

Contenu du panier

- Scarole
- Céleri rave
- Courgettes
- Poireaux
- Carottes

Paniers de plus de 1 part : artichauts

Kig ha legumaj

Paniers de la semaine 42 (du 13 au 19 octobre 2008)

**Attention : il n'y aura pas de livraison la semaine 44
(du 27 octobre au 2 novembre)**

Reprise la semaine 45 (du 3 au 9 novembre)

Céleri rave

Tout le monde a des souvenirs (bons ou mauvais) de céleri rémoulade, mais peu de gens l'ont consommé autrement. Pourtant le céleri peu s'accomoder de diverses façons :

Cru : rapé, accompagné de radis noir et de carotte, également rapés, de quelques grains de raisin secs (que l'on aura fait tremper au préalable) et d'une sauce à la crème fraîche pour adoucir un peu ces deux fortes saveurs.

Cuit : en purée (avec moitié pomme de terre par exemple), en chips (les fariner avant de les tremper dans la friture), en flan, en potage etc...

Crème de céleri au vert de poireau

1 céleri, le vert d'un poireau, un gros oignon, 1oeuf, crème fraîche, sel poivre et muscade

Détailler le céleri en cube (conserver les feuilles pour aromatiser un pot au feu ou un rûgout), émincer l'oignon et le vert du poireau. Verser le tout dans environ 1,5 l d'eau. Faire cuire une vingtaine de minute (il faut que le céleri soit bien cuit). 5 mn avant la fin de la cuisson, assaisonner (sel, poivre et muscade).

Bien mixer lorsqu'il est cuit.

Fouetter 1 oeuf avec la crème fraîche (quantité suivant les goûts). Rajouter cette préparation hors du feu et servir avec des croutons au beurre.

Flan de courgettes

Ingrédients : 500 g de courgettes - 2 branches de thym - 4 oeufs - Sel - Poivre - 1 gousse d'ail - 1 oignon

1. Faire cuire à la vapeur les courgettes coupées en tronçons pendant 5 minutes, avec les branches de thym.

2. Mixer les courgettes, l'oignon, et l'ail.

3. Saler et poivrer généreusement, ajouter les oeufs, mixer.

4. Verser dans un moule à cake tapissé de papier sulfurisé.

5. Faire cuire 30 minutes à 150°.

6. Laisser refroidir, et servir bien frais avec une sauce tomate et quelques crevettes roses.

Tatin de carottes

1 pâte brisée, 10 carottes, 1 cuillère à café de graines de cumin, 1 noix de beurre, 1 cuillère à café de sucre, sel, poivre du moulin

Cuisez les carottes à la vapeur pendant 10 min puis coupez-les en grosses rondelles.

Faites fondre le beurre dans un moule à tatin, placez-y les carottes et saupoudrez de sucre et de graines de cumin.

Étalez la pâte et déposez-la sur les carottes, puis enfournez pour 25 min dans un four chaud à 180° (thermostat 5).

Attendez quelques instants après la sortie du four pour démouler votre tarte en la retournant sur un plat.