**MENU**

**L'entrée**

Spaghettis bolognaise maison

**Le plat principal**

Tartiflette

**Le dessert**

Tiramisu

**Entrée : spaghettis bolognaise maison (6 pers.)**

Ingrédients :

- 400 g de spaghettis

- 150 g de viande de boeuf hachée

- 800 g de tomates pelées

- 2 oignons

- 2 gousses d’ail

- 2 branches de thym

- 1 feuille de laurier

- sel, poivre au goût

Préparation :

-Épluchez et émincez finement les oignons et l'ail.

-Faites chauffer l'huile d'olive dans une poêle sur feu vif.

-Quand l’huile d’olive est bien chaude, déposez les oignons et l’ail émincés dans la poêle et faites-les revenir pendant 3 min, en les remuant bien, jusqu'à ce que les oignons soient bien translucides.

-Ajoutez-y ensuite la viande de boeuf hachée, puis poursuivez la cuisson pendant 3 à 4 min, en ne cessant de mélanger, jusqu'à ce qu'elle ne soit plus rosée.

-Incorporez les tomates pelées, les branches de thym et la feuille de laurier. Salez et poivrez selon vos goûts, mélangez, puis baissez le feu à feu doux et laissez mijoter pendant 10 min environ, en remuant régulièrement.

-Pendant ce temps, portez à ébullition un grand volume d’eau salée dans une casserole sur feu vif.

-Dès l’ébullition, plongez les spaghettis dans l’eau bouillante et laissez-les cuire en suivant les instructions du paquet ou jusqu’à ce qu’ils soient al dente.

-Lorsque les spaghettis sont cuits, égouttez-les dans une passoire et réservez-les au chaud.

-Quand la sauce bolognaise est prête, rectifiez l’assaisonnement en sel et en poivre, si nécessaire, puis servez-la de suite nappée sur les spaghettis déposés dans les assiettes.

**Plat principal : tartiflette (6 pers.)**

Ingrédients :

- 1 [reblochon](http://www.marmiton.org/magazine/tout-un-fromage_reblochon_1.aspx) et demi (2 pour les gourmands)  
- 1,2 kg de [pommes de terre](http://www.marmiton.org/magazine/tendances-gourmandes_pommes-de-terre_1.aspx)  
- 1 tranche de jambon fumé coupée en dés (ou bien des lardons ou des dés de bacon)  
- 500 g d'[oignons](http://www.marmiton.org/pratique/techniques-culinaires-video-cuisine_oignon.aspx)  
- 1 pincée de [sel](http://www.marmiton.org/magazine/plein-d-epices_sel_1.aspx)  
- 1 pincée de poivre.

Préparation :

-Faites cuire les [pommes](http://www.marmiton.org/pratique/fruits-et-legumes_la-pomme_1.aspx) de terre avec leur peau. Épluchez-les et coupez-les en rondelles.

-Émincez les oignons puis faites-les revenir avec un peu de [beurre](http://www.marmiton.org/magazine/diaporamiam_pur-beurre-c-est-meilleur_1.aspx). Une fois dorés, y ajouter le jambon (ou les lardons), ainsi que les pommes de terre. Laissez mijoter 15 min.

-Si vous utilisez du vin blanc, c'est le moment de l'ajouter. Salez un peu, poivrez, laissez les pommes de terre s'imprégner du vin blanc quelques minutes avant de transférer le tout dans un plat à gratin.

-Grattez au couteau les reblochons, coupez-les en 2 dans le sens de l'épaisseur et posez les sur les pommes de terre.

-Faites cuire à four chaud (220°C) pendant 20 à 30 min. Servez avec une salade verte, voire quelques [tomates](http://www.marmiton.org/magazine/diaporamiam_tomate-tomates-tomatoes_1.aspx), juste assaisonnées d'un peu de vinaigre d'[échalote](http://www.marmiton.org/magazine/herbes-folles_zoom-sur-l-echalote_1.aspx).

**Dessert : tiramisu (6 pers.)**

Ingrédients :

- 500 g de mascarpone  
- 4 [oeufs](http://www.marmiton.org/magazine/tendances-gourmandes_oeufs_1.aspx)  
- 4 cuillères à soupe de [sucre](http://www.marmiton.org/magazine/tendances-gourmandes_le-gout-des-sucres_1.aspx) semoule  
- 20 g de sucre vanillé  
- biscuits Pavesinis (italiens) ou langues de chats, à la limite biscuits à la cuillère si vraiment il n'y a rien d'autre  
- environ 20 cl de café fort  
- +-20 cl de Marsala ou 10 cl d'Amaretto  
- [cacao](http://www.marmiton.org/magazine/plein-d-epices_cacao_1.aspx) amer en poudre

Préparation :

-Séparer les jaunes des blancs d'oeufs.

-Mélanger ensemble au fouet électrique les sucres et les jaunes d'oeuf jusqu'à obtenir un mélange jaune très clair (on parle de blanchir les jaunes).

-Ajouter le mascarpone et remuer jusqu'à l'obtention d’une masse bien lisse.

-Mélanger le café et le Marsala (ou l'Amaretto).

-Tremper les biscuits dans le liquide ainsi obtenu et les disposer dans un plat. Attention, suivant la qualité des biscuits, certain se défont presque immédiatement et d'autres nécessitent d'être trempés trois à cinq secondes. Le but n'est pas que les biscuits se défassent, ils doivent juste être ramollis.

-A ce moment uniquement, battre en neige les blancs. Il est important que les blancs soient battus très durs, vous devez pouvoir retourner le saladier et les blancs doivent prendre l'aspect de [meringues](http://www.marmiton.org/recettes/recettes-incontournables-detail_meringue_r_12.aspx) lorsque vous les battez au fouet électrique. En cas de doute, continuez un moment, cela ne leur fait pas de mal. Il n'est pas nécessaire de mettre du [sel](http://www.marmiton.org/magazine/plein-d-epices_sel_1.aspx) dans les blancs, à la limite un filet de jus de citron avant de commencer à les battre.

-Incorporer délicatement les blancs à la masse de mascarpone-jaunes-sucre comme pour une [mousse au chocolat](http://www.marmiton.org/recettes/recettes-incontournables-detail_mousse-au-chocolat_r_30.aspx), de façon à ce que le tout mélangé prenne la légèreté de l'air des blanc.

-Couvrir les biscuits avec la masse de mascarpone, sucre et oeufs. Si les biscuits sont fins, en mettre une deuxième couche et recouvrir de la masse.

-Couvrir avec un papier film et mettre immédiatement au congélateur durant 3 h afin que le mélange soit saisi par le froid et n'ait pas le temps de retomber, puis au réfrigérateur.

-Saupoudrer de cacao amer dans une passoire juste avant de servir.  
Attention, comme tous les desserts aux œufs crus, manger dans les 24 heures.

**Le magasin :**

Le Delhaize :

* Weight Watchers Spaghetti 400gr (PRODUITS REGIME *€4,99)*
* Hachis, boeuf porc (BOUCHERIE *€8,50/kg)*
* Helvea, tomates pelées (EPICERIE SALEE *€2,85)*
* Ognoins, Mulhouse (FRUITS ET LEGUMES *€2,38/kg)*
* Ail, sachet (FRUITS ET LEGUMES *€0,49)*
* 2 reblochons de savoie(FROMAGE *€11,12)*
* Pommes de terre, emballé (FRUITS ET LEGUMES *€3,78)*
* Jambon fumé (VIANDE ET POISSON *€2,99)*
* 2 fromages, mascarpone (FROMAGE *€ 2,28)*
* Hof ter lint, oeufs, blanc (BIO-ECO *€1,79)*
* 365 sucre, fin, cristallé (EPICERIE SUCREE *€0,69)*
* Sucre, vanille, stick 10x10gr (EPICERIE SUCREE *€1,09)*
* Biscuits, Boudoir (EPICERIE SUCREE *€0,99)*
* Café, moka, extra fort (BOISSONS ET ALCOOLS *€2,49)*
* Filliers amaretto (BOISSONS ET ALCOOLS *€12,99)*
* Kwatta, cacao, poudre *(EPICERIE SALEE €4,85)*