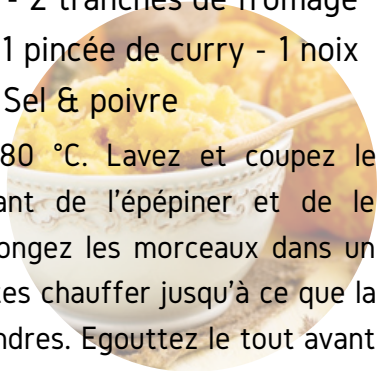


Recettes de la semaine

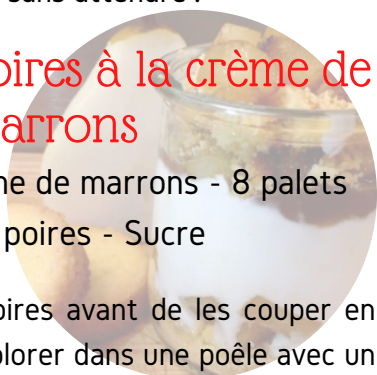
Flan de potimarron au curry

1 potimarron - 3 œufs - 3 CS de farine - 1 brique de crème fraîche liquide - 2 tranches de fromage - 1 pincée de muscade - 1 pincée de curry - 1 noix de beurre - Sel & poivre



Préchauffez le four à 180 °C. Lavez et coupez le potimarron en deux avant de l'épépiner et de le détailler en morceaux. Plongez les morceaux dans un volume d'eau salée et faites chauffer jusqu'à ce que la chair et la peau soient tendres. Egouttez le tout avant de mixer finement avec une noix de beurre. Dans un saladier, cassez les œufs, les fouettez et incorporez la farine, la crème, la muscade, le curry et le sel. Une fois la préparation homogène, incorporez la purée de potimarron. Huilez des moules individuels ou un moule familial et versez la préparation. Déposez des petits morceaux de fromage sur le dessus et enfournez pour 15 à 20 minutes de cuisson. Une fois le flan de potimarron cuit, dégustez sans attendre !

Verrine de poires à la crème de marrons

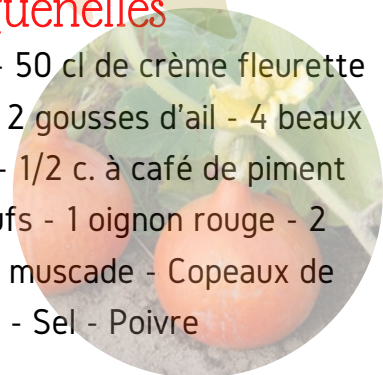


Fromage blanc - Crème de marrons - 8 palets bretons - 4 poires - Sucre

Epluchez et évidez les poires avant de les couper en petits cubes. Faites-les colorer dans une poêle avec un peu de sucre et remuez régulièrement. Une fois cuites, laissez-les bien refroidir. Emiettez un palet dans le fond de votre verrine et ajoutez par-dessus une cuillère à soupe de poires. Déposez ensuite 2 c. à s. de fromage blanc. Chassez l'air en tapotant le dessous de la verrine avec la paume de votre main. Emiettez un palet dans le fond de votre verrine et ajoutez par-dessus une cuillère à soupe de poires. Déposez ensuite 2 c. à s. de fromage blanc. Chassez l'air en tapotant le dessous de la verrine avec la paume de votre main. Emiettez un palet dans le fond de votre verrine et ajoutez par-dessus une cuillère à soupe de poires. Déposez ensuite 2 c. à s. de fromage blanc. Chassez l'air en tapotant le dessous de la verrine avec la paume de votre main.

Potimarron surprise aux quenelles

1 potimarron ~600g - 50 cl de crème fleurette - 120g de parmesan - 2 gousses d'ail - 4 beaux brins de thym frais - 1/2 c. à café de piment d'espelette - 3 œufs - 1 oignon rouge - 2 quenelles - Noix de muscade - Copeaux de parmesan - Sel - Poivre



Lavez le potimarron. Découpez le dessus sur 3 cm tout autour de la queue pour l'ouvrir. (Astuce : utilisez un couteau à pain, la découpe n'en sera que plus facile) Conservez le chapeau. Ôtez les graines à l'aide d'une cuillère à soupe en laissant la chair à l'intérieur. Pelez, dégermez et hâchez finement les gousses d'ail et les oignons rouges. Découpez les quenelles en rondelle et faites les cuire à la poêle avec l'ail et l'oignon en ajoutant un peu de matière grasse. Salez, poivrez et râpez un peu de muscade pendant la cuisson. Les quenelles doivent être dorées et légèrement croustillantes (~15 minutes). Retirez les rondelles de quenelle et réservez-les. Lavez et séchez les brins de thym. Mélangez la crème fleurette avec l'ail, l'oignon et le piment d'espelette. Cassez 3 œufs et les battre légèrement avec la crème. Calez le potimarron ouvert dans un plat à gratin puis remplissez le du mélange avec la crème. Ajoutez les copeaux de parmesan, le thym, couvrez avec le chapeau et enfournez 45 minutes environ. Une fois cuit, déposez les rondelles de quenelles dans le potimarron et décorez de quelques feuilles d'estragon.

Chou vert braisé

1 chou vert - 1 oignon - 1 barquette de lardons fumés - 1 verre de vin blanc - Sel - Poivre



Tranchez le chou en gros quartiers et blanchissez-le jusqu'à ce qu'il soit cuit mais ferme. Faites revenir l'oignon avec une noisette de beurre et ajoutez les lardons. Ajoutez le chou (bien égoutté) et faites dorer le tout. Salez, poivrez. Déglacez au vin blanc et laissez évaporer un peu à feu vif. C'est prêt!!

