



Votre panier de la semaine du 8 août au 14 août :

Pommes de terre nouvelles, salade, haricots vert, concombres, poivrons-piments, tomates cerises, tomates



Nos suggestions de recettes

Verrines italiennes au parmesan

Ingrédients : 250g de tomates cerise, 1 poivron, ail, sel, poivre, huile d'olive, 10 à 15 cl de crème fraîche épaisse, 60 g de parmesan râpé, jambon de parme ou chorizo.

1. Faites revenir l'ail avec l'huile d'olive, ajoutez les tomates cerise avec le poivron préalablement pelé. Salez et poivrez. Faites chauffer jusqu'à l'obtention d'une compotée.
2. Versez dans les verrines.
3. Faites chauffer la crème fraîche avec le parmesan jusqu'à un mélange lisse. Versez la préparation au parmesan par-dessus.
4. Mettez 2h au frigidaire.
5. Avant de servir, ajoutez le jambon sur le dessus, ainsi que des tuiles de parmesan.

Quiche de haricots verts à la féta

Ingrédients : 1 pâte brisée, 300 g de haricots vert, 3 œufs, 200 g de féta, 10 cl de lait, 100 g de gruyère râpé, brins de menthe, sel et poivre

1. Etalez la pâte dans un moule à tarte, piquez le fond à la fourchette. Enfourez 10 minutes, th. 7 soit 210°C, sans trop faire colorer la pâte.
2. Equeutez les haricots verts, faites-les cuire 10 minutes à l'eau bouillante salée. Egouttez-les et faites-les refroidir.
3. Dans un saladier, fouettez les œufs le lait, salez et poivrez.
4. Répartissez les haricots vers sur le fond de tarte précuite avec le fromage râpé. Versez dessus le mélange aux œufs puis parsemez de féta émiettée.
5. Enfourez 30 minutes environ, servez chaud ou tiède parsemé de menthe effeuillée.

Accompagnez d'une petite salade verte, tomate cerise et vinaigrette moutarde.

Tomates farcies au veau

Ingrédients : 6 tomates de taille moyenne, 400 g de veau haché, 2 cuillères à soupe de tapenade, 4 cuillères à soupe de parmesan râpé, 4 cuillères à soupe d'huile d'olive, 1 cuillère à café d'herbes de Provence, sel et poivre.

1. Préchauffez le four à 170°C.
2. Lavez les tomates, coupez leur chapeau et les videz.
3. Mélangez le veau haché, les herbes de Provence, le parmesan, la tapenade, salez et poivrez.
4. Garnissez les tomates avec la farce, posez les chapeaux, disposez dans un plat allant au four. Arrosez d'huile d'olive et cuire 40 minutes au four.

Servez avec des pâtes.