



Votre panier de la semaine du 7 mars au 13 mars :

Pommes de terre charlotte- Salade : jeunes pousses- Thym- Carottes - Betteraves rouges- Epinards Chou vert



Nos suggestions de recettes

Gratin de pâtes au chou de vert

Ingrédients : 250 g de grosses pâtes, 125 ml de bouillon de viande, 1/2 cuillère à café de curry, 500 g de chou vert, 1 oignon, 200 g de saucisse Morteau, 4 œufs, 25 cl de crème fraîche, 100 g de gouda, 25 g de beurre, 4 tomates, quelques brins de ciboulette

1. Nettoyez le chou, ôtez les grosses côtes, séparez et lavez les feuilles, coupez-les en petits morceaux.
2. Epluchez et coupez l'oignon finement, mettez-le dans le bouillon de viande, ajoutez le curry et faites-y cuire les feuilles de chou pendant 40 minutes. Rincez et égouttez.
3. Faites cuire les pâtes, passez-les sous l'eau froide et égouttez-les.
4. Coupez la saucisse en petits cubes et mélangez-la aux pâtes et au chou.
5. Graissez un plat à gratin avec un peu de beurre, mettez le mélange, chou, pâtes et saucisse dans le plat.

6. Battez les œufs avec la crème et les 2/3 du fromage râpé. Salez et poivrez.
7. Ajoutez au gratin et saupoudrez du fromage restant. Ajoutez quelques petits morceaux de beurre.
8. Faites cuire au four à 190°C pendant 45 minutes.
9. Environ 5 minutes avant la fin de cuisson ajoutez la tomate coupée en dés.
10. Décorez avec la ciboulette ciselée.

Lasagnes arc-en-ciel

Ingrédients : 400 g de betteraves rouge, 400 g de carottes, 500g d'épinards, 40 cl de tomates concassées, 3 échalotes, 1 oignon, 2 gousses d'ail, persil, mozzarella râpée, ricotta, sel, poivre, huile d'olive, des lasagnes précuites.

Béchamel : 50 g de farine, 50 g de beurre, 60 cl de lait, sel, poivre, muscade

1. Faites cuire les betteraves, laissez refroidir, retirez la peau et coupez-les en petits cubes. Epluchez 1 échalote et 1 gousse d'ail, émincez, faites revenir quelques instants dans une poêle avec un filet d'huile, puis ajoutez les cubes de betteraves pendant 5 minutes, réservez.
2. Epluchez et coupez en rondelles les carottes. Faites-les cuire 10 minutes dans une eau bouillante salée. Egouttez-les et hachez-les grossièrement, puis faites revenir quelques minutes dans une poêle avec un peu d'huile, de l'oignon et du persil.
3. Lavez les épinards, séchez-les délicatement. Epluchez 1 échalote, faites-la revenir dans une sauteuse avec un filet d'huile. Ajoutez les épinards, laissez-les fondre 5 minutes, salez, poivrez, hachez-les, puis mélangez avec la ricotta.
4. Epluchez une échalote et une gousse d'ail, émincez-les finement, faites-les revenir dans une sauteuse quelques instants puis ajoutez les tomates concassées, salez, poivrez et laissez mijoter et réduire 15 minutes.
5. Faites cuire les plaques de lasagnes 5 minutes dans une grande casserole d'eau bouillante salée avec un filet d'huile. Egouttez-les.
6. Réalisez la béchamel : dans une casserole, faites fondre le beurre ajoutez la farine et remuez avec une cuillère en bois pour épaissir. Ajoutez le lait progressivement, toujours en remuant. Une fois que la sauce est épaisse, ajoutez le sel, poivre et la muscade.
7. Préchauffez le four à 180°C ou Th 6.
8. Dans un moule à gratin, versez une légère couche de béchamel, couvrez de plaque à lasagnes. Ajoutez la préparation à la tomate, recouvrez de mozzarella râpée puis couvrez à nouveau de plaques à lasagnes. Ajoutez une fine couche de béchamel, la préparation aux épinards ricotta. Ajoutez des plaques de lasagnes puis les carottes, un peu de béchamel, une couche de lasagne, les betteraves puis une couche de lasagne et versez le reste de béchamel puis la mozzarella. Enfourez 25 minutes.

Cette recette est adaptable pour d'autres légumes, vous pouvez y ajouter de la viande ou du poisson.