

Les recettes du Jardin 10/09/2020 –11/09/2020



Les légumes du panier :

Pomme de terre, salade, fenouil, courgette, condiment, chou rouge, tomate cerise.

œ Tatin au chou rouge œ

Ingrédients : ½ chou rouge, 1 gros oignon rouge, 2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique, 1 cuillère à soupe de sucre en poudre, 1 rouleau de pâte brisée, sel, poivre. Pour le caramel : 100 g de sucre en poudre, 1 cuillère à soupe d'eau, 30 g de beurre demi-sel.

1. Emincez finement le chou rouge et l'oignon.
2. Dans une sauteuse, faites revenir l'huile d'olive, mettez l'oignon, laissez suer 3 minutes, ajoutez le chou émincé, le vinaigre, le sucre, salez et poivrez, puis laissez cuire à feu doux 10 minutes.
3. Préchauffez le four à 180° C.
4. Préparez le caramel : dans une casserole, faites fondre le sucre en poudre avec l'eau et laissez cuire doucement à feu doux sans remuer, le caramel va prendre une couleur ambrée. Ajoutez le beurre en morceaux et mélangez bien le tout.
5. Versez le caramel dans un moule à tarte.
6. Déposez par-dessus le mélange chou-oignon et tassez bien. Déroulez la pâte et déposez par-dessus, faites glisser les bords de la pâte entre les parois du moule et la préparation. Piquez la pâte à l'aide d'une fourchette et enfournez pour 30 minutes.
7. A la sortie du four, laissez reposer 5 minutes et démoulez-la en la retournant rapidement sur une assiette. Vous pouvez parsemer de noisettes concassées.

œ Soupe de courgettes œ

Ingrédients : 2 courgettes, parmesan, huile d'olive, 1 cube de bouillon de poule, vermicelle, sel, poivre.

1. Lavez, râpez les courgettes.
2. Versez 1 cuillère à soupe d'huile d'olive dans un faitout, ajoutez les courgettes râpées, faites revenir 2 minutes le tout avec un peu de sel, de poivre, on peu ajouter 1 oignon.
3. Ajoutez l'eau jusqu'à recouvrir les courgettes. Emiettez ½ cube de bouillon de poule, puis laissez cuire à feu doux jusqu'à ébullition. Mixez puis ajoutez la quantité de vermicelles voulue, prolongez la cuisson de 3 à 5 minutes.
4. Servir dans une assiette, parsemez de parmesan et de croûtons

œ Tartinade de céleri branche œ

Ingrédients : ½ botte de céleri branche, 4 tomates, ½ aubergine, 200g de lardons, 1 cuillère à soupe de crème fraîche, sel, poivre, 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, 1 cuillère à soupe de thym.

1. Lavez, coupez le céleri, les tomates et l'aubergine.
2. Dans une cocotte, mettez l'huile d'olive, faites revenir les légumes 15 minutes.
3. Faites revenir les lardons dans une sauteuse, puis mixez-les, ajoutez les légumes et mixez de nouveau. Ajoutez la crème fraîche, la cuillère à soupe de thym, salez et poivrez selon convenance.

Astuce : à déguster sur des tartines de pain, à tartiner sur des gâteaux apéro, ou tremper différents légumes...