



Votre panier de la semaine du 9 août au 15 août :

*Pommes de terre nouvelles- Salade-Courgettes -Poivrons -Concombre-
Betteraves rouges- Thym- Tomates cerises*



Nos suggestions de recettes

Tomates cerises rôties au four

Ingrédients : *tomates cerises, 3-4 gousses d'ail, 3 cuillères à soupe d'huile d'olive, thym, sel, poivre*

1. Préchauffez le four à 210°C.
2. Nettoyez et épongez les tomates cerises.
3. Placez-les dans un saladier, ajoutez l'huile d'olive, le thym séché, l'ail en poudre, le sel et le poivre. Mélangez bien, versez dans un plat allant au four.
4. Enfourez pendant environ 40 minutes jusqu'à ce que les tomates cerises soient bien rôties

Gâteau fondant chocolat et betterave rouge

Ingrédients : *200 g de chocolat noir, 200 g de purée de betterave ou 1 betterave rouge crue, 3 œufs, 40 g de beurre ou 2 cuillères d'huile neutre, 1 cuillère à café de poudre à lever (levure alsacienne), 90 g de sucre, 80 g de farine.*

1. Préchauffez le four th.5, 160°C
2. Pelez la betterave rouge et coupez-la en dés. Faites cuire 30 minutes à la vapeur. Mixez-la pour en faire une purée. Réservez.
3. Faites fondre le chocolat au bain marie.
4. Battez les œufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse puis ajoutez la farine et la levure.
5. Ajoutez la purée de betterave rouge, le chocolat fondu, le beurre, bien mélanger, versez la pâte dans des petits moules ou un grand moule à cake.
6. Laissez cuire 20 à 30 minutes pour les petits moules ou 45 minutes à 1 h pour le grand moule.

Escalopes de courgettes au four croustillantes

Ingrédients : *2 courgettes, 1 œuf, 100 g de chapelure, l'huile d'olive, sel*

1. Lavez les courgettes, retirez les extrémités et coupez-les en tranches. Si elles sont trop longues, diviser-les tranches en 2 parties.
2. Battez l'œuf dans un plat, mettez la chapelure dans un autre.
3. Passez les courgettes dans l'œuf puis dans la chapelure en prenant soin d'appuyer légèrement pour faire adhérer cette dernière.
4. Recouvrez une plaque à pâtisserie de papier sulfurisé, versez un filet d'huile d'olive étalez, au pinceau.
5. Disposez les courgettes sur la plaque et versez un filet d'huile.
6. Enfourez les escalopes à 180°C environ 20 minutes, ou jusqu'à ce qu'elles soient complètement dorées. Le temps varie selon les fours.
7. Une fois cuites, salez légèrement