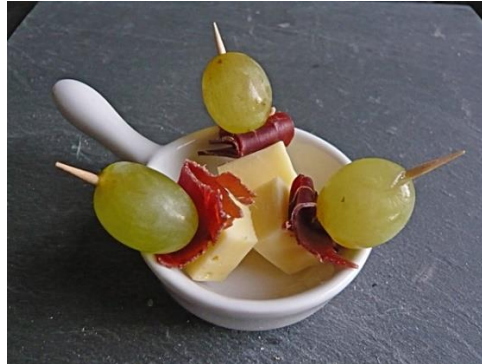


SEMAINE DU GOUT, OCTOBRE 2015

Brochettes raisin / comté / tomates cerises de Paquita et de Laetitia (Le Bardon)



OU

MIAM !

Beignets au potiron de Fernanda (Le Bardon)

Ingrédients :

- 1 kg de potiron
- 1 kg de farine
- 1 cube de levure de boulanger
- 2 pincées de sel
- 150 g sucre semoule
- huile de friture
- friteuse



Faire bouillir 1,5 litre d'eau dans un faitout. Ajouter la chair du potiron et laisser cuire.

Enlever la chair cuite et la passer au mixer pour obtenir une purée, ajouter une pincée de sel et laisser tiédir. Conserver l'eau de cuisson.

Dans un bol, émietter la levure de boulanger et ajouter une louche d'eau de cuisson avec une pincée de sel et mélanger du bout des doigts.

Dans une grande bassine, ajouter la farine et la purée de potiron, mélanger avec les mains.

Ajouter ensuite le contenu du bol (eau+levure) et mélanger énergiquement (en tapant la pâte) l'ensemble toujours avec les mains, la pâte obtenue doit être suffisamment élastique, si besoin rajouter de l'eau de cuisson ou de la farine.

Saupoudrer le dessus de farine et couvrir d'un torchon.

Laisser reposer la pâte dans un endroit tiède, elle doit doubler de volume.

Entre temps, préparer dans un plat creux 150 g de sucre et un peu de cannelle.
A l'aide d'une cuillère prélever un peu de pâte et cuire dans la friture en retournant les beignets.

Les retirer et laisser égoutter. Les rouler dans le mélange sucre + cannelle.

Ces beignets se dégustent chauds, tièdes et même froids le lendemain.

Cake chèvre et miel de Solange (Chaingy)

Ingrédients :

- 200 g de farine
- 120 g de fromage de chèvre frais
- 100 g de miel
- 3 œufs entiers
- 1 sachet de levure chimique
- 10 cl de lait



Préchauffer le four à thermostat 6 (180°C).

Faire tiédir le lait dans une petite casserole et ajouter le miel. Mélanger et laisser fondre le miel.

Dans une terrine, écraser le fromage de chèvre frais à la fourchette, ajouter les œufs entiers un par un en mélangeant bien au fouet. Incorporer petit à petit la farine et la levure, bien mélanger et ajouter le lait au miel tiédi. Mélanger de nouveau.

Beurrer et fariner un moule à cake. Y verser la préparation et cuire le cake pendant 30 à 35 minutes environ à four moyen.

A la sortie du four, démouler, placer le cake sur une grille à pâtisserie et laisser refroidir.

Cake sucré aux courgettes et aux épices de Christine (Meung-sur-Loire)

Ingrédients :

- 300 g de courgettes
- 2 œufs
- 200 g de sucre en poudre
- 20 cl d'huile
- 350 g de farine
- 125 g de noix
- 1 citron
- 1 sachet de levure en poudre



- 2 cuillères à café de cannelle
- 1 cuillère à café de noix muscade
- 1 pincée de sel

Préchauffez le four à 180°C (thermostat 6), beurrez et farinez un moule à cake.

Râpez les courgettes.

Fouettez les œufs avec le sucre jusqu'à ce que le sucre soit complètement dissous.

Ajoutez les courgettes et l'huile puis incorporez progressivement la farine tamisée avec le bicarbonate et la levure.

Parfumez des épices et du zeste de citron finement râpé.

Versez la préparation dans le moule et enfournez pour 1 heure de cuisson.

Cake marbré au boudin noir et aux pommes de Christine (Le Bardon)

Ingrédients :

- 100 g de farine
- 50 g maïzena
- 1 sachet de levure
- 3 œufs
- 10 cl d'huile de tournesol
- 12,5 cl de lait entier ou demi-écrémé
- 100 g de gruyère râpé
- 2 pommes
- 250 g de boudin noir
- 1 pincée de poivre



Préchauffez votre four à 180°C (th 6). Epluchez et coupez les deux pommes en dés. Réservez.

Piquez le boudin et pochez-le dans de l'eau sans ébullition pendant 15 min. Egouttez-le. Retirez le boyau du boudin afin de conserver uniquement la chair et réservez.

Dans un saladier, mélangez la farine, la levure, la Maïzena ainsi que les œufs.

Incorporez doucement l'huile puis le lait que vous aurez chauffé. Ajoutez immédiatement le gruyère râpé puis le poivre. Mélangez.

Lorsque l'ensemble de votre préparation est homogène, ajoutez les pommes et mélangez à nouveau.

Dans votre moule à cake préalablement beurré, versez la moitié de la préparation.

Couvrez de la chair du boudin, vous avez ainsi une couche assez épaisse. Finissez par une dernière couche de préparation. Mettez au four 45 min à 180°C (th 6).

Confiture de tomates vertes de Paquita (Le Bardon)

Ingrédients :

- 1 kg de tomates vertes qui commencent à virer au blanc, sinon elles seront trop acides
- 2 citrons non traités
- 1 gousse de vanille
- 700 g de sucre cristallisé

Lavez les tomates, coupez-les en morceaux et mettez-les dans une bassine à confiture.

Lavez les citrons et râpez leur zeste avec les gros trous de la grille. Pressez leur jus, fendez la gousse de vanille en deux. Ajoutez aux tomates dans la bassine ainsi que le sucre. Portez à ébullition et remuez bien pour faire dissoudre le sucre. Poursuivez la cuisson à feu moyen entre 30 et 40 minutes. Enlevez la gousse de vanille. Versez dans des pots stérilisés et bouchez-les à chaud. Retournez-les et laissez refroidir.



Curry de dinde aux pommes de Svetlana

Ingrédients :

- 4 blancs de poulet ou filets de dinde
- 2 pommes Granny
- 2-3 échalotes, 1 gousse d'ail
- 20 cl de crème fraîche allégée
- épices : curry
- sel, poivre
- huile d'olive pour la cuisson



Préparez les blancs de poulet ou filets de dinde en les découpant en petits morceaux, les fariner.

Épluchez les pommes et les couper en petits morceaux ; émincer les échalotes et l'ail.

Saisissez les morceaux de viande dans l'huile chaude. Ils doivent être bien dorés des deux côtés. Réservez-les dans une assiette.

Faire revenir les échalotes, l'ail puis les pommes dans la même poêle avec un peu d'huile. Laissez cuire 10 mn en remuant bien pour laisser les pommes cuire uniformément. Salez et poivrez à votre convenance, saupoudrer avec du curry (selon le goût).

Ajoutez la crème fraîche en mélangeant bien, faire chauffer le tout. Si la sauce est trop épaisse - rectifiez-la avec un peu d'eau.

Feuilletées aux jambon et figes d'Annick (Le Bardon)

Ingrédients :

- 1 pâte feuilletée
- 200g fromage à la crème (Philadelphia ou mascarpone)
- 200g de gruyère râpé
- Confiture de figes



Préchauffez le four à 210 ou th 7

Étalez la pâte. Passez le fromage au micro-ondes pour qu'il soit plus facile à étaler.

Couvrez la pâte avec le fromage, posez ensuite les tranches de jambon, puis la confiture de figes, parsemez de gruyère râpé.

Roulez la pâte feuilletée et sa garniture (mettre un peu au congélateur pour les découper en rondelles plus facilement).

Posez ensuite sur une plaque recouverte de papier sulfurisé.

Mettre au four pour plus ou moins 20 mn.

Servez chaud, tiède ou froid selon vos goûts.

Gâteau chocolat / pois chiche de Svetlana

Ingrédients :

- 2-3 œufs
- 100 gr de sucre
- 1 yaourt
- 125 gr de farine de pois chiche
- 125 gr de farine de froment
- 100 gr de beurre
- 200 gr de chocolat noir
- 1 sachet de levure chimique
- Sucre vanillé



Préchauffer le four à 180 °C.

Dans un saladier battre des jaunes d'œufs et le sucre, ajouter le yaourt, mélanger. Ajouter les 2 farines, la levure, la vanille et bien mélanger. Ajouter le chocolat et le beurre fondu au bain marie. Verser dans le moule beurré. Faire cuire pendant 30 - 40 min.

Gâteau sucré aux pommes de terre d'Isabel (Meung-sur-Loire)

Ingrédients :

300g de pomme de terre
120 g de beurre
3 œufs
150 g de sucre + 20 g
125 g de poudre d'amandes
1 zeste d'un citron non traité
1 petit verre de jus d'orange
2 c à s de farine pour le moule
1 pincée de sel fin.



Préparation:

Préchauffer le four à 180°.

Lavez les pommes de terre. Faites les cuire dans une casserole d'eau froide non salée 15 à 20 min à partir de l'ébullition. Égouttez-les, épluchez-les, passez-les au moulin à légumes pour obtenir une purée.

Ajoutez les jaunes d'œufs, 100 g de beurre coupés en petits morceaux, le sel, la poudre d'amandes, 150 g de sucre, le zeste râpé du citron et le jus d'oranges.

Mélangez l'ensemble pour obtenir une pâte onctueuse à laquelle vous ajouterez les 3 blancs d'œufs fouettés en neige ferme.

Beurre un moule à charlotte avec le beurre restant, puis fariner-le légèrement.

Versez la préparation dans le moule. Saupoudrez le dessus du gâteau avec les 20g de sucre restants. Enfournez pour 45 minutes.

Vérifiez la cuisson avec une aiguille à brider qui doit ressortir sèche. Démoulez le gâteau sur une grille.

Servez froid avec une compote de fruits, une mousse au chocolat ou une crème anglaise ou coulis de fruits rouges ou confiture.

Gâteau de patates douces de Barbara (Meung-sur-Loire)

Ingrédients :

- 800 gr de patates douces
- Le jus de 2 citrons verts
- 3 œufs
- 150 gr de sucre
- 250 gr de beurre mou
- $\frac{1}{2}$ c. à c. de cannelle en poudre
- 1 c. à c. d'extrait liquide de vanille
- 4 c. à s. de rhum



Laver et éplucher les patates douces. Les couper en morceaux et les faire tremper 10 min dans l'eau additionnée de jus de 1 citron. Egoutter.

Cuire les patates douces 20 min dans l'eau salée.

Préchauffer le four à 150 °C.

Réduire les patates douces en purée. Incorporer les œufs à la purée encore chaude. Ajouter le sucre et 230 g de beurre pommade. Mélanger. Aromatiser avec du jus du citron restant, la cannelle, la vanille et le rhum. Mélanger.

Beurrer le moule et y verser la préparation. Enfourner et cuire 20 min. vérifier la cuisson et enfonçant la lame d'un couteau au centre du gâteau : elle doit ressortir propre.

Gâteau de pates de Sandrine (Meung-sur-Loire)

Ingrédients :

- 150 g de coquillettes
- 300 g de jambon
- 3 œufs
- 30 cl crème
- 150 g de gruyère râpé
- 40 g de beurre
- sel, poivre



Préchauffer le four à 150°C (th 5).

Cuire les pâtes à l'eau bouillante salée puis les égoutter.

Hacher le jambon et l'ajouter aux œufs battus avec la crème et les pâtes. Incorporer le fromage râpé, saler, poivrer.

Verser la préparation dans un moule beurré et enfourner pour 30 min de cuisson.

Démouler avant de servir.

Madeleines aux carottes / betteraves de Cécile (Meung-sur-Loire)

Ingrédients:

- 100 g de beurre,
- 2 œufs,
- 100 g de sucre,
- 120 g de farine,
- 60 g de betterave crue râpée
- 60 g de carotte crue râpée

Mélangez les œufs entiers dans une terrine avec le sucre, fouettez jusqu'à ce que le mélange blanchisse, ajoutez la farine, le beurre fondu et la betterave râpée.

Laissez reposer la pâte pendant 1 heure.

Préchauffez le four th. 6 (180°C). Remplissez les moules aux 3/4.

Laissez cuire pendant 10 min environ jusqu'à ce que le dessus soit joliment doré.

Démoulez aussitôt et laissez tiédir avant de déguster.



Omelette sucrée aux pommes de Nathalie (St Ay)

Ingrédients :

- 3 pommes
- 4 œufs
- 1 demi-verre de lait ou de crème fraîche
- 3 ou 4 cuillères à soupe de sucre
- 1 noix de beurre



Eplucher les pommes et les couper en petits dés.

Dans une poêle, faire fondre le beurre et ajouter les pommes. Les laisser cuire doucement jusqu'à ce qu'elles ramollissent et soient légèrement colorées.

Ajouter 2 cuillères à soupe de sucre, bien mélanger.

Préparer l'omelette en battant les œufs avec le reste du sucre et le lait (ou la crème).

Verser le tout dans la poêle avec les pommes. Cuire à feu doux quelques minutes.

Servir immédiatement.

Pizza chocolat / bananes de Patricia (Meung-sur-Loire)

Ingrédients :

- 1 pâte à pizza
- 1 petit pot de Nutella
- 2 bananes
- Vermicelles pour le décor



Préchauffer votre four à 220 °c

Étaler la pâte à pizza et la faire cuire au four 10 min environ, jusqu'à ce que votre pâte soit dorée.

À la sortie du four étaler le Nutella sur la pâte.

Ajouter les bananes coupées en rondelles.

Parsemer de vermicelles au chocolat et déguster encore tiède.

Petit conseil : faire des mini-pizzas avec un verre - c'est plus pratique à découper et à manger.... Et plus joli !

Pruneaux au lard de Sandrine (Meung-sur-Loire)



OU



Enrouler le pruneau avec une 1/2 tranche de lard. Faire gratiner au four ou à la poêle. Déguster chaud. Variante : on peut utiliser des abricots secs (idée de Karine, Meung-sur-Loire).

Petite salade sucrée de carottes de Svetlana

Ingrédients :

Carottes

Yaourt brassé nature ou fromage blanc

Sucre en poudre ou miel liquide



Râper les carottes sur une grille fine. Déposer les carottes râpées dans un ramequin, mettre un peu de yaourt, saupoudrer de sucre ou arroser avec un peu de miel. Déguster en dessert !

On peut ajouter des raisins secs ou/et des noix hachées. Mais aussi on peut mélanger la carotte râpée avec la pomme râpée

Tartine de chèvre au miel de Patricia (Meung-sur-Loire)

Ingrédients :

- tranches de pain,
- bûche de chèvre,
- miel

Déposer sur les petites tartines des morceaux de fromage, arroser avec du miel selon le goût.

Déguster !!!

Variante : on peut saupoudrer avec du cumin ou/et le thym et faire gratiner au four.



Verrines betteraves / fromage blanc / fines herbes

Ingrédients :

- 100 g de betterave cuite
- 100 g de fromage type Boursin
- 100 g de crème fraîche
- Cumin, moutarde
- Fines herbes : ciboulette, persil, aneth
- 200 ml de fromage blanc
- Concombre coupé en dès



Mixez ensemble la betterave, la crème et le fromage + cumin et moutarde.

Mélanger le fromage blanc et les fines herbes + sel et poivre.

Assemblage :

Purée de betterave

Fromage blanc aux fines herbes

Dès de concombre

Mettre au frais avant de servir.

Verrines pomme / spéculoos

Ingrédients :

- 2 pommes et 2 poires
- 2 c à s de sucre (dont 1c à s pour le fromage blanc)
- 300 gr de fromage blanc 20 %
- 8 spéculoos
- 200 ml d'eau
- Gelée de groseilles



Faire une compote maison ou utiliser une compote toute faite.

Ecraser les spéculoos.

Mélanger le sucre et le fromage blanc.

Assemblage :

Gelée de groseilles

Compote

Fromage blanc sucré

Spéculoos écrasés

Mettre au frais puis déguster !