



**Votre panier de la semaine du 11 au 17 juillet :**

*Pommes de terre nouvelles, salade, tomates cerises, courgettes, concombre, fenouils, oignons blancs, poivrons*



**Nos suggestions de recettes**

### **Saumonette aux pommes de terre nouvelles**

**Ingrédients :** 250 g de saumonette, 250 g de pommes de terre, 2 oignons, 1 carotte, 1 gousse d'ail, 1 bouquet garni, 50ml de vin blanc sec, 2 cuillères à soupe de crème épaisse, 2 cuillères à café de persil haché, sel, poivre.

1. Pelez et émincez les oignons et l'ail.
2. Lavez, pelez et coupez la carotte en rondelles.
3. Dans un faitout, mettez la moitié des oignons, l'ail, le bouquet garni, le vin blanc et ½ litre d'eau froide. Poivrez et laissez bouillonner pendant 15 minutes.
4. Plongez la saumonette 8 minutes.
5. Lavez, pelez et coupez en rondelles les pommes de terre.
6. Filtrez le court-bouillon et faites cuire l'oignon restant avec les pommes de terre salées et poivrées pendant 15 minutes.
7. Ajoutez la crème, mélangez.
8. Disposez dans un plat.

### **Poulet à la tomate, mozzarella et courgettes**

**Ingrédients :** tomates cerises, 4 escalopes de poulet, 2 courgettes, 125 g de mozzarella, 1 cuillère à soupe d'herbes de Provence, sel, poivre.

1. Préchauffez le four à 180°. Epluchez et coupez 1 courgette en rondelles et la répartir dans un plat.
2. Ajoutez les escalopes de poulet puis épluchez et coupez la 2ème courgette ainsi que les tomates coupez en deux et disposez-les sur la viande. Salez et poivrez.
3. Découpez la mozzarella en tranches et posez celles-ci sur le dessus des autres ingrédients. Dispersez l'herbe de Provence. Enfournez durant 30 minutes et dégustez.

### **Gaspacho de concombre et feta**

**Ingrédients :** 2 concombres, 1 yaourt brassé, 100 g de feta, 2 cuillères à soupe d'huile, sel, poivre.

- 1.1. Pelez, découpez les concombres en dés, Mixez-les.
2. Emiettez la feta. Ajoutez le yaourt, l'huile et la feta, puis mixez de nouveau.
3. Salez et poivrez à convenance. Servir frais.