de persil plat haché
4 gousses d'ail
1,5 c-à-c de sel
2 c-à-s d'épices pour falafels
75 g de fécule de pommes de terre
1 c-à-s de bicarbonate de soude
1 c-à-s de levure chimique
Huile végétale pour la friture

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Faites tremper les pois chiches dans un grand récipient rempli d'eau froide. Laissez reposer au moins 10 heures. Il faut un grand récipient avec beaucoup d'eau car les pois chiches gonflent beaucoup. Egouttez les pois chiches et rincez-les abondamment.
2. Hachez les oignons et le persil.
3. Basculez le robot sur le côté et équipez-le du hachoir avec la grille de 4,5 mm.
4. Passez les pois chiches avec les oignons, le persil, l'ail et les épices, même plusieurs fois, jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène. Si la pâte n'est pas homogène, les falafels vont se briser dans la friture.
5. Placez au frais pendant 30 minutes au minimum.
6. Mélangez la fécule, le bicarbonate, la levure et ajoutez à la pâte juste avant de frire, mélangez bien.
7. Formez des boules de falafels de la taille souhaitée, soit à la main soit à l'aide de deux cuillères.
8. Réchauffez l'huile à 170°C et faites frire les falafels environ 2 minutes de chaque côté.

Conseils !

Pour réussir les falafels, il faut que les pois chiches soient bien moulus, même plusieurs fois de suite.


De bon goût
ACCOMPAGNEMENTS





Oriental

HOUMOUS

Tartinable de pois chiches avec de la purée de sésame,
à servir avec une baguette ou une focaccia.

>>  MACHINE SUR LE CÔTÉ  BLENDER

INGRÉDIENTS

500 g de pois chiches cuits
2 c-à-s de tahini (purée de sésame)
135 ml d'huile neutre
150 ml d'eau
1 gousse d'ail
1 c-à-c de sel
50 ml de jus de citron

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Basculez le robot sur le côté et équipez-le du blender.
2. Mettez tous les ingrédients dans le blender et mixez jusqu'à l'obtention d'une purée homogène de houmous.
3. Ajoutez éventuellement un peu d'eau si vous le voulez plus liquide.
4. Ajoutez par-dessus un filet d'huile d'olive au moment de servir et décorez avec de la poudre de paprika.

Conseils !

Le secret du houmous est qu'il faut vraiment bien mixer le mélange. Plus on mixe, plus le houmous sera crémeux et homogène.



Savoureuse

SALADE ASIATIQUE

Une salade simple mais savoureuse est un accompagnement parfait pour de nombreux plats différents. Elle constitue un déjeuner sain et délicieux mais elle peut aussi servir de garniture dans nos pains bao aux falafels par exemple (p. 49).

>>



MACHINE SUR LE CÔTÉ



COUPE-LÉGUMES



CYLINDRE À JULIENNE ET CYLINDRE À TRANCHER

INGRÉDIENTS, 4 PORTIONS

VINAIGRETTE

50 g d'huile neutre
1 c-à-s de miel
1 c-à-s de sucre
1 c-à-s de vinaigre de vin blanc
1 citron vert, zeste et jus
3 c-à-s de sauce de poisson
1 piment rouge
2 gousses d'ail
1/2 oignon rouge

SALADE

200 g de chou rouge
100 g de carottes
3 c-à-s de coriandre fraîche hachée
45 g de cacahuètes hachées

GARNITURE

Coriandre fraîche
Cacahuètes hachées

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Commencez par la vinaigrette. Dans un bol, mélangez l'huile neutre, le miel, le sucre, le vinaigre de vin blanc, le zeste et le jus de citron vert.
2. Hachez finement l'oignon rouge, l'ail et le piment, ajoutez-les à la vinaigrette et mélangez.
3. Basculez l'Ankarsrum sur le côté et installez le Coupe-légumes avec le Cylindre à trancher.
4. Râpez le chou rouge à vitesse moyenne.
5. Installez ensuite le Cylindre à râper grossier et râpez les carottes à vitesse moyenne.
6. Hachez grossièrement la coriandre et les cacahuètes.
7. Mélangez le chou rouge, les carottes, les cacahuètes et la coriandre dans un grand bol.
8. Ajoutez la vinaigrette et remuez jusqu'à ce que la vinaigrette soit bien mélangée à la salade.
9. Garnissez de coriandre fraîche et de cacahuètes hachées.

Original

PESTO AUX PISTACHES ET AU CITRON

Le pesto est un classique intemporel mais l'utilisation de pistaches fera passer votre pesto au niveau supérieur. Le citron apporte de la fraîcheur et se marie incroyablement bien avec les pâtes, par exemple la lasagnette (p. 47).

1 >>  **MACHINE POSITION DEBOUT**

 **PRESSE-AGRUMES**

INGRÉDIENTS, 4 PORTIONS

1 citron, zeste et jus

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Assemblez l'Ankarsrum avec le Presse-agrumes.
2. Zestez le citron et coupez le citron en deux.
3. Pressez le citron à vitesse moyenne.

Conseils !

Vous pouvez trouver notre recette de pâte à pâtes, page 41.

2 >>  **MACHINE SUR LE CÔTÉ**

 **BLENDER**

INGRÉDIENTS, 4 PORTIONS

120 g de pistaches
150 g d'huile d'olive
2 gousses d'ail
80 g de basilic frais
50 g de Parmesan râpé
Sel en paillettes
Poivre noir

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Basculez l'Ankarsrum sur le côté et installez le Blender.
2. Dans le Blender, hachez grossièrement les noix, puis ajoutez l'huile, le jus de citron, le zeste de citron et l'ail. Mixez à vitesse élevée pendant environ 30 secondes.
3. Ajoutez le basilic et le Parmesan râpé, mélangez jusqu'à obtenir la consistance souhaitée. Pour un pesto plus fin, ajoutez un peu d'eau.
4. Assaisonnez avec du sel et du poivre noir.

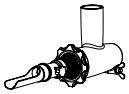
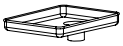

MAX
5
4
2
44
40
36
32
28
24
20
16
12
8
4



De ma grand-mère

COMPOTE DE POMME

Avec la compote faite maison, vous décidez vous-même si vous la voulez plus ou moins sucrée.

>>  MACHINE SUR LE CÔTÉ  HACHOIR AVEC PASSOIRE  PLATEAU  POUSSOIR

INGRÉDIENTS,
1 LITRE DE COMPOTE

2 kg de pommes
210 g de sucre semoule

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Rincez les pommes, coupez-les en quartiers et préparez-les dans une marmite ou dans le four.
   DANS UNE MARMITE : remplissez le fond avec de l'eau. Ajoutez les quartiers de pommes et réchauffez doucement jusqu'à ce qu'ils deviennent tendres.
   DANS LE FOUR : mettez les pommes sur une plaque de cuisson, couvrez de papier sulfurisé et mettez au four à 150° C jusqu'à ce qu'elles deviennent tendres.
2. Basculez le robot sur le côté et équipez-le du hachoir avec l'accessoire passoire.
3. Faites passer les pommes à grande vitesse et faites passer les déchets 2 fois.
4. Mettez la compote dans une casserole et faites bouillir avec le sucre. Faites cuire jusqu'à la dissolution du sucre.
5. Transvasez dans des bocaux.

Conseils !

N'oubliez pas de congeler ce qui ne sera pas consommé dans les deux semaines pour éviter qu'il ne se détériore. Plus vous mettez de sucre, plus la conservation au réfrigérateur sera longue.



Simple

CONCOMBRE MARINÉ

Le concombre mariné est la touche ultime pour agrémenter les sandwichs, les hamburgers, les salades… Et c'est tellement facile à faire !

>>  **MACHINE SUR LE CÔTÉ**

 **COUPE-LÉGUMES**

 **CYLINDRE À TRANCHER**

INGRÉDIENTS

300 g d'eau
200 g de sucre
100 g de vinaigre (12%)
1 gros concombre
1 c-à-s de graines de moutarde

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Faites bouillir l'eau avec le sucre et le vinaigre, laissez mijoter jusqu'à ce que le sucre soit complètement dissous. Laissez refroidir.
2. Basculez l'Ankarsrum sur le côté et installez le Coupe-légumes avec le Cylindre à trancher.
3. Coupez le concombre en tranches à vitesse moyenne avec la peau. Mettez le concombre coupé en tranches dans un bocal en verre.
4. Ajoutez les graines de moutarde et la nage en veillant à ce que le concombre soit entièrement immergé.
5. Fermez le couvercle et conservez au réfrigérateur.

Conseils !

La recette de la nage est facile à retenir : une part de vinaigre, deux parts de sucre et trois parts d'eau.


Alléchants
DESSERTS


SPÄDTER

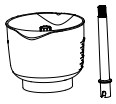


Elegante

TARTE AUX POIRES

Cette tarte aux poires est un dessert élégant et très facile à réaliser. La pâte de la tarte est merveilleusement croustillante avec une garniture de poires douce et tendre.

>>  **MACHINE POSITION DEBOUT**

 **BOL DE MÉLANGE**

 **FOUETS À GÂTEAU**

INGRÉDIENTS, 16 PORTIONS

210 g de farine de blé complète
45 g de sucre
2 c-à-c de cardamome moulue
1/2 c-à-c de sel
150 g de beurre (température ambiante)
3 c-à-s de jus de citron ou d'eau froide

FARCE

4-5 petites poires
3 c-à-s de sirop léger

DORURE

1 œuf

GARNITURE

33 g d'amandes effilées
1 c-à-s de sucre

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Assemblez l'Ankarsrum avec le Bol de mélange et les Fouets à gâteau.
2. Mélangez la farine, le sucre, la cardamome et le sel.
3. Coupez le beurre en morceaux et ajoutez-le au mélange de farine. Fouettez jusqu'à ce que la pâte soit friable.
4. Ajoutez le jus de citron et fouettez pendant 1 à 2 minutes.
5. Pétrissez la pâte à la main. Formez la pâte en un disque, enveloppez-la dans un film plastique et laissez reposer au réfrigérateur pendant au moins 30 minutes.
6. Réglez le four à 175°C si vous possédez un four à chaleur tournante.
7. Étalez la pâte sur du papier sulfurisé pour obtenir un cercle d'environ 3 mm d'épaisseur. Utilisez une grande assiette (environ 27 cm) comme modèle et découpez la pâte autour. Si la pâte colle au Rouleau à pâte, placez une feuille de papier sulfurisé sur le dessus de la pâte et continuez à étaler.
8. Transférez la pâte sur une plaque à pâtisserie recouverte de papier sulfurisé.
9. Rincez les poires. Coupez-les en fines tranches et déposez-les sur la pâte en laissant un bord d'environ 3 cm. Versez le sirop sur le dessus et repliez le bord.
10. Badigeonnez la coutour d'œuf battu et saupoudrez d'amandes effilées et de sucre.
11. Faites cuire au centre du four pendant 25 à 30 minutes, jusqu'à ce que le bord soit légèrement bruni.
12. Servez le gâteau tiède avec de la glace à la vanille, de la crème anglaise.

Conseils !

Vous pourrez la servir avec une boule de glace à la vanille (p. 71) ou une crème à la vanille.



Délicieuses

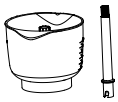
CRÊPES

Riches en œufs, ces crêpes sont une excellente manière de conclure le dîner en beauté.

>>



MACHINE POSITION DEBOUT



BOL DE MÉLANGE



BATTEUR DOUBLE

INGRÉDIENTS,
18 PETITES CRÊPES

150 g de farine de froment
2 c-à-c de sucre semoule
1/2 c-à-c de sel
600 ml de lait
3 œufs
3 c-à-s de beurre

POUR LA CUISSON

4 c-à-s de beurre ou d'huile

GARNITURE

Crème aux noisettes
Sirop d'érable
Baies fraîches
Pistaches hachées

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Équipez le robot du Bol de mélange et du Batteur double.
2. Versez la farine, le sucre et le sel. Mettez le robot en marche, vitesse moyenne.
3. Ajoutez 2 dl de lait et fouettez jusqu'à obtention d'une pâte lisse.
4. Ajoutez le lait restant ainsi que les œufs. Continuez à fouetter jusqu'à ce que tout ait été bien mélangé.
5. Faites fondre 3 c-à-s de beurre et ajoutez à la pâte.
6. Laissez la pâte à crêpe gonfler pendant 10 minutes.
7. Faites chauffer une poêle et ajoutez un peu de beurre. Faites cuire des crêpes fines et rondes de la taille souhaitée.
8. Pliez vos crêpes et placez-les sur une assiette, arrosez-les de sirop d'érable.
9. Garnissez de baies fraîches, de pistaches hachées et servez les crêpes avec une délicieuse crème aux noisettes ou pourquoi pas de la glace à la vanille ?

VEUILLEZ-VOUS ASSURER que les fouets sont bien fixés sur la tête du batteur, vous entendrez un « clic » lorsqu'ils sont placés correctement.

Conseils !

Si vous préparez une grande quantité, vous pouvez également utiliser le couvercle blanc sur le bol du mélange pour éviter les éclaboussures pendant le mélange.

Servez ces délicieuses crêpes avec votre crème glacée à la vanille faite maison, page 71.



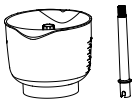
Votre

GLACE À LA VANILLE

La vanille est un parfum classique de la crème glacée. Elle est parfaite seule, en accompagnement de divers desserts ou en complément de vos parfums de crèmes glacées préférés.



MACHINE POSITION DEBOUT



BOL DE MÉLANGE



BATTEUR DOUBLE



SORBETIÈRE

INGRÉDIENTS, 4 PORTIONS

1 gousse de vanille
250 g de lait
200 g de crème épaisse (40%)
4 jaunes d'oeufs
90 g de sucre
1 pincée de sel

AVANT L'UTILISATION

Placez le bol de congélation au congélateur, à -18°C pendant 24 heures

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Coupez la gousse de vanille dans le sens de la longueur et grattez les graines.
2. Versez le lait et la crème dans une casserole, ajoutez les graines et la gousse de vanille. Portez à ébullition, puis réservez.
3. Montez l'Ankarsrum avec le Bol de mélange et les Fouets.
4. Fouettez les jaunes d'œufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange devienne mousseux.
5. Ajoutez le mélange de lait refroidi et fouettez le tout à faible vitesse.
6. Placez le Bol de mélange au réfrigérateur jusqu'à ce que la préparation soit complètement refroidie.
7. Assemblez l'Ankarsrum avec la Sorbetière.
8. Versez le mélange de crème glacée dans le Bol de congélation par l'ouverture du couvercle.
9. Laissez la machine fonctionner à vitesse moyenne pendant 20 à 30 minutes jusqu'à ce que la consistance souhaitée soit atteinte.
10. Servez la crème glacée immédiatement ou congelez-la dans un récipient hermétique.

VEUILLEZ-VOUS ASSURER que les fouets sont bien fixés sur la tête du batteur, vous entendrez un « clic » lorsqu'ils sont placés correctement.

Conseils !

Conservez toujours le bol de congélation dans le congélateur. Vous pourrez ainsi préparer votre crème glacée maison préférée quand bon vous semble.



Au citron vert

SORBET FRAMBOISE

Ce sorbet à la framboise à la saveur aigre-douce est si savoureux qu'il devient facilement addictif. Il est très facile de faire son propre sorbet.

1 >>



MACHINE SUR LE CÔTÉ



BLENDER

INGRÉDIENTS

500 g de framboises congelées
150 g d'eau
135 g de sucre
70 g de sirop de glucose

AVANT L'UTILISATION

Placez le bol de congélation au congélateur, à -18°C pendant 24 heures

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Faites bouillir les framboises avec l'eau, le sucre et le sirop de glucose, laissez mijoter à feu doux jusqu'à ce que le sucre soit complètement dissous.
2. Basculez l'Ankarsrum sur le côté et installez le Blender.
3. Réduisez la préparation de framboises en purée jusqu'à ce que le mélange soit lisse, puis passez-le au tamis. Laissez refroidir complètement au réfrigérateur.

2 >>



MACHINE POSITION DEBOUT



PRESSE-AGRUMES

INGRÉDIENTS

50 g de jus de citron vert fraîchement pressé, soit environ 2 citrons verts

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Assemblez l'Ankarsrum avec le Presse-agrumes.
2. Coupez les citrons verts en deux et pressez-les.
3. Mélangez la purée de framboises avec le jus de citron vert pressé.

Conseils !

Vous pouvez facilement remplacer les framboises par des fraises ou des mûres.

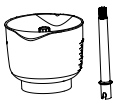
Laissez le bol de congélation en permanence au congélateur comme cela il sera toujours prêt si vous décider de faire de la crème glacée et du sorbet maison.

3 4 →

3 >>



MACHINE
POSITION DEBOUT



BOL DE
MÉLANGE



BATTEUR
DOUBLE

INGRÉDIENTS

1 blanc d'oeuf

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Assemblez l'Ankarsrum avec le Bol de mélange et les Fouets.
2. Battez le blanc d'œuf jusqu'à ce qu'il devienne mousseux et ajoutez délicatement la purée de framboises jusqu'à obtenir un mélange homogène.
3. Placez le mélange dans le réfrigérateur et laissez-le refroidir à la température du réfrigérateur.

4 >>



MACHINE
POSITION DEBOUT



SORBETIÈRE

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Assemblez l'Ankarsrum avec la Sorbetière et démarrez à basse vitesse.
2. Versez lentement le mélange dans le Bol de congélation par l'ouverture du couvercle.
3. Faites tourner la machine à vitesse moyenne jusqu'à obtenir un sorbet crémeux, environ 20 minutes.
4. Servez immédiatement ou versez dans un bocal avec un couvercle et remettez au congélateur.





Croustillante

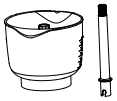
PAVLOVA

La pavlova croustillante avec sa crème mascarpone acidulée et ses baies fraîches est un dessert qui plaît à tout le monde.

>>



MACHINE
POSITION DEBOUT



BOL DE
MÉLANGE



BATTEUR
DOUBLE

INGRÉDIENTS, 12 PARTS

MERINGUE

6 blancs d'oeufs à température ambiante
315 g de sucre
2 c-à-c de fécule de maïs
1 c-à-c de vinaigre 12%, ou de vinaigre de vin blanc

FARCE

300 g de crème épaisse à fouetter
100 g de mascarpone
40 g de sucre en poudre
3 c-à-s de jus de citron

GARNITURE

Baies fraîches et fruits de votre choix

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Réglez le four à 100°C.
2. Assemblez l'Ankarsrum avec le Bol de mélange et les Fouets.
3. Le Bol de mélange doit être correctement nettoyé de préférence avec du citron.
4. Ajoutez les blancs d'œufs et battre à grande vitesse jusqu'à la formation de pics mous.
5. Ajoutez le sucre petit à petit tout en continuant à fouetter.
6. Fouettez jusqu'à ce que les blancs soient fermes et brillants.
7. Ajoutez la fécule de maïs, le sel, le vinaigre et fouettez jusqu'à ce que le tout soit mélangé. Versez la meringue dans une poche à douille.
8. Tapissez une plaque à pâtisserie de papier sulfurisé et dessinez avec un crayon autour d'une grande assiette (environ 27 cm) de manière à obtenir un grand cercle.
9. À l'aide d'une poche à douille, formez une couronne de cercles. Utilisez une pointe à douille ordinaire (taille 8).
10. Faites cuire dans la partie inférieure du four pendant environ 60 minutes jusqu'à ce que la meringue soit complètement sèche.
11. Éteignez le four et laissez la pavlova refroidir complètement dans le four avant de la retirer.
12. Assemblez l'Ankarsrum avec le Bol de mélange et les Fouets.
13. Fouettez la crème, le mascarpone, le sucre en poudre et le jus de citron.
14. Répartissez la crème au centre de chaque pavlova et garnissez de baies ou de fruits frais.

Conseils!

Gardez les jaunes d'œufs pour votre glace à la vanille maison, voir la recette à la page 71.


De merveilleux
BISCUITS & GÂTEAUX





Suédois

ROULÉS À LA CANNELLE

Rien ne vaut l'odeur des roulés à la cannelle fraîchement sortis du four qui envahit toute la maison. Un bonheur inimitable !

1 >>



MACHINE POSITION DEBOUT



CUVE



RACLOIR À PÂTE



ROULEAU À PÂTE

INGRÉDIENTS, 40 PETITS PAINS

500 ml de lait
50 g de levure fraîche
200 g de beurre à température ambiante
90 g de sucre semoule
1 œuf
1/2 c-à-c de sel
2 c-à-c de cardamome broyée (facultatif)
840 g de froment à forte teneur en protéine

SUIVEZ CES ÉTAPES

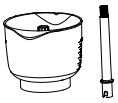
1. Équipez le robot de la Cuve, du racloir à pâte et du rouleau à pâte.
2. Chauffez le lait à 37°C.
3. Émiettez la levure dans la Cuve. Ajoutez le lait et mettez le robot en marche, le rouleau à pâte contre le bord de la Cuve, et faites tourner à faible vitesse jusqu'à dissolution de la levure.
4. Ajoutez le beurre, le sucre, l'œuf et la cardamome (facultatif).
5. Incorporez le lait progressivement. Si nécessaire, donnez un « coup de main » au robot en tirant le bras vers le centre à plusieurs reprises.
6. Passez à vitesse moyenne. Lorsque la pâte commence à se former, bloquez le bras du robot à 2-4 cm du bord de la Cuve. Travaillez la pâte pendant au moins 5 minutes. Utilisez le minuteur.
7. Mettez le couvercle sur la Cuve et laissez la pâte lever pendant 40 minutes.
8. Pendant ce temps, préparez la garniture.

2 3 →

2 >>



MACHINE POSITION DEBOUT



BOL DE MÉLANGE



FOUETS À GÂTEAU

GARNITURE

200 g de beurre à température ambiante
135 g de sucre semoule
3 c-à-s de cannelle

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Équipez le robot du Bol de mélange et des fouets à cookies.
2. Ajoutez le beurre par petites doses ainsi que le sucre et la cannelle.
3. Mettez le robot en marche et faites tourner à faible vitesse jusqu'à ce que tout soit bien mélangé.

3 >>

POUR LA DORURE

1 œuf
Du sucre en grains

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Déposez la pâte sur une planche de travail farinée et divisez-la en deux parts égales.
2. À l'aide d'un rouleau, étalez chaque morceau en formant un rectangle 45 x 30 cm.
3. Étalez la garniture et repliez la pâte sur elle même dans le sens de la longueur.
4. Découpez des portions de 1 cm de longueur environ. Torsadez-les et faites un nœud. Déposez les morceaux de pâte sur une plaque recouverte de papier cuisson. Laissez lever de nouveau pendant 40 minutes.
5. Préchauffez le four à 225°C.
6. Badigeonnez les roulés d'œuf et saupoudrez de grains de sucre.
7. Faites cuire les roulés au milieu du four pendant 5 à 10 minutes.
8. Laissez les pains refroidir sur une grille, recouverts d'un torchon.

ROULEAU OU CROCHET À PÂTE ? Les deux pétrissent la pâte. Pour en savoir plus sur lequel utiliser et quand, lisez les pages 6 à 8.

Conseils !

Variez les goûts et les présentations à votre guise. Vous pouvez par exemple remplacer la garniture à la cannelle par une crème à la noisette.





Festifs

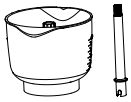
CUPCAKES

Faites-les petits et vous en aurez encore plus à déguster.

1 >>



MACHINE POSITION DEBOUT



BOL DE MÉLANGE



BATTEUR DOUBLE

INGRÉDIENTS, 12 CUPCAKES

75 g de beurre
2 œufs
225 g de sucre semoule
180 g de farine de froment
2 c-à-c de levure chimique
1 c-à-c de sucre vanillé
40 g de cacao en poudre
1/2 c-à-c de sel
250 ml de lait

SUIVEZ CES ÉTAPES

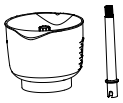
1. Préchauffez le four à 175°C.
2. Équipez le robot du bol de mélange et du batteur double.
3. Faites fondre le beurre dans une casserole.
4. Ajoutez l'œuf et le sucre dans le bol et fouettez à vitesse maximale.
5. Mélangez tous les ingrédients secs dans un bol séparé et ajoutez-les à la pâte aux œufs avec le beurre fondu et le lait. Mélangez à faible vitesse jusqu'à obtenir une pâte lisse.
6. Remplissez les moules à cupcake jusqu'aux deux-tiers. Faites cuire au milieu du four pendant 18 à 20 minutes.
7. Laissez les muffins refroidir sur une grille, recouverts d'un torchon.

2 →

2 >>



MACHINE POSITION DEBOUT



BOL DE MÉLANGE



FOUETS À GÂTEAU

GLAÇAGE AU CHOCOLAT

60 g de beurre à température ambiante
300 g de sucre glace
1 c-à-c de sucre vanillé
20 g de cacao en poudre
100 g de fromage frais
1 c-à-s de café chaud

DÉCORATION

Vermicelles ou fleurs

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Équipez le robot du Bol de mélange et des fouets à cookies.
2. Ajoutez le beurre, le sucre glace le sucre vanillé, le cacao et le fromage frais. Mettez le robot en marche à faible vitesse. Mélangez jusqu'à obtenir une crème homogène.
3. Ajoutez le café.
4. À l'aide d'une poche à douille, déposez le glaçage sur les cupcakes et garnissez avec des vermicelles ou des fleurs.

Conseils !

Si vous n'avez pas de poche à douille, vous pouvez utiliser un sachet en plastique dont vous aurez découpé un coin.

VEUILLEZ-VOUS ASSURER que les fouets sont bien fixés sur la tête du batteur, vous entendrez un « clic » lorsqu'ils sont placés correctement.



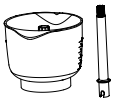


Pépites de chocolat

COOKIES AMÉRICAINS

Croquants à l'extérieur et délicieusement moëlleux à l'intérieur.

>>  **MACHINE POSITION DEBOUT**

 **BOL DE MÉLANGE**

 **FOUETS À GÂTEAU**

INGRÉDIENTS, 40 COOKIES

250 g de beurre à température ambiante
225 g de sucre semoule
190 g de sucre roux
2 œufs
1 c-à-c de vanille en poudre
450 g de farine de froment
1 c-à-c de levure chimique
1 c-à-c de bicarbonate de soude
1/2 c-à-c de sel
125 g de flocons de noix de coco
200 g de galets de chocolat ou de chocolat haché

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Préchauffez le four à 175°C.
2. Équipez le robot du Bol de mélange et des Fouets à gâteau.
3. Ajoutez le beurre, le sucre semoule et le sucre roux. Mettez le robot en marche à faible vitesse et faites-le travailler pendant 2 à 3 minutes jusqu'à obtention d'une masse aérée. Augmentez progressivement la vitesse.
4. Incorporez l'œuf et la vanille en poudre et continuez à mélanger.
5. Mélangez la farine, la levure chimique, le bicarbonate de soude et le sel dans un bol. Baissez la vitesse au minimum et ajoutez le mélange sec.
6. Ajoutez la noix de coco et arrêtez le robot dès que tout est bien mélangé.
7. Formez des boulettes grandes comme des noix et déposez-les sur une plaque recouverte de papier cuisson. Faites cuire au milieu du four pendant 9 à 11 minutes, juste le temps que le dessus prenne un aspect sec.
8. Décorez avec le chocolat haché ou les pistoles de chocolat que vous laissez fondre sur les cookies encore chauds.
9. Laissez les cookies refroidir sur la plaque pendant 5 minutes sans recouvrir puis enlevez-les.

Conseils !

Surveillez-les attentivement pour qu'ils ne restent pas trop longtemps au four. Défournez les cookies lorsqu'ils sont presque prêts ; ils continueront à cuire sur la plaque.



Au chocolat et noisettes

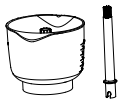
GÂTEAU DE SAVOIE ET SON GLAÇAGE

Si simple à préparer et si bon.

>>



MACHINE POSITION DEBOUT



BOL DE MÉLANGE



BATTEUR DOUBLE

INGRÉDIENTS, 1 GÂTEAU

4 œufs
270 g de sucre semoule
2 c-à-c de vanille en poudre
240 g de farine de froment
2 c-à-c de levure chimique
75 g de beurre
100 ml de lait

GLAÇAGE AU CHOCOLAT

100 g de chocolat noir
1 c-à-s d'huile neutre

GARNITURE

30 g de noisettes hachées

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Préchauffez le four à 175°C. Beurrez et farinez un moule à cake.
2. Équipez le robot du Bol de mélange et du batteur double.
3. Versez l'œuf, le sucre et la vanille en poudre. Mettez le robot en marche à vitesse moyenne et fouettez jusqu'à obtenir une pâte légère et aérée.
4. Mélangez la farine et la levure chimique.
5. Faites fondre le beurre et ajoutez-y le lait.
6. Ajoutez le mélange de beurre et de lait à la pâte. Mélangez jusqu'à obtenir une pâte homogène.
7. Remplissez le moule et faites cuire pendant 35 minutes.
8. Défournez et laissez la génoise reposer dans son moule pendant environ 10 minutes afin qu'elle se tasse puis démoulez-la.
9. Hachez le chocolat et faites-le fondre doucement au bain-marie, laissez refroidir légèrement et incorporez l'huile jusqu'à obtenir un glaçage homogène.
10. Placez le gâteau sur une assiette. Versez le glaçage au chocolat sur le gâteau et parsemez de noisettes hachées.

Conseils !

Faites bien monter le mélange d'œuf et de sucre avec le batteur double avant d'incorporer les autres ingrédients.

Vérifiez à partir de la 30e minute de cuisson si la génoise est prête. Le temps exact peut varier d'un four à l'autre.



Moelleux

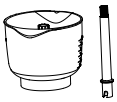
BISCUITS AU CARAMEL

Le caramel, vous n'en démordrez pas...

>>



MACHINE POSITION DEBOUT



BOL DE MÉLANGE



FOUETS À GÂTEAU

INGRÉDIENTS

200 g de beurre à température ambiante
225 g de sucre semoule
75 g de sirop de sucre de canne
300 g de farine de froment
1 c-à-c de bicarbonate de soude

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Préchauffez le four à 200°C.
2. Équipez le robot du Bol de mélange et des fouets à cookies.
3. Versez le beurre et le sucre. Mettez le robot en marche à faible vitesse et mélangez le tout.
4. Ajoutez le sirop et la farine mélangée au bicarbonate. Mélangez jusqu'à obtenir une pâte homogène.
5. Divisez la pâte en trois parts égales. Faites un rouleau de 35 cm de longueur avec chaque morceau.
6. Déposez les rouleaux sur une plaque recouverte de papier de cuisson. Aplatissez-les légèrement avec une fourchette.
7. Faites cuire au milieu du four pendant environ 12 minutes.
8. Découpez des morceaux de 2 cm de large légèrement en biais.

Conseils !

Multipliez les ingrédients par trois et utilisez le grand bol.

Découpez les biscuits pendant qu'ils sont encore chauds.



Rafraîchissantes

BOISSONS





Santé

SMOOTHIE VERT

Les smoothies peuvent être facilement préparés avec vos fruits et légumes préférés. Cette recette de smoothie associe des oranges et des mangues à des pois verts et des épinards pour un résultat délicieux.

1 >>



MACHINE POSITION DEBOUT



PRESSE-AGRUMES

INGRÉDIENTS, 4 SMOOTHIES

100 ml de jus d'orange (1-2 oranges)

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Assemblez l'Ankarsrum avec le Presse-agrumes et pressez 1 à 2 oranges jusqu'à obtenir 100 g de jus.

2 >>



MACHINE SUR LE CÔTÉ



BLENDER

INGRÉDIENTS, 4 SMOOTHIES

200 ml d'eau
60 g de petits pois
65 g d'épinards frais
1 citron vert, jus
150 g de mangue congelée
1 avocat

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Basculez l'Ankarsrum sur le côté et installez le Blender.
2. Ajoutez l'eau, le jus, les petits pois et les épinards dans le Blender et réduisez en purée jusqu'à obtenir une texture lisse.
3. Ajoutez les autres ingrédients et mixez jusqu'à ce que le mélange soit homogène. Ajoutez un peu plus d'eau si le mélange devient trop épais.
4. Goûtez et ajustez le sucre comme vous le souhaitez avec plus de jus d'orange ou un peu de miel ou de nectar d'agave.

Conseils !

Si vous le souhaitez, ajoutez du yaourt pour un supplément de protéines.



Frais

GRANITÉ AU CITRON

Cette boisson acide rafraîchissante - et légèrement sucrée - est parfaite pour une journée chaude et ensoleillée.

1 >>



MACHINE POSITION DEBOUT



PRESSE-AGRUMES

INGRÉDIENTS, 4 VERRES

SIROP

250 ml d'eau
225 g de sucre

JUS

Jus de 4 citrons
Jus de 2 citrons verts
Zestes d'un citron et d'un citron vert

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Faites bouillir l'eau et le sucre jusqu'à ce que le sucre soit dissous, laissez refroidir et placez au réfrigérateur.
2. Assemblez l'Ankarsrum avec le Presse-agrumes.
3. Zester 1 citron et 1 citron vert. Coupez les citrons et le citron vert en deux, démarrez l'Ankarsrum à vitesse moyenne et pressez les agrumes.

Conseils !

Pour une version adaptée aux enfants ou une option sans alcool, il suffit de ne pas mettre de vodka.

2 >>



MACHINE SUR LE CÔTÉ



BLENDER

INGRÉDIENTS, 4 VERRES

200 ml de sirop simple
150 ml de vodka (facultatif)
30 glaçons

GARNITURE

Menthe

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Basculez l'Ankarsrum sur le côté et installez le Blender.
2. Mixez le jus, le zeste, le sirop, la vodka et la glace jusqu'à ce que celle-ci soit pilée. Si vous voulez un granité plus sucré, ajoutez plus de sirop.
3. Versez dans de grands verres et décorez de menthe. Servez immédiatement.

Chez soi

CAFÉ GLACÉ

Cette boisson froide et revigorante à base de café astucieusement sucrée avec du sirop de café est parfaite pour une chaude journée d'été.

>>  **MACHINE SUR LE CÔTÉ**  **MOULIN À GRAINS & CAFÉ**

INGRÉDIENTS, 2 VERRES

SIROP DE CAFÉ

100 ml de café infusé
90 g de sucre

BOISSON AU CAFÉ

Sirop de café
200 ml de café froid
Glace
300 ml de lait ou de lait d'avoine

SUIVEZ CES ÉTAPES

1. Basculez l'Ankarsrum sur le côté et installez l'accessoire Moulin à grains.
2. Moulez le café et préparez 300 ml de café.
3. Placez 200 ml de café au réfrigérateur pour qu'il refroidisse complètement.
4. Faites bouillir 100 ml de café avec 90 g de sucre dans une casserole jusqu'à ce que le sucre soit complètement dissous, laissez mijoter pendant quelques minutes. Laissez refroidir complètement.
5. Versez le sirop de café dans le fond du verre puis le café froid en remuant pour mélanger.
6. Ajoutez de la glace sur le dessus du verre, en laissant de la place pour la quantité de lait que vous souhaitez. Servez immédiatement.

Conseils !

Elle est également très savoureuse avec une touche de rhum.

Préparez des glaçons de café à l'avance, afin que votre boisson froide reste forte et agréable lorsque la glace fond.



NOTES




ON OFF

Alphabétique

INDEX

PAIN	PAGE
Bagels	16
Baguettes	18
Banana bread sans gluten	22
Focaccia italienne	20
Mantou	24
Pain au lait	14
Pain au levain	28
Pains à burger	26
Tortillas	32

DOUCEURS	PAGE
Biscuits au caramel	92
Compote de pommes	60
Cookies américains	88
Crêpes	68
Cupcakes	84
Gâteau de Savoie	90
Glace à la vanille	70
Pavlova	77
Roulés à la cannelle	80
Sorbet framboise	72
Tarte aux poires	66

PLATS	PAGE
Brioches bao avec falafels	48
Burgers	36
Coleslaw	36
Concombre mariné	62
Falafel	50
Houmous	54
Lasagnes végétariennes	42
Lasagnette au pesto	46
Pâte à pâtes	40
Pesto aux pistaches	58
Pizza à la mozzarella	38
Salade asiatique	56

BOISSONS	PAGE
Café glacé	100
Granité au citron	98
Smoothie vert	96

CONTENU 2

COLOFON

Home.Made.
Ankarsrum Assistent Original

Published by Ankarsrum Kitchen AB, Sweden

Copyright © 2024 Ankarsrum Kitchen AB, Sweden

All rights reserved. No part of this publication my be reproduced, distributed,
or transmitted in any form or by any means without the prior permission of the publisher.

ACKNOWLEDGEMENTS
Project management and copy editing: Ankarsrum Kitchen AB

Recipes: Ankarsrum Kitchen AB and Linn Utbult, Sweden
Recipe photography: Katja Ragnestam, Sweden

Other photography: Wolfgang Kleinschmidt, Choice Agentur, Sweden
Philip Hördegård, Abby Priest, Sweden
Ellen Nielsen Kindstrand, LN Bild, Sweden

Design and production: Carolina de Klerk Nordholm/nordholmcommunication.se, Sweden

Printing and binding: Holmstock B.V./nlprinters.nl, The Netherlands, 2024

www.ankarsrum.com

ISBN 978-91-531-2128-2

ANKARSRUM®

ANKARSRUM.COM

ISBN 978-91-639-9409-8

Recipe Book Scandinavia 41 014-00