



Votre panier de la semaine du 12 au 18 juin :

Pommes de terre, carottes, navets, salade, betteraves, chou, blettes colorées et oignons blancs



Nos suggestions de recettes

Omelette aux oignons nouveaux

Recette pour 4 personnes

Ingrédients : œufs – oignons nouveaux – ciboulette – beurre – sel et poivre

Préparation : 10' / **Cuisson :** 15'

1. Peler et émincer les blancs des oignons nouveaux. Garder les fanes, les laver, les éponger et les ciseler finement. Nettoyer, éponger et ciseler aussi les brins de ciboulette.
2. Faire fondre le beurre dans une poêle sur feu moyen. Puis faire revenir les blancs des oignons nouveaux dans la poêle quelques minutes jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Ajouter les fanes des oignons et la ciboulette ciselée, poursuivre la cuisson durant 3'. Pendant ce temps battre les œufs en omelette dans un récipient à l'aide d'une fourchette. Saler et poivrer selon le goût.
3. Une fois les blancs et fanes des oignons bien dorés, verser les œufs battus dans la poêle, baisser le feu et laisser cuire l'omelette durant 8'.
4. La servir aussitôt accompagnée d'une salade verte et de pain grillé.

Millefeuille de betterave rouge, rillettes de thon à la crème

Recette pour 4 personnes

Ingrédients : 2 c à s crème fraîche épaisse – 1 betterave – 1 boîte thon à l'huile d'olive – jus de citron – 1 petite botte ciboulette – 1 c à c huile d'olive – 1 c à s graines de moutarde – sel et poivre

Préparation : 15' / **Cuisson :** 0'

1. Ecraser au pilon les graines de moutarde dans un mortier.
2. Ecraser le thon égoutté avec le jus de citron, ajouter la crème et mélanger. Ciseler la ciboulette et en mélanger la moitié avec le thon. Ajouter la moitié des graines de moutarde et mélanger.
3. Couper la betterave en tranches assez fines et monter le millefeuille en étalant les rillettes de thon sur les tranches de betterave. Les empiler au fur et à mesure et finir par une tranche de betterave.
4. Arroser le millefeuille d'huile d'olive et finir en le saupoudrant de ciboulette et de graines de moutarde.

Gratin de navets primeurs

Recette pour 2 personnes

Ingrédients : *1 botte de navets primeurs – 50 g de parmesan – un peu de beurre*

Préparation : *15'* / **Cuisson :** *15'*

1. Faire cuire les navets à l'eau environ 15'.
2. Les couper en rondelles et les disposer dans un plat allant au four en alternant du parmesan entre chaque couche.
3. Finir par une couche de parmesan et quelques copeaux de beurre.
4. Faire gratiner au four et déguster.