

# La **cuisine** au fromage à raclette

[www.raclette-suisse.ch](http://www.raclette-suisse.ch)





# **La cuisine** **au fromage à raclette**

Envie de varier ? De savourer autrement ?

D'essayer une nouvelle recette ?

Un bon conseil: Utilisez le Raclette Suisse en cuisine !

Raclette Suisse vous présente 11 nouvelles

recettes savoureuses :

**11 x nouveau**

**11 x rapide**

**11 x simple**

**11 x surprenant**

Une belle tranche de Raclette Suisse à faire

dorer au four à raclette

dans des poêlons très pratiques

modulable à l'infini grâce aux ingrédients variés

à la maison ou au jardin et sur le grill ou

au feu de bois.

Nouvelles recettes – Enthousiasme garanti !

Raclette Suisse: un fromage à savourer.

**Bon appétit !**

Beurre pour le moule  
2 cs de chapelure grossière  
1 oignon haché fin  
Beurre pour faire revenir  
250 g d'épinards  
en branche égouttés  
500 g de tortellonis tout prêts  
150 g de fromage à raclette  
suisse

*Liaison:*

150 g de fromage à raclette  
débité en petits dés  
1,8 dl de lait acidulé  
2 cs de farine  
2 œufs  
½ cc de sel  
Poivre du moulin  
1 pincée de noix de muscade

Un peu de vinaigrette  
au choix

## Kouglof de tortellonis aux épinards



**Pour 2 moules à kouglof  
de 17 cm Ø ou d'une contenance  
de 7 dl**

1. Beurrer les moules, les chemiser de chapelure et les mettre au frais.
2. Faire revenir l'oignon dans le beurre. Y ajouter 150 g d'épinards et les cuire en remuant jusqu'à ce que les feuilles s'affaissent. Bien les égoutter dans une passoire.



3. Préparer la liaison, y ajouter les épinards et les tortellonis. Répartir cet appareil dans les moules et mettre à cuire pendant 25 à 30 minutes au milieu du four préchauffé à 200 °C.

4. Dresser le reste des épinards avec les dés de fromage sur les assiettes et les arroser de vinaigrette. Disposer un kouglof sur chaque assiette, servir chaud.

*Astuces:*

■ Verser la masse aux tortellonis dans un moule à charnière de 18 cm et cuire 30 à 35 minutes au milieu du four préchauffé à 200 °C. Découper en tranches et servir.

■ Remplacer les épinards par de la roquette.

# Soufflé léger à la raclette

Beurre pour les tasses  
ou les moules  
2 dl de lait  
2 cs de farine  
2 œufs  
200 g de fromage à raclette  
suisse  
1 bouquet de ciboulette ciselée  
1 prise de sel  
Poivre du moulin  
1 pincée de noix de muscade



**Pour 2 grandes tasses à café  
ou 2 moules à soufflé de 5 dl  
de capacité**

1. Beurrer les tasses ou les moules, puis les réserver au froid.

2. Mélanger la farine et le lait. Cuire en remuant au fouet, puis retirer de la plaque. Incorporer petit à petit les jaunes à la farine et au lait. Râper le fromage grossièrement et l'ajouter avec la ciboulette; bien mélanger, assaisonner.

3. Battre les blancs en neige et les incorporer à l'appareil, que l'on répartira dans les moules ou les tasses. Cuire au milieu du four préchauffé à 200°C pendant 15 à 20 minutes. Sortir les soufflés du four et les servir immédiatement.

*Astuces:*

- Servir avec des petits pains au cresson et des radis.
- On peut aussi cuire le soufflé dans un grand moule de 15 cm Ø. Il faut alors prolonger le temps de cuisson à 25 – 30 minutes.

# Enchiladas poulet raclette

250 g de blancs de poulet  
¼ cc de sel  
Poivre du moulin  
Beurre ou crème à rôtir  
350 g d'un choix de légumes  
surgelés assaisonnés  
(p.ex. à la provençale),  
prêts à l'emploi  
250 g de fromage à raclette  
suisse débité en petits dés  
4 tortillas de blé prêtes  
à l'emploi, en vente chez les  
grands distributeurs



## **Pour 2 personnes**

1. Assaisonner la viande émincée et la poêler au beurre, à feu doux. Ajouter les légumes surgelés et les faire revenir en remuant. Verser le tout dans une passoire, égoutter, laisser refroidir.

2. Ajouter les dés de fromage et mélanger. Répartir la masse sur les tortillas et enrouler celles-ci. Emballer les rouleaux dans une serviette en papier ou du papier sulfurisé. Réserver au frais jusqu'au moment de servir.

3. Au moment de servir, réchauffer les rouleaux enveloppés de leur papier au micro-ondes réglé à plein régime pendant 2 minutes. Les couper transversalement en deux parts, avec le papier. Servir chaud.

### *Astuces:*

- Remplacer les tortillas par 4 crêpes épaisses.
- Chauffer les rouleaux emballés dans le papier pendant 10 à 15 minutes au milieu du four préchauffé à 150°C.



## Raclette et poires en salade



50 g cerneaux de noix  
150 g de doucette  
250 g de fromage à raclette  
suisse  
2 poires fermes  
Beurre ou crème à rôtir  
Quelques tranches de pain  
(p.ex. pain aux noix)

Un peu de vinaigrette  
au choix

### **Pour 2 personnes**

1. Griller les cerneaux dans une poêle jusqu'à ce qu'ils dégagent une forte odeur, puis les réserver sur une assiette et les laisser refroidir.

2. Bien laver la doucette, l'égoutter et la répartir sur deux assiettes à soupe. Débiter le fromage en bâtonnets que l'on répartit sur la salade avec les cerneaux.

3. Découper les poires en tranches, enlever le cœur et les faire délicatement revenir dans le beurre à rôtir. Par-semer la salade de ces tranches de poires. Ajouter un peu de vinaigrette et servir avec du pain.

# Quesadillas de raclette

250 g de fromage à raclette  
suisse

1 poivron jaune

3 oignons nouveaux

4 tortillas prêtes à l'emploi,  
en vente chez les grands  
distributeurs

Poivre du moulin



## **Pour 2 personnes**

1. Râper grossièrement le fromage à raclette. Enlever la peau des poivrons avec un éplucheur, les épépiner et les débiter en petits cubes. Couper les oignons avec leur tige en rondelles. Mélanger délicatement le tout.

2. Etaler les tortillas, répartir la masse sur une moitié de chaque tortilla. Bien poivrer, replier les tortillas et bien presser les moitiés l'une con-

tre l'autre. Les disposer sur du papier sulfurisé dont on aura chemisé une plaque à gâteau.

3. Cuire les quesadillas pendant 5 à 6 minutes au milieu du four préchauffé à 200°C, ou les cuire sur les deux faces dans la poêle jusqu'à ce que le fromage fonde légèrement. Servir chaud.

### *Astuces:*

- Servir avec une salade.
- Remplacer les tortillas de blé par des crêpes épaisses.

# Baguette aux champignons

1 baguette  
4 cs de vin blanc  
1 cs de persil plat,  
grossière-ment haché  
2 oignons nouveaux  
250 g de fromage à raclette  
suisse  
1 cc de thym (séché)  
150 g de champignons  
de Paris bruns, bien nettoyés  
Poivre du moulin



## **Pour 2 personnes**

1. Couper la baguette en deux et ouvrir les moitiés, les humecter avec le vin blanc et les parsemer de persil haché.

2. Débiter les oignons nouveaux, tige comprise, en fines rouelles. Râper grossièrement le fromage à raclette. Mélanger et répartir sur les tranches de baguette, saupoudrer de thym.

3. Couper les champignons par la moitié, les planter dans la masse au fromage, assaisonner. Cuire pendant 8 minutes au milieu du four préchauffé à 200°C.

*2 mini-laitues (salades naines)  
ou une petite laitue  
Sel  
250 g de fromage à raclette  
suisse en tranches  
2 – 4 figues (selon la grosseur  
des fruits)  
Poivre du moulin  
4 pitas précuites, en vente  
chez les grands distributeurs  
Beurre ramolli  
1 cc de poudre de curry  
1 cs de graines de tournesol*

## **Raclette aux figues et quarts de pita aux épices**



### **Pour 2 personnes**

1. Eliminer les feuilles fanées et le tronc. Débiter les feuilles fraîches en lanières, laver et bien égoutter. Les répartir dans 2 petits moules à gratin ou 2 assiettes à soupe. Bien saler, ajouter le fromage à raclette. Couper les figues en lamelles, en couvrir le fromage, poivrer.



2. Beurrer la face supérieure des pitas, saupoudrer de curry en se servant d'une passoire à thé. Parsemer de graines de tournesol. Chauffer 30 à 40 secondes au micro-ondes poussé à pleine puissance. Retirer les pitas du four et les couper en deux.

3. Au micro-ondes toujours, chauffer les raclettes aux figes à plein feu pendant 50 à 60 secondes, jusqu'à ce que le fromage fonde. Servir les raclettes avec la pita.

*Astuces:*

- Vous pouvez remplacer le pita par un pain de votre choix.
- Prenez un petit chou chinois (ne doit pas être lavé) à la place de la laitue.
- Variez en remplaçant les figes par des poires, des prunes, des abricots ou des pêches.

# Parmentier de légumes

300 g de mélange de légumes surgelé pré-assaisonné, p.ex. Provençale  
1 sachet de purée de pomme de terre instantanée (2 à 3 portions)  
200 g de fromage à raclette suisse  
Poivre du moulin  
1 bouquet de ciboulette grossièrement hachée



## **Pour 2 personnes**

1. Décongeler le mélange de légumes au four à micro-ondes.

2. Préparer la purée de pomme de terre selon les indications du sachet et la répartir dans deux petits moules à gratin ou deux assiettes à soupe. Débiter le fromage à raclette en bâtonnets, garnir la purée avec la moitié de ceux-ci. Étendre là-dessus le mélange de légumes et garnir avec le reste du fromage.

3. Chauffer 1 à 2 minutes au micro-ondes poussé à plein régime, jusqu'à ce que le fromage fonde et que les légumes soient chauds. Assaisonner, parsemer de ciboulette et servir immédiatement.

### *Astuce:*

*On peut aussi faire gratiner pendant 8 à 10 minutes dans le four préchauffé à 200°C.*

# Aubergines au couscous

2 aubergines (env. 500 g)  
une goutte de vin blanc  
1 oignon nouveau  
1,5 dl de bouillon de légumes  
4 dl de sauce tomate  
prête à l'emploi  
1 cc herbes de Provence séchées  
Poivre du moulin  
80 g de couscous  
200 g de fromage à raclette  
suisse  
250 g de tomates cerises



## **Pour 2 personnes**

1. Partager les aubergines dans le sens de la longueur, les évider avec une cuillère en laissant un bord de 1 cm au plus. Badigeonner les moitiés évidées avec le vin.

2. Débiter l'oignon nouveau, tige comprise, en fines rouelles. Cuire la chair des aubergines dans un bouillon de légumes avec 1 dl de sauce tomate, les rouelles d'oignon et les fines herbes, poivrer. Ajouter le couscous en pluie, retirer la casserole du feu et laisser gonfler pendant 7 minutes.

3. Débiter deux tiers du fromage en petits dés et le tiers restant en bâtonnets. Incorporer les dés de fromage au couscous et remplir les moitiés d'aubergines de cette masse. Couper les tomates cerises en deux et les presser dans le couscous. Garnir avec les bâtonnets de fromage et cuire les moitiés d'aubergine pendant 5 à 8 minutes au milieu du four préchauffé à 200°C.

4. Chauffer le reste de la sauce tomate, la servir avec les aubergines.





## Tarte aux courgettes et à la raclette

*Papier sulfurisé pour le moule  
1 abaisse de pâte à gâteau  
ronde de 270 g*

*Liaison:*

*2 dl de lait*

*3 cs de farine*

*3 œufs*

*½ cc de sel*

*Poivre du moulin*

*2 cc d'herbes de Provence  
séchées*

*250 g de fromage à raclette  
suisse*

*1 oignon nouveau*

*3 courgettes bien droites  
de 200 g*

***Pour une plaque à gâteau  
ronde de 24 cm Ø***

1. Foncer la plaque à gâteau préalablement chemisée de papier sulfurisé, piquer la pâte à la fourchette, réserver au froid.

2. Mélanger lait, farine, œufs, sel, poivre et fines herbes. Ajouter le fromage grossièrement râpé, puis l'oignon nouveau débité en fines rouelles, tige comprise. Bien mélanger l'appareil et le répartir sur la pâte à gâteau.

3. Débiter les courgettes en fines lamelles à l'aide d'un éplucheur ou d'un rabot à légumes. En garnir la tarte, en formant p.ex. un motif de vannerie. Cuire à l'étage inférieur du four préchauffé à 200°C pendant 30 à 35 minutes. Servir chaud.

*400 g de petites pommes  
de terre (à raclette ou à rôtir)  
1 pincée de sel  
400 g de fromage à raclette  
suisse*

*Poivre du moulin  
Paprika*

*Accompagnement classique:  
Cornichons  
Petits oignons  
Mixed Pickles*

## **Raclette traditionnelle TGV**



***La raclette classique  
au four à micro-ondes  
pour 2 personnes***



1. Bien laver les pommes de terre, les placer encore humides dans un plat creux en porcelaine ou en verre et les saler légèrement, puis les recouvrir d'un film plastique pour micro-ondes. Les cuire pendant 10 minutes à la puissance maximale. Servir les pommes de terre chaudes emballées dans une serviette dont on aura chemisé une corbeille ou un plat.

2. Répartir l'accompagnement dans de petites coupes que l'on disposera sur la table. Garnir chaque assiette de 2 – 3 tranches de fromage à raclette et les passer 30 – 40 secondes au four à micro-ondes à pleine puissance. Servir dès que le fromage est fondu.

*Conseil:*  
*On peut remplacer le film spécial micro-ondes par un film plastique transparent normal, que l'on perforera avec un couteau pointu.*



**Raclette Suisse**

**Weststrasse 10**

**CH-3000 Berne 6**

**Tél. +41 31 359 53 25**

**Fax +41 31 359 58 51**

**[feedback@raclette-suisse.ch](mailto:feedback@raclette-suisse.ch)**

**[www.raclette-suisse.ch](http://www.raclette-suisse.ch)**

**© Copyright by**

**Raclette Suisse, Berne**

