



Votre panier de la semaine du 13 décembre au 19 décembre :

*Pommes de terre blanches – Salade: mâche - Carottes de couleurs - Potimarron-
Poireaux- Oignons rouges- Navets*



Chers adhérents, chères adhérentes,

Voici les dernières recettes de l'année 2021 elles accompagnent votre dernier panier de légumes.

L'équipe des jardins du plateau picard vous remercie pour votre fidélité et vos retours. Grâce à vous de nombreux salariés en insertion ont pu retrouver un emploi.

Alors merci, nous espérons que vous continuerez de vous approvisionner en légumes chez nous : c'est une démarche solidaire et écologique.

Joyeuses fêtes de fin d'année.

Nos suggestions de recettes

Navets glacés et oignons rouges caramélisés

Ingrédients : 1 oignon rouge, 3-4 navets ronds, beurre demi sel, beurre cru, huile d'olive, sel, poivre, piment de Cayenne, baies de roses, 1 cuillère à soupe de sucre, vergeoise, 1 cuillère à café de crème Balsamique.

1. Epluchez les navets. Dans une casserole d'eau bouillante avec 1 cuillère à soupe de sucre et 1 cuillère à soupe de sel, plongez les navets pendant 13 minutes.
2. Dans une poêle faites revenir un filet d'huile d'olive avec un morceau de beurre cru, coupez l'oignon rouge en demi tranches. Faites caraméliser sur le beurre en ajoutant une demi cuillère à soupe de vergeoise. Salez, poivrez et saupoudrez de piment de Cayenne. Quand les oignons commencent à devenir un peu dorés et caramélisés versez la crème balsamique, mélangez et ajoutez une demi tasse d'eau, laissez cuire jusqu'à évaporation complète de l'eau. Réservez.
3. Egouttez les navets. Les coupez en tranches de 5 mm. Faites chauffer le beurre demi-sel sur une poêle. Ajoutez les tranches de navets et les faire rôtir de chaque côté. Salez et saupoudrez de baies de roses écrasées. Présentation : dans un cercle en inox, versez les oignons rouges caramélisés, enlevez le cercle et déposez les tranches de navet rôtis en rosace sur les oignons.

Salade de mâche aux noix

Ingrédients : 200 g de mâche, 15 noix, 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, 1 cuillère à soupe de vinaigre de noix, sel, poivre.

1. Lavez et essorez la mâche.
2. Préparez une vinaigrette avec l'huile et le vinaigre, salez et poivrez. Décortiquez vos noix, puis réservez-les. Prenez 4 assiettes et mettez votre mâche pour qu'elle forme un lit. Mettez par-dessus vos noix puis ajoutez la vinaigrette.
3. Cette salade peut être accompagnée de noix de saint jacques, de crevettes avec des morceaux de pamplemousse et avocat. De Toasts avec une tranche de foie gras, 1 cuillère à café de confit d'oignon et 1 cuillère à café de confit de figue

A savoir : pour conserver votre salade, ne la laissez pas dans le sac, lavez et essorez là, puis la conserver dans un récipient avec un morceau de sopalin au frais.

Chapon au Pélardon légumes confits

Ingrédients : 1 chapon, 3 carottes, 800 g de pommes de terre, 400 g de courge potiron ou butternut, 2 oignons rouge, 4 Pélardons (Fromage de chèvre au lait cru), feuilles de basilic, 5 cuillères à soupe d'huile d'olive, 4 tranches de pain de mie, 2 citrons, 2 gousses d'ail, 1 œuf, sel, poivre.

1. Préchauffez le four à 190°C. Dans un cul de poule, mélangez le pain de mie écrasé, les pélardons coupés en morceaux et l'œuf. Zestez les citrons, ciselez grossièrement le basilic et hachez l'ail. Ajoutez le tout à la farce. Salez, poivrez. Mélangez à la main. Farctez la volaille. Cousez là avec du fil à rôtir. Salez et poivrez le chapon sur toute sa surface. Arrosez d'huile d'olive. Enfouez 3 h en retournant la volaille toutes les 30 minutes et en l'arrosant.
2. Pendant ce temps, pelez les légumes. Coupez les carottes, la courge en bâtonnets. Epluchez les pommes de terre, coupez-les en deux. Emincez finement les oignons rouges. Une heure avant la fin de la cuisson, sortez le chapon et placez tout autour les légumes. Remplacez la volaille au four et terminez la cuisson. Surveillez et remuez de temps en temps les légumes qui doivent cuire sans brûler.

Queue de homard aux légumes d'hiver rôtis

Ingrédients : 4 queues de homard, 1 butternut, 1 céleri branche, 5 carottes, 1 oignon rouge, 4 cuillères à soupe d'huile d'olive, 1 échalote, 1 cube de bouillon de légumes, 780 g de bisque de homard, brins de ciboulette, sel et poivre

1. Placez les queues de homard au réfrigérateur quelques heures avant de les cuisiner si elles sont congelées.
2. Préchauffez le four à 190°C. Epluchez tous les légumes et coupez-les en grosses lamelles. Transvasez-les dans un saladier, versez 2 cuillères à soupe d'huile, du poivre et mélangez. Etalez-les sur 1 à 2 plaques à four chemisées de papier sulfurisé. Enfouez 50 minutes, chaleur tournante, en remuant de temps en temps.
3. Faites chauffer l'huile dans une grande marmite. Faites-y fondre à découvert l'échalote émincée finement. Ajoutez 20 cl d'eau et le cube de bouillon. Remuez et chauffez vivement.
4. Ficelez les queues de homard. Ajoutez-les dans la marmite. Laissez cuire à feu moyen 7 minutes dans un four préchauffé à 220°C.
5. Déposez un lit de légumes rôtis dans les assiettes. Ajoutez une queue de homard fendue en 2. Arrosez de bisque. Rectifiez l'assaisonnement si besoin. Ajoutez quelques brins de ciboulette.

Verrine potimarron Noël

Ingrédients : 1 potimarron, 40 cl de crème liquide, 1 bouquet de coriandre fraîche, 1 cuillère à café de coriandre en poudre, 1 cuillère à café de gingembre moulu, 20 g d'amandes, de noisettes ou de noix, sel et poivre.

1. Pelez le potimarron et ouvrez-le en deux, retirez les graines et les filaments. Coupez-le grossièrement en morceaux et mettez-les à cuire dans votre autocuiseur 15 minutes.
2. Rincez, séchez et ciselez la coriandre fraîche.
3. Récupérez la chair du potimarron bien fondante, et mixez-la avec la moitié de la crème, le gingembre et la coriandre en poudre. Vous devez obtenir une consistance un peu épaisse de velouté. Goûtez afin de saler et poivrez à votre convenance.
4. Versez ce velouté dans une casserole pour le maintenir au chaud sur feu tout doux.
5. Versez le reste de la crème dans un saladier, fouettez-la jusqu'à ce qu'elle devienne bien mousseuse. Votre crème doit être bien froide pour monter. Incorporez ensuite délicatement la coriandre fraîche à la mousse de crème.
6. Versez le velouté de potimarron dans des jolies verrines, déposez sur le dessus une grosse cuillère de crème fouettée à la coriandre, et disposez enfin quelques amandes, noisettes ou noix sur le dessus.

Bûche glacée

Ingrédients : 200 g de chocolat, 1 paquet de petit beurre, 2 l de glace ou sorbet de votre choix mais qui se marient, 1 tasse de café fort ou de sirop de fruit.

1. Sortez les 2 l de glace ou sorbet du congélateur afin qu'elles ramollissent un peu pour plus de malléables.
2. Tapissez de film un moule à cake en faisant dépasser le film du moule.
3. Recouvrez les parois de petits gâteaux préalablement trempés dans le café ou sirop de fruit, il faut qu'ils soient ramollis. Vous pouvez utiliser d'autres gâteaux selon vos goûts : boudoirs, génoise, faire un biscuit maison...
4. Etalez une couche de glace et aplanir avec le dos d'une cuillère.
5. Etalez une couche de biscuits imbibés.
6. Puis une autre couche de glace de l'autre parfum
7. Mettez au congélateur pendant 3 h minimum.
8. Sortir la bûche 10 minutes avant de servir.
9. Pendant ce temps, faites fondre le chocolat avec un petit verre de lait ou de crème fraîche jusqu'à obtenir une pâte lisse mais un peu épaisse.
10. Démoulez la bûche et la napper avec le chocolat encore un peu chaud, servir aussitôt en tranches.

Vous pouvez faire une meringue par-dessus, mettre des petites meringues à l'intérieur. J'opte pour une omelette norvégienne, facile et un délice...