



10 RECETTES
originales
POUR VOTRE
PLANCHA A GAZ

UN GUIDE *Maisonae.*

YAKITORI DE BŒUF ET FROMAGE À PLANCHA

Pour 4 personnes

Préparation : 10 minutes • Cuisson : 15 minutes

INGREDIENTS

- ✓ 24 tranches de carpaccio de bœuf
- ✓ 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- ✓ 3 cuillères à soupe de sauce soja salée
- ✓ 1 cuillère à soupe de vinaigre de riz
- ✓ 1 cuillère à soupe de sucre en poudre
- ✓ 1 cuillère à soupe de citron vert
- ✓ Du fromage de type Leerdammer

ETAPES

1. Réaliser la marinade en mélangeant dans un récipient la sauce soja, le vinaigre de riz, le sucre et le citron vert. Y plonger les carpaccio de bœuf en veillant bien à séparer les tranches les unes des autres. Laisser mariner 1h au réfrigérateur.
2. Découper des tranches de fromage de taille moyenne et de forme rectangulaire. Enrouler chaque morceau avec 2 tranches de carpaccio et piquer sur une brochette.
3. Allumer la plancha sur feu moyen et l'huiler légèrement. Une fois chaude, disposer les brochettes et les retourner souvent.
4. Laisser dorer 10 minutes en tout et veiller à ce que le fromage soit bien fondu.



1



BROCHETTES DE GAMBAS AU PIMENT ROUGE À LA PLANCHA

Pour 4 personnes

Préparation : 10 minutes • Cuisson : 10 minutes

INGREDIENTS

- ✓ 16 gambas cuites décortiquées
- ✓ 12 tomates cerise
- ✓ 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- ✓ 1 gousse d'ail
- ✓ 1 pincée de curcuma et de piment d'Espelette
- ✓ Sel, poivre

ETAPES

1. Laver les tomates cerise puis les sécher.
2. Dans un bol, mélanger l'huile d'olive, le curcuma, le piment, le sel et le poivre et découper finement l'ail avant de l'ajouter au mélange.
3. Verser la sauce obtenue dans une assiette avant de piquer les gambas et les tomates cerise sur des piques à brochettes.
4. Déposer les brochettes dans la marinade et ne pas hésiter à les retourner pour imbiber chaque côté des brochettes.
5. Poser les brochettes sur la plancha chaude et laisser dorer 5 minutes de chaque côté.



MOULES À LA PLANCHA

Pour 4 personnes

Préparation : 30 minutes • Cuisson : 15 minutes

INGREDIENTS

- ✓ 3 kg de moules
- ✓ 1 verre de vin blanc sec
- ✓ 3 pincées d'ail semoulé
- ✓ 2 pincées de poudre de piment de Cayenne
- ✓ 2 pincées de poivre moulu
- ✓ 1 cuillère à soupe d'huile d'olive

ETAPES

1. Bien laver les moules et chauffer la plancha.
2. Verser 1/2 verre d'huile d'olive dans la plancha, faire chauffer cette huile et lorsqu'elle est bien chaude avant d'y placer les moules.
3. Remuer, et dès qu'elles sont entrouvertes, saupoudrer d'ail, d'un peu de piment et de poivre, mais pas de sel !
4. Ajouter le verre de vin blanc, et remuer sans cesse pendant quelques secondes, vérifier la cuisson toutes les 2 min.
5. Les moules seront prêtes lorsque la sauce a bien réduit et un peu caramélisé.

BRUSCHETTA AUX AUBERGINES À LA PLANCHA

Pour 4 personnes

Préparation : 10 minutes • Cuisson : 15 minutes

INGREDIENTS

- ✓ 4 tranches de pain de campagne
- ✓ Purée d'olive noire
- ✓ 1 grosse aubergine
- ✓ De l'huile d'olive
- ✓ 1 fromage frais de brebis et de la roquette
- ✓ Du gros sel

ETAPES

1. Couper l'aubergine en lamelles dans le sens de la longueur et faire dégorger les tranches avec du gros sel pendant 1 heure, puis bien les rincer.
2. Chauffer la plancha et la graisser légèrement avec l'huile d'olive puis faire griller les aubergines et les réserver.
3. Faire griller les tranches de pain puis tartiner le pain avec la purée d'olive noire.
4. Déposer la roquette sur la tartine. Faire les rouleaux d'aubergines avec le fromage de brebis et les déposer sur la bruschetta.



4



PAËLLA DE GAMBAS FAÇON PLANCHA

Pour 6 personnes

Préparation : 30 minutes • Cuisson : 1 heure 30 minutes

INGREDIENTS

- ✓ 500 g de riz rond camarguais
- ✓ 500 g de poisson à chair ferme en morceaux
- ✓ 500 g de fruits de mer mélangés
- ✓ 50 g de chorizo
- ✓ 6 gambas
- ✓ 12 crevettes
- ✓ 1 gros oignon
- ✓ 3 gousses d'ail
- ✓ Quelques tranches de poivron, vert, rouge et jaune bio
- ✓ Quelques piments d'Espelette séché
- ✓ De l'huile d'olive
- ✓ Du gros sel et du poivre
- ✓ Du safran
- ✓ Des épices pour Paëlla

ETAPES

1. Préchauffer la plancha pendant 5 minutes puis placer un plat à paëlla en acier sur la plaque de cuisson. Verser 2 cuillères à soupe d'huile d'olive dans le plat à paëlla et laisser l'huile se chauffer.
2. Verser dans le plat à paëlla les morceaux d'oignon coupés en dés, le chorizo coupé en bâtonnets, et les gousses d'ail puis remuer régulièrement.
3. Quand l'oignon devient transparent, arrêter de remuer et ajouter les poivrons, les fruits de mer et les piments d'Espelette secs pour les faire revenir pendant 5 minutes. Ajouter le safran, les épices, le gros sel et le poivre.
4. Recouvrir la préparation d'eau jusqu'au trois quart du plat puis y verser le riz. Laisser le tout mijoter à feu moyen pendant une heure et rajouter de l'eau progressivement. Au bout d'environ 30 minutes de cuisson du riz ajoutez le poisson.
5. Faire revenir les gambas et les crevettes à la plancha et une fois le riz al dente, stopper la plancha et ajouter les crevettes et les gambas.



RIBS DE PORC AUX 5 ÉPICES

Pour 4 personnes

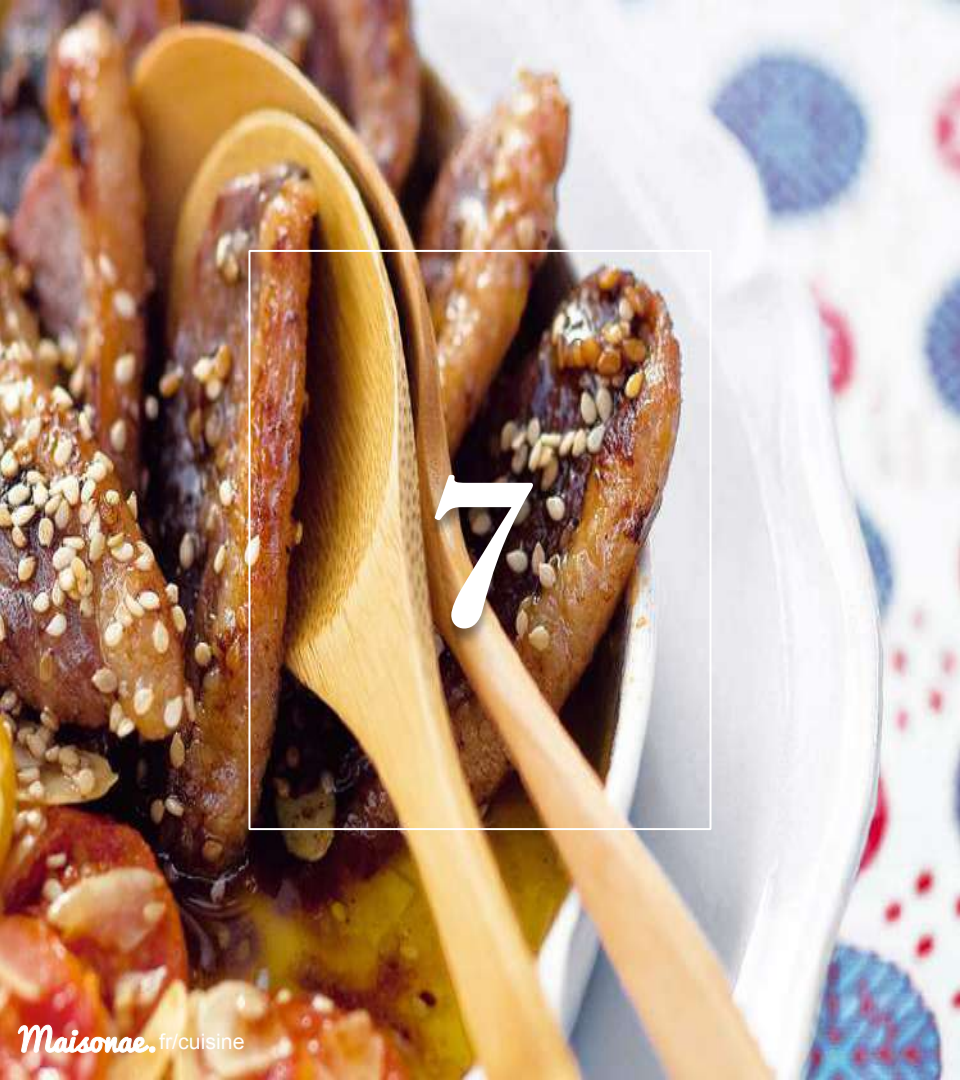
Préparation : 40 minutes • Cuisson : 10 minutes

INGREDIENTS

- ✓ 1 ribs de porc dégraissé
- ✓ 3 cuillères à soupe de vinaigre balsamique
- ✓ 3 cuillères à soupe de moutarde
- ✓ 3 cuillères à soupe de ketchup
- ✓ 3 cuillères à soupe de sauce Worcestershire
- ✓ 1 cuillère à café de paprika
- ✓ 1 cuillère à soupe d'herbes de Provence
- ✓ 1 cuillère à café de cumin
- ✓ 1 cuillère à café de piment doux
- ✓ 1 cuillère à café d'ail en poudre

ETAPES

1. Dans un récipient, bien mélanger toutes les épices et les condiments, puis y plonger les ribs de porc ou les badigeonner avec un pinceau.
2. Laissez mariner 2 heures ou une nuit entière.
3. Faire chauffer votre plancha à feu moyen et saisir les ribs, retourner régulièrement et laisser cuire 40 minutes suivant la cuisson désirée.



MAGRET DE CANARD AUX FRUITS FAÇON PLANCHA

Pour 4 personnes

Préparation : 15 minutes • Cuisson : 10 minutes

INGREDIENTS

- ✓ 2 magrets de canard
- ✓ 3 pêches
- ✓ 5 abricots
- ✓ Du thym
- ✓ Des graines de sésame
- ✓ Sel, poivre

ETAPES

1. Laver les fruits, peler les pêches et les couper en tranches puis, couper les abricots en 2.
2. Huiler la plancha et la faire chauffer pendant 2 minutes puis déposer les magrets côté peau sur la plaque. Mettre ensuite les fruits à dorer à côté.
3. Parsemer la viande et les fruits de thym et laisser cuire 15 minutes. Pensez à retirer les fruits avant le magret puisqu'ils nécessitent une cuisson moins longue.
4. En fin de cuisson, retourner le magret, saler, poivrer et saupoudrer de grains de sésame.



LAPIN AUX PARFUMS D'ÉTÉ

Pour 4 personnes

Préparation : 15 minutes • Cuisson : 30 minutes

INGREDIENTS

- ✓ 1 lapin découpé en 8 morceaux
- ✓ 1 aubergine
- ✓ 1 poivron rouge
- ✓ 1 oignon
- ✓ 1 tête d'ail nouveau
- ✓ 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- ✓ Des herbes du jardin
- ✓ 1 poignée d'olive noire de Nice
- ✓ Du piment d'Espelette
- ✓ Sel, poivre

ETAPES

1. Préparer les légumes en les laissant en assez gros morceaux puis chauffer la plancha et ajouter un filet d'huile d'olive.
2. Saler les morceaux de lapin et les déposer sur la plancha pour les dorer.
3. Ajouter les légumes et les herbes du jardin et assaisonner puis couvrir et laisser cuire 20 minutes à feu doux.
4. Ajouter les olives et laisser mijoter 5 minutes et ajouter une poignée de persil plat.



ANANAS CARAMÉLISÉ

Pour 8 personnes

Préparation : 5 minutes • Cuisson : 3 minutes

INGREDIENTS

- ✓ 1 ananas
- ✓ 2 cuillères à soupes de sucre roux

ETAPES

1. Peler l'ananas et le découper en tranches de 1,5 cm d'épaisseur.
2. Mettre le sucre roux dans une assiette puis faire en sorte de recouvrir les tranches d'ananas de sucre roux.
3. Mettre les tranches d'ananas à cuire sur la plancha pendant 2/3 minutes.
4. Déguster l'ananas moelleux, craquant, chaud et tiède à l'intérieur.



BANANES FLAMBÉES FAÇON PLANCHA

Pour 10 personnes

Préparation : 15 minutes • **Cuisson :** 5 minutes

INGREDIENTS

- ✓ 20 bananes
- ✓ 2 cuillères à soupe de rhum blanc
- ✓ 100 g de beurre
- ✓ 300 g de sucre en poudre

ETAPES

1. Pour le flambage : prendre une petite casserole puis mettre le rhum blanc, 10 g de beurre et une cuillère à café de sucre. Ensuite, éplucher les bananes.
2. Sur la plancha, à feu doux, faire fondre le reste du beurre et du sucre. Dès que le sucre caramélise, rajouter les bananes et les faire revenir sur chaque face pendant 2 min.
3. Flamber les bananes sur la plancha et les servir aussitôt.

“

La plancha à gaz offre généralement une puissance de chauffe plus importante qu'une plancha électrique. Elle a aussi l'avantage d'être plus pratique et plus design !

- Dossier Plancha à gaz sur *Maisonae*

m


Maisonae.FR/COISINE

Un prochain achat cuisine ?
Faites le bon choix parmi des
centaines de produits !

Accueil / Autocuiseur / Seb - Clipso Chrono

Seb - Clipso Chrono

Autocuiseur Seb



L'autocuiseur Clipso Chrono du leader Seb, d'une cuve inox de capacité 8 litres, d'un poids total de 5 kg et de diamètre 26 cm, est l'autocuiseur idéal pour cuisiner facilement pour toute la famille, car il est pratique et polyvalent.

Cet autocuiseur Seb présente un fond diffusal avec triple épaisseur. Ce fond diffusal rend cet autocuiseur compatible avec toutes les sources de chaleur dont la plaque à induction. Le couvercle s'ouvre et se ferme facilement par système coulissant, facilitant l'usage de cet autocuiseur au quotidien.

[Acheter sur Amazon](#)

★ Les Plus

- Son minuteur intelligent
- Son application « Mon autocuiseur »
- Ses 2 vitesses de cuisson

☹ Les Moins

- Son joint difficile à nettoyer

Description et informations sur le Clipso Chrono

En bref

- 👉 Les plus et les moins
- 📄 Description et informations
- 🔍 Caractéristiques

L'autocuiseur Clipso Chrono de Seb permet la cuisson de toutes sortes d'aliments. Il propose d'ailleurs deux vitesses de cuisson dont de la cuisson à feu doux et de la cuisson sous pression. Cet autocuiseur dispose de poignées rabattables pour un gain de place lors de son rangement. Ces