



LES JARDINS DU GIESSEN



MAÏS

ÉPIS DE MAÏS GRILLÉS

Recette transmise par le P.B.

Pour 4 personnes :
- 4 épis de maïs
- beurre, sel, poivre

Faites pocher 10 mn 4 épis de maïs débarrassés de leurs feuilles.
Egouttez-les badigeonnez-les de beurre fondu salé et faites-les griller doucement pendant 30 mn en les retournant de temps en temps et en les arrosant de beurre.
Pour servir, coupez les deux extrémités et enfoncez-y deux bâtonnets que chaque convive saisira pour grignoter les épis.
Présentez en même temps du beurre frais, du sel et du poivre.
On peut aussi faire griller directement les épis salés sans les faire pocher auparavant.
Le temps de cuisson est alors plus long.

ÉPIS DE MAÏS EN PAPILLOTES

Recette transmise par le P.B.

Ingrédients (pour 6 personnes) :
- 6 épis de maïs
- 100 g de beurre
- poivre

Oter les feuilles vertes, il reste un bel épis aux grains dorés ou blancs.
Envelopper chaque épis dans du papier d'aluminium en ayant soin de laisser passer l'air aux deux extrémités.
Ainsi habillé on peut le faire cuire au four chauffé (thermostat 7/210°C) vingt-cinq minutes.
Ou bien mettez-les sur le gril du barbecue, mais seulement pendant dix à douze minutes.
Cuit de cette manière l'épi se mange avec les doigts enduit de beurre salé et de poivre.



LES JARDINS DU GIESSEN



MAÏS

GALETTES DE GRAINS DE MAÏS

Recette transmise par le P.B.

Ingrédients :

- 400 g de grains de maïs cuits
- 200 g de farine
- 3 œufs
- 2 dl de lait
- 2 c. à s. d'huile
- sel et poivre

Préparez une pâte à crêpes épaisse avec 200 g de farine, 3 œufs, 2 dl de lait, 2 c à soupe d'huile, sel et poivre.

Joignez à la pâte 400 g de grains de maïs cuits (frais ou en boîte).

Si vous utilisez des épis de maïs frais, faites-les cuire 30 à 40 mn à l'eau bouillante, égouttez et égrenez.

Faites frire la préparation à la poêle et à l'huile, en crêpes épaisses.

Servez bien doré avec des saucisses et des pickles.

MAÏS AU CURRY

Recette transmise par le P.B.

Pour 4 personnes

Ingrédients :

Sauce:	- 4 épis de maïs frais.
	- 30 g de beurre
	- 30 g de farine
	- 1/4 litre de lait
	- sel, poivre
	- 1 c à soupe de curry.

Nettoyez les épis de maïs en retirant les feuilles, puis faites-les cuire de 30 à 40 mn à l'eau bouillante salée. D'autre part, faites un roux blond avec le beurre et la farine, assaisonnez et mouillez de lait, faites épaissir en remuant, ajoutez le curry. Égrenez les épis et mélangez les grains à cette sauce.



LES
JARDINS
DU
GIESSEN



MAÏS



Recette



Recette