

LA FÊTE POUR LES ENFANTS AVEC **L'EMMENTALER AOP**



EMMENTALER.
SWITZERLAND

L'original suisse



Suisse. Naturellement.

Les Fromages de Suisse.

www.fromagesdesuisse.be





AVANT-PROPOS

Si vous avez des enfants, votre casse-tête quotidien consiste à leur préparer un repas équilibré qui leur plaise ! Et pour les fêtes d'enfants, le défi s'amplifie.

L'Emmentaler AOP, savoureux, avec son petit goût de noisette, ravira les papilles de toute la famille. Dans ce livret, vous découvrirez des recettes très sympas, faciles et délicieuses qui plairont à coup sûr.

Des petits rouleaux de pizza présentés dans des moules à muffins, des quesadillas à l'Emmentaler AOP ou des mini-burgers aux herbes fraîches et tranches d'Emmentaler AOP servis sur des petits pains faits maison,..... pas de doute, les enfants adoreront ces plats aussi beaux que bons.

Ces recettes sont aussi idéales pour les déjeuners familiaux, le gratin de quinoa aux légumes et Emmentaler AOP ou le hachis Parmentier, parfait pour accommoder un restant de purée ou de viande, feront fureur auprès des plus exigeants. Succès garanti aussi avec le « Toast Bonhomme » que vous réaliserez en un temps express.

Des plats délicieux à cuisiner avec vos enfants !

L'équipe des Fromages de Suisse

Editeur : Switzerland Cheese Marketing Benelux, Rue de la Glacière 21-23, 1060 Bruxelles

Auteure : Marie-Claire Quittelier

Photographe : Tom Swalens

Food stylist : Debby De Mangelaere



SOMMAIRE

TOAST « BONHOMME » À L'EMMENTALER AOP	7
MINI-MACARONIS AU JAMBON ET À L'EMMENTALER AOP FAÇON MUFFIN	9
PETITS ROULEAUX PIZZA À L'EMMENTALER AOP	11
QUESADILLAS À L'EMMENTALER AOP	13
HACHIS PARMENTIER DE BŒUF AUX CAROTTES, POIREAUX ET EMMENTALER AOP	15
PAIN "PIZZA" À L'EMMENTALER AOP	17
GRATIN DE QUINOA ET LÉGUMES À L'EMMENTALER AOP	19
HAMBURGER AUX FINES HERBES ET À L'EMMENTALER AOP	21
PAINS À HAMBURGER AU SÉSAME	21





TOAST « BONHOMME » À L'EMMENTALER AOP

Pour 4 personnes
Préparation : 10 min
Facile

- 4 tranches de pain toast, grillées
- 4 tranches d'Emmentaler AOP
- 4 petits cornichons
- 4 olives noires, dénoyautées, coupées en 2
- 2 rondelles de tomate, coupées en 2
- 1 poignée de carottes, râpées

1. Déposez une tranche de pain sur le plan de travail. Garnissez d'une tranche d'Emmentaler AOP.
2. Placez un cornichon au centre pour former le nez. Déposez ½ olive de part et d'autre du nez pour les yeux. Posez ensuite ½ rondelle de tomate pour la bouche. Répartissez des carottes râpées sur la partie supérieure pour représenter les cheveux.
3. Répétez l'opération pour chaque toast.





MINI-MACARONIS AU JAMBON ET À L'EMMENTALER AOP FAÇON MUFFIN

Pour 12 muffins
Préparation : 20 min
Repos : 4 h
Cuisson : 14 min
Facile

-
- 250 g de macaronis
 - 3 dl de lait demi-écrémé
 - 1 pincée de noix de muscade
 - 100 g de d'Emmentaler AOP, râpé
 - 175 g de jambon cuit, en dés
 - 2 œufs, légèrement battus
 - 3 càs de chapelure
 - sel, poivre
-

1. Faites cuire les macaronis selon les indications du fabricant. Laissez égoutter. Versez les macaronis chauds dans un récipient avec le lait, la noix de muscade et la moitié de l'Emmentaler AOP. Salez et poivrez. Couvrez et laissez reposer pendant au moins 4 heures.
2. Préchauffez le four à 180 °C. Mélangez les macaronis avec les dés de jambon et les œufs. Répartissez le mélange dans des moules à muffins recouverts d'une caissette en papier. Parsemez d'Emmentaler AOP restant et de chapelure. Faites gratiner environ 14 minutes.
3. Démoulez les muffins. Répartissez-les sur les assiettes.

Conseil malin : essayez de cuire les pâtes la veille et de les recouvrir immédiatement de lait. Plus les pâtes resteront dans le lait, plus elles seront moelleuses.





PETITS ROULEAUX PIZZA À L'EMMENTALER AOP

Pour 4 personnes
Préparation : 15 min
Cuisson : 15 min
Facile

-
- 1 pâte à pizza, faite maison ou prête à l'emploi
 - 2 càs de concentré de tomates
 - 50 g d'Emmentaler AOP, râpé
 - 100 g (10 tranches) de salami
 - 1 càc d'origan
 - sel, poivre
-

1. Préchauffez le four à 200 °C. Posez la pâte à pizza sur le plan de travail. Découpez la pâte en 4 grandes lanières. Tartinez-les de concentré de tomates. Répartissez l'Emmentaler AOP et les tranches de salami. Saupoudrez d'origan. (Salez et) poivrez.
2. Roulez les lanières sur elles-mêmes. Déposez-les sur une plaque couverte de papier cuisson.
3. Faites cuire pendant 15 minutes.

Délicieux avec une salade verte.





QUESADILLAS À L'EMMENTALER AOP

Pour 4 personnes
Préparation : 15 min
Cuisson : 12 min
Facile

-
- 8 tortillas
 - 250 g d'Emmentaler AOP, râpé
 - 4 jeunes oignons, ciselés
 - 8 tranches de jambon cuit, dégraissé, en lanières
 - sel, poivre
-

1. Posez 4 tortillas sur le plan de travail. Recouvrez-les généreusement d'Emmentaler AOP en vous arrêtant à ½ cm des bords. Saupoudrez de jeunes oignons. Déposez les lanières de jambon. Recouvrez avec les tortillas restantes.
2. Faites cuire chaque quesadilla 2 minutes d'un côté et 1 minute de l'autre dans une poêle anti-adhésive.
3. Coupez les quesadillas en 8. Répartissez-les sur les assiettes.

Délicieux avec des petits dés d'Emmentaler AOP et une salade de tomates, concombre et oignon rouge.

Conseil malin : conservez les quesadillas au chaud dans du papier alu ou au four préchauffé à 160 °C.





HACHIS PARMENTIER DE BŒUF AUX CAROTTES, POIREAUX ET EMMENTALER AOP

Pour 4 personnes
Préparation : 15 min
Cuisson : 25 min
Facile

Sauce béchamel :

- 25 g de beurre
- 25 g de farine
- 2,5 dl de lait demi-écrémé
- 1 pointe de noix de muscade
- 100 g d'Emmentaler AOP, râpé
- 1 + 1 càs d'huile d'olive
- 2 oignons, émincés
- 350 g de haché de bœuf, de volaille,...
- 2 carottes, en rondelles
- 2 poireaux, parés, en rondelles
- 2 dl de sauce tomate maison ou prête à l'emploi
- 400 g de purée de pommes de terre
- 2 càs de chapelure
- sel, poivre

-
1. Sauce béchamel : faites fondre le beurre dans un poêlon. Ajoutez lentement la farine en remuant constamment. Faites cuire quelques minutes pour que la farine épaississe, mais sans laisser colorer. Faites chauffer le lait. Versez-le lentement sans cesser de remuer jusqu'à ce que la sauce épaississe. Assaisonnez de sel, de poivre et de noix de muscade. Ajoutez la moitié de l'Emmentaler AOP et remuez jusqu'à ce qu'il soit fondu. Réservez.
 2. Faites dorer les oignons dans 1 càs d'huile d'olive. Réservez. Faites ensuite dorer le haché. Réservez. Faites cuire les carottes et les poireaux à la vapeur pendant 4 minutes. Réservez. Préchauffez le four à 180 °C.
 3. Dans des ramequins enduits avec le restant d'huile d'olive, répartissez les ingrédients en couches : les oignons, la sauce tomate, le haché, les carottes et les poireaux. Ajoutez ensuite une couche de purée. Terminez par de la sauce béchamel. Saupoudrez d'Emmentaler AOP restant et de chapelure. Faites gratiner pendant 15 minutes.

Délicieux avec une salade verte.

Note : ce plat est idéal pour recycler un restant de purée ou de viande que l'on hachera.



PAIN "PIZZA" À L'EMMENTALER AOP

Pour 4 personnes
Préparation : 15 min
Cuisson : 4 min
Facile

-
- 4 tranches de pain toast
 - 4 càs de concentré de tomates
 - 4 tranches de jambon cuit
 - 100 g d'Emmentaler AOP, râpé
 - 1 càs d'origan séché
 - 1 pointe de pili-pili en flocons
 - 1 petite poignée d'olives noires, en rondelles
 - sel, poivre
- Garniture :
- feuilles de roquette
-

1. Préchauffez le gril du four. Déposez les tranches de pain sur le plan de travail. Tartinez-les de concentré de tomates. Déposez ensuite les tranches de jambon. Découpez des cercles de 10 cm de diamètre à l'aide d'un emporte-pièce.
2. Parsemez d'Emmentaler AOP. Saupoudrez d'origan et de pili-pili. Salez et poivrez. Ajoutez des rondelles d'olives noires. Faites griller environ 4 minutes.
3. Répartissez sur les assiettes. Décorez avec la roquette.





GRATIN DE QUINOA ET LÉGUMES À L'EMMENTALER AOP

Pour 4 personnes
Préparation : 15 min
Cuisson : 21 min
Facile

-
- 150 g de quinoa
 - 1 + 1 càs d'huile d'olive
 - 2 oignons, émincés
 - 8 carottes, en rondelles
 - 2 poireaux, parés, en morceaux
 - ½ tête de brocoli, en rosaces
 - ½ chou-fleur, en rosaces
 - 100 g d'Emmentaler AOP, râpé
 - sel, poivre
-

1. Faites cuire le quinoa selon les indications du fabricant. Réservez au chaud.
2. Faites chauffer 1 càs d'huile d'olive dans une sauteuse et faites revenir les oignons pendant 3 minutes. Salez et poivrez. Réservez. Faites cuire les carottes, les poireaux, le brocoli et le chou-fleur à la vapeur pendant 3 minutes. Réservez. Préchauffez le four à 200 °C.
3. Enduisez les parois et le fond d'un plat à gratin avec l'huile restante. Composez le gratin en mélangeant le quinoa avec la moitié du fromage râpé et les légumes. Parsemez d'Emmentaler AOP restant. Faites gratiner au four 15 minutes. Répartissez le gratin sur les assiettes.

Excellent avec une sauce tomate maison ou prête à l'emploi.





HAMBURGER AUX FINES HERBES ET À L'EMMENTALER AOP



Pour 4 personnes - Préparation : 15 min - Cuisson : 6 min - Facile

- 500 g de haché porc/veau
- 4 càs de chapelure
- 2 càs de chaque : persil plat et ciboulette, ciselés
- ½ oignon, haché
- 1 œuf
- 4 pains à hamburger maison (recette ci-dessous) ou prêts à l'emploi
- 2 càs de mayonnaise
- 4 feuilles de salade (lolla bionda, laitue,...)
- 4 tranches d'Emmentaler AOP
- 2 tomates, en tranches
- sel, poivre

1. Mélangez dans un récipient le haché avec la chapelure, le persil plat, la ciboulette, l'oignon, l'œuf, le sel et le poivre. Formez 4 boulettes que vous aplatissez en disques minces. Réservez.
2. Préchauffez un gril. Faites griller les hamburgers 3 minutes de chaque côté.
3. Ouvrez les pains. Tartinez-les de mayonnaise. Posez une feuille de salade, un hamburger, une tranche d'Emmentaler AOP et une tranche de tomate. Fermez les hamburgers. Déposez-les sur les assiettes.

Délicieux avec du ketchup et des chips.

Variante : remplacez le haché de porc/veau par du haché de bœuf ou de poulet ou choisissez un burger végétarien prêt à l'emploi.



PAINS À HAMBURGER AU SÉSAME

Pour 12 pains moyens ou 24 mini-pains

Préparation : 20 min - Repos : 1 h - Cuisson : 15 min - Facile

- 2,5 dl de lait
- 1 dl d'eau
- 50 g de beurre
- 400 g de farine de blé + 100 g de farine d'épeautre
- 12 g de levure sèche
- 1 càc de sel
- 2 càs de sucre
- 1 œuf
- 1 dl d'eau
- 1 càc de farine
- 1 càc de graines de sésame

1. Faites chauffer (mais pas bouillir) le lait et l'eau avec le beurre, jusqu'à ce que celui-ci soit complètement fondu. Réservez.
2. Mélangez dans la cuve d'un robot de cuisine, les farines, la levure, le sel et le sucre. Versez le mélange lait/beurre sur les ingrédients secs et ajoutez l'œuf. Pétrissez pendant environ 6 minutes. Couvrez d'un linge humide. Laissez reposer 1 heure à température ambiante.
3. Préchauffez le four à 180 °C. Formez des boules d'environ 40 à 50 g. Déposez-les sur une plaque allant au four recouverte de papier cuisson. A l'aide d'un pinceau, badigeonnez d'eau le dessus des pains. Saupoudrez-les de farine et parsemez de graines de sésame. Faites cuire environ 15 minutes. Laissez refroidir.

L'EMMENTALER AOP

UN PUR MORCEAU DE NATURE SUISSE

S'il est si souvent copié, c'est que ce fromage à trous de la vallée de l'Emme est célèbre dans le monde entier. Et pour cause. Il provient d'une région idyllique où les vaches laitières peuvent paître longtemps dans de magnifiques prés à faible altitude. De quoi procurer aisément les 1.000 litres de lait cru nécessaires à la fabrication d'une meule de 100 kilos d'Emmentaler AOP. Sans cette générosité, aucune imitation ne parviendra jamais à égaler l'Emmentaler AOP. Mais ce n'est pas tout...

UNE MATURATION PRÉCISE, CRÉATRICE DES CÉLÈBRES TROUS

Il y a aussi la patience et la minutie d'un travail artisanal dont chaque geste se répète depuis deux siècles. Le lait des « reines laitières », nourries de fourrage non ensilé, est transformé dans des cuves de cuivre avec des ferments spécifiques traditionnels. Puis vient le bain de sel et la maturation de quatre à huit semaines en cave « chaude » (20 à 24 °C) où surgissent les célèbres trous de l'Emmentaler AOP. Un effet magique du gaz carbonique. La maturation se poursuit en cave froide dont l'Emmentaler AOP ressort, depuis 2006, auréolé de son Appellation d'Origine Protégée. Une distinction bien méritée pour ce roi des fromages.



www.emmentaler.ch





EMMENTALER.
SWITZERLAND

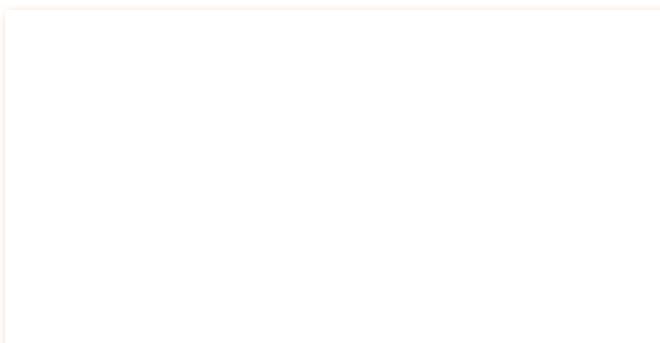
L'original suisse



RETROUVEZ D'AUTRES RECETTES SUR NOTRE SITE

www.fromagesdesuisse.be

VOTRE SPÉCIALISTE



Régalez-vous avec **LES FROMAGES DE SUISSE**
et collectionnez les 5 mini-livres de recettes



Suisse. Naturellement.

Les Fromages de Suisse.

www.fromagesdesuisse.be

