

Soda de kiwi ou d'orange

Dans un bocal de 2 litres :

Remplissez à moitié le bocal de peau de kiwi ou d'orange.

Ajoutez environ 250 g de sucre (blanc, roux, brun...). A doser à votre convenance.

Remplissez le reste du bocal d'eau.

Laissez le mélange fermenter entre 5-7 jours en fonction de la température ambiante.

Filtrez et mettez en bouteille (soit verre avec fermeture joint en caoutchouc et ressort métallique ou bouteille plastique résistant à la pression.

A consommer dans les 2-3 jours suivants si conservé à température ambiante ou sous 2 semaines si conservé au réfrigérateur.

DES NOUVELLES DE LA FERME :

APRÈS UNE SEMAINE DE REPOS NOUS VOILÀ DE RETOUR ! ET AVEC DU SOLEIL, C'EST MIEUX !

NOUS APPROCHONS DOUCEMENT DU PRINTEMPS ET JE PENSE QUE COMME NOUS, VOUS ÊTES IMPATIENTS DE VOIR ARRIVER DES LÉGUMES "NOUVEAUX". MAIS IL VA FALLOIR PATIENTER ENCORE QUELQUES SEMAINES... !

CETTE SEMAINE NOUS ALLONS REPIQUER NOTRE DEUXIÈME SÉRIE DE LÉGUMES PRINTANIERS. NOUS TÂCHERONS DE PRENDRE QUELQUES PHOTOS POUR PARTAGER CE TRAVAIL AVEC VOUS ;-)

LES RECETTES DE LA SEMAINE :

Lasagnes végétariennes aux légumes d'hiver

2 poireaux - 50 ml d'eau (ou de bouillon de légumes) - 4 carottes - 1 brin de thym - 2 oignons - 3 gousses d'ail - 1 branche de céleri - 5 cuillères à soupe d'huile d'olive - 900 ml de coulis de tomates - 1 paquet de 6 feuilles de lasagne - 500 g de ricotta - 1 sachet de 150 g de mozzarella râpée (ou une boule de mozza égouttée que vous déchirez) - 1 cuillère à soupe de persil plat ciselé

Epluchez les oignons, les carottes et la gousse d'ail. Ôtez les extrémités des poireaux et les feuilles abîmées éventuelles, fendez-les en deux et lavez-les très soigneusement. Coupez-les en lamelles. Versez 1 cuillère à soupe d'huile d'olive dans une sauteuse, ajoutez les poireaux, 50 ml d'eau et faites cuire 30 minutes à feu doux. Egouttez-les.

Lavez les carottes et coupez-les en rondelles. Faites-les cuire dans un grand volume d'eau additionnée d'un brin de thym pendant 20 minutes. Elles doivent être tendres en fin de cuisson. Egouttez-les et ôtez le brin de thym.

Pendant ce temps, ciselez oignons et ail. Enlevez les extrémités de la branche de céleri, lavez-la et coupez-la en petits dés. Versez 2 cuillères à soupe d'huile d'olive dans une sauteuse. Faites-y revenir 5 minutes les dés d'oignon, d'ail et de céleri avant de verser le coulis de tomates. Laissez ensuite mijoter doucement une dizaine de minutes. Au bout de ce laps de temps, ajoutez les carottes cuites.

Versez 2 cuillères à soupe d'huile au fond du plat. Déposez des feuilles de lasagne côte à côte pour tapisser le fond du plat.

Tartinez de la moitié de la ricotta. Ajoutez la moitié des poireaux et versez 1/3 de la sauce tomate.

Remettez des feuilles de lasagnes, ajoutez l'autre moitié de la ricotta, l'autre moitié des poireaux et un 1/3 de la sauce tomate.

Remettez des feuilles de lasagnes, versez le dernier tiers de sauce tomate et saupoudrez de mozzarella râpée.

Enfournez dans un four préchauffé à 180°C pour 40 minutes de cuisson, chaleur tournante.

A la sortie du four, saupoudrez si vous aimez d'un peu de persil plat ciselé.