



Votre panier de la semaine du 6 décembre au 12 décembre :

Pommes de terre - Salade - Carottes - Courge butternut- Poireaux- Echalotes- Céleri boule



Nos suggestions de recettes

Gratin de penne à la courge Butternut

Ingrédients : 2 gousses d'ail émincées, 50g de parmesan, sel, poivre, 800g de tomates pelées entières, 1 courge butternut, 1L de bouillon de légumes, 500g de penne, 3 cuillères à soupe de ricotta, 125g de mozzarella.

1. Pelez la courge, coupez-la en morceaux d'environ 2cm, pour plus de facilité coupez d'abord la courge en deux dans le sens de la largeur, au niveau de la séparation entre le haut de la courge et « boule »
2. Ensuite, coupez-le haut en rondelles de 2cm, puis couper ces rondelles pour avoir des morceaux d'environ 2cm sur 2 cm.
3. Pour le bas, coupez la « boule » en deux afin d'en retirer les pépins. Puis couper les deux demi-sphères en morceaux de 2cm.
4. Faites chauffer une grande sauteuse. Y verser les tomates et l'ail.
5. Cassez les tomates avec une cuillère puis porter le tout à ébullition, versez ensuite les morceaux de courge, diminuez le feu et laissez mijoter pendant 30min (sans refermer afin que le liquide s'évapore un peu)
6. Préchauffez le four à 200° et faites bouillir un grand volume d'eau salée et y cuire les pâtes 3 minutes de moins que d'habitude (il est important qu'elles soient encore croquantes afin qu'elles absorbent le liquide lorsqu'elles cuiront au four)
7. Une fois la courge cuite, salez poivrez selon votre goût, ajoutez la ricotta et le bouillon, une fois que les pâtes sont prêtes, égouttez et versez dans la sauce puis mélangez.
8. Versez le tout dans un grand plat, coupez la boule de mozzarella avec les mains et répartissez les morceaux sur les pâtes, saupoudrez le tout de parmesan râpé.
9. Mettez au four 15min et dégustez.

Soupe au céleri, poireaux et lait de coco

Ingrédients : 1/2 céleri-boule, 2 poireaux, 1 oignon, 1/2L d'eau, 30cl lait de coco, sel, poivre

1. Pelez et coupez l'oignon, le céleri, les poireaux, mettez le tout dans une casserole, couvrez d'eau et salez, faites cuire une trentaine de minutes, mixez.
2. Ajoutez le lait de coco, mixez à nouveau, goûtez et rectifiez l'assaisonnement.

Petite astuce : vous pouvez réserver un petit tronçon de poireau que vous découpez en fines tranches, faites poêler au beurre et déposez sur chaque assiette de soupe.

Rillettes de poireaux

Ingrédients :3 poireaux, 150g de lardons fumés, 6 portions de vache qui rit.

1. Dans une sauteuse, faites revenir doucement les lardons et les poireaux coupés en rondelles, salez et poivrez
2. Laissez cuire doucement pendant 30 minutes environ.
3. Mixez le tout en ajoutant des portions de vache qui rit.
4. Servez chaud

Butternut rôti au miel et épices de Noël

Ingrédients :1 courge butternut, 1cs de miel, 1/3 cc de muscade en poudre, 1/3 cc de gingembre en poudre, 1 cs d'huile de coco, 2 pincées de sel.

1. Préchauffez votre four à 180°
2. Epluchez la courge, ôter les pépins puis la couper en gros dés.
3. Dans un bol, mélangez le miel, les épices et l'huile de coco.
4. Disposez les courges sur un plat recouvert de papier cuisson.
5. Arrosez le tout de sauce au miel et badigeonnez chaque morceau avec un pinceau alimentaire.
6. Enfournez 45 minutes

Céleri farci au fromage

Ingrédients :1 gros céleri-rave, 125g de bleu de Bresse, 3c à soupe de crème fraîche, 30g de beurre, 5 noisettes entières, 1 c à soupe de graines de sarrasin, 1c à soupe de flocons de céréales, 1 c à soupe d'huile d'olive, sel, poivre.

1. Préchauffez le four à 200°, brossez le céleri et lavez-le puis piquez le part et d'autre avec un couteau à lame fine. Posez-le sur une plaque du four et faites-le cuire entre 1h et 1h30, jusqu'à ce qu'il soit tendre.
2. Piquez-le avec un couteau pour vérifier sa cuisson, laissez refroidir un peu puis coupez le haut du céleri à l'horizontale, comme un chapeau, évidez-le délicatement pour retirer sa pulpe.
3. Mettez la chair dans un bol de mixeur avec le fromage émietté, ajoutez la crème fraîche. Faites fondre le beurre 20scd au micro-onde et versez le dans le bol, salez, poivrez et mixez le tout.
4. Garnissez l'intérieur du céleri avec cette purée. Posez le dans un plat à gratin et enfournez pour 30min
5. Hachez grossièrement les noisettes, faites-les dorer avec les graines de sarrasin 3 min dans une poêle sans matière grasse.
6. A la sortie du four saupoudrez le céleri avec les céréales, les noisettes et le sarrasin.
7. Arrosez d'huile et rectifiez l'assaisonnement, servez le céleri coupé en quartiers

Gratin d'échalotes au parmesan

Ingrédients : 15 échalotes, 100g de beurre à la fleur de sel, 50g de parmesan fraîchement râpé, sel et poivre.

1. Beurrez quatre ramequins ou si possible des petits plats à œuf. Coupez la base des échalotes, fendez-les en deux dans le sens de la hauteur et retirez la peau qui s'enlève alors très facilement.
2. Hachez-les au couteau ou à l'aide d'un robot en l'actionnant par à-coups pour ne pas réduire les échalotes en purée, faites fondre le beurre dans une grande poêle et faites cuire les échalotes sur feu doux environ 20min.
3. Allumez le gril du four et positionnez la plaque du four dessous mais pas trop près.
4. Salez, poivrez les échalotes et répartissez les dans les ramequins
5. Saupoudrez de parmesan râpé et passez les ramequins sous le gril pendant 5 à 10 min, jusqu'à ce que le dessus commence à gratiner

Petit conseil, vous pouvez déguster le gratin accompagné d'une viande rôtie ou d'un poisson grillé.