



Votre panier de la semaine du 11 avril au 17 avril :

*Pommes de terre annabelle-Salade Salanova - Poireaux- Carottes - Echalotes -
Epinards- Radis rose*



Nos suggestions de recettes

Aumônières de brick aux épinards et fromage de chèvre

Ingrédients : 4 feuilles de brick, 2 petits fromages de chèvre frais, 2 cuillères à soupe de fromage blanc, 250 g de feuilles d'épinards, 2 œufs, 1 cuillère à café de ciboulette ciselée, 10 g de beurre, sel, poivre.

1. Lavez, essorez et hachez grossièrement les feuilles d'épinards. Faites fondre le beurre dans une casserole, puis faites-y revenir les feuilles d'épinards hachées. Une fois translucides, égouttez les feuilles d'épinards et réservez.
2. Dans un bol, battez les œufs avec le fromage blanc, ajoutez la ciboulette ciselée, puis salez et poivrez. Incorporez ensuite les feuilles d'épinards hachées.
3. Coupez les petits fromages de chèvre en morceaux et mélangez-les à la préparation précédente. Rectifiez l'assaisonnement si besoin.
4. Préparez les feuilles de brick. Placez-les chacune dans un bol, puis remplissez-les de la préparation. Ficelez chaque feuille avec de la ficelle de cuisine pour former les aumônières.
5. Préchauffez le four à 180°C ou sur thermostat 6. Placez les aumônières dans un plat allant au four.
6. Une fois le four préchauffé, enfournez et faites cuire les aumônières pendant 15 à 20 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.
7. Dégustez des aumônières aux épinards et chèvre bien chaudes avec une salade verte assaisonnée.

Risotto aux carottes et mascarpone

Ingrédients : 100g de riz à risotto, ½ oignon, 1.25 l de bouillon de légumes chaud, 6 carottes, 15 cl de vin blanc, 60g de mascarpone, 150g de parmesan râpé, 45 g de beurre, 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, sel et poivre.

1. Pelez et râpez les carottes. Epluchez et hachez l'oignon.
2. Faites chauffer 1 cuillère à soupe d'huile avec 15 g de beurre dans une casserole.
3. Ajoutez les carottes et mélangez-les, versez 15 cl d'eau puis salez et poivrez. Faites cuire à couvert pendant 3 minutes jusqu'à ce que les carottes soient fondantes. Retirez la moitié des carottes et réservez les autres, mixez la moitié avec 15 cl d'eau. Réservez.
4. Faites chauffer le restant d'huile et de beurre dans la casserole.
5. Faites-y suer l'oignon jusqu'à ce qu'il soit translucide. Ajoutez le riz et mélangez jusqu'à ce qu'il soit imbibé d'huile. Ajoutez le vin blanc puis laissez cuire jusqu'à évaporation.
6. Versez la purée de carottes puis laissez cuire jusqu'obtention d'une préparation épaisse.
7. Versez 15 cl de bouillon et laissez cuire jusqu'à évaporation, en mélangeant régulièrement.
8. Répétez l'opération en versant petit à petit le bouillon, jusqu'à ce que le riz soit cuit.
9. Ajoutez les carottes réservées, le mascarpone et le parmesan.
10. Salez, poivrez et mélangez bien. Servez bien chaud.

Tarte presque sans cuisson 100% chocolat

Ingrédients : *pour la base : 300g de biscuits au chocolat type Oréo, 50 g de chocolat noir, 50 g de beurre doux, ½ cuillère à café de fleur de sel. Pour la crème au chocolat : 100 g de chocolat noir, 25 g de Maïzena, 6 cl de lait entier, 50 cl de crème liquide, 50 g de cacao en poudre, 75 g de sucre en poudre, 1 cuillère à café d'extrait de vanille liquide, ½ cuillère à café de fleur de sel.*

1. Mixez ensemble les biscuits et 50 g de chocolat noir haché. Ajoutez le beurre et la fleur de sel et mixez de nouveau.
2. Pressez le mélange au fond et sur les bords d'un moule à tarte de 22-24 cm avec les doigts. Faites prendre 1h30 au réfrigérateur.
3. Préparez la crème. Hachez le chocolat. Délayez la Maïzena dans le lait à température ambiante. Versez la crème dans une grande casserole. Ajoutez le chocolat haché, le cacao en poudre, le sucre et l'extrait de vanille. Faites chauffer sur feu doux en mélangeant avec un petit fouet.
4. Hors du feu, ajoutez le mélange lait, Maïzena et la fleur de sel, mélangez et remettez sur feu doux.
5. Faites épaissir sans cesser de mélanger avec une cuillère en bois, 10 mn environ, jusqu'à obtenir une consistance nappante. Le mélange ne doit pas bouillir, retirez la casserole du feu quelques secondes si nécessaire de temps en temps.
6. Transférez dans un grand bol, filmez au contact et placez au réfrigérateur 15 mn. Verser sur fond de tarte.
7. Faites prendre au réfrigérateur 6 h environ. Servez. Ne conservez pas plus de 24h au réfrigérateur, la base se ramollirait.

Le plus : choisissez un chocolat de couverture pour lui donner toutes les chances d'être grandiose