



Recettes du lundi 11 mai 2020

Carpaccio de bœuf

100 gr de carpaccio de Dominique et Carine

1 jeune oignon

Herbes aromatiques

1 citron bio (réserver le zeste pour demain !)

Huile d'olive ; sel et poivre

Préparer la vinaigrette avec l'huile, le jus d'1/2 citron, les herbes, sel et poivre. Disposer la viande et arroser-la de la vinaigrette. Laisser mariner au frigo 1 à 2h.

Batavia aux lardons

150 gr lardons de Dominique et Carine

1 Batavia de la Bosse Jauque

1 jeune oignon et fines herbes

1 œuf

Cerneaux de noix (dans la barquette des fines herbes)

Huile de noix ou d'olive, vinaigre de cidre, moutarde, sel et poivre

1 pomme de terre

Laver, égoutter et découper la salade. Préparer la vinaigrette avec l'huile, la moutarde, le vinaigre et assaisonner.

Roussir les lardons dans une poêle. Faire bouillir de l'eau salée avec 2 cuillères à soupe de vinaigre. Pocher l'œuf en le plongeant dans l'eau bouillante à l'aide d'une cuillère ou d'un tamis ; laisser cuire 3 à 4 minutes.

Cuire la pomme de terre. **Disposer** l'œuf sur la salade assaisonnée, ajouter les lardons, les noix et la pomme de terre

Riz au lait de St Marcoult

Bon Appétit !



Mardi 12 mai 2020

Soupe de chou-fleur à l'indienne

1 morceau de chou-fleur de la ferme de la Bosse Jauque

1 pomme de terre

50 ml crème fraîche de St Marcoult

Epices de cumin, coriandre et curcuma

1 oignon ; 1 c à café de gingembre râpé ou coupé

250 ml d'eau ; sel et poivre ; piment (facultatif)

Eplucher et couper les oignons, pommes de terre. Détacher les bouquets de chou-fleur et soupoudrer de gingembre râpé. Faites chauffer l'huile et y faire fondre l'oignon puis rajouter les pdt et le chou-fleur, les épices (quantité au choix) et 250 ml d'eau salée. Porter à ébullition, couvrir et laisser cuire doucement pendant 20 minutes. Mixe, assaisonner et rajouter la crème fraîche.

Pain de viande à l'italienne (Polpettone)

150 gr de viande hachée de chez Dominique et Carine

1 trnache de pain rassis

20g de parmesan râpé et 25gr de feta

1 œuf

Persil ; ail

Zest de citron bio

Noix de muscade, sel et poivre

3 croquettes de pomme de terre de Thoricourt

Préchauffer le four à 180°. Mixer le pain avec l'ail, le persil et 2 càs de lait. Ajouter la viande, le zeste de citron, le parmesan et la noix de muscade. Incorporer l'oeuf et mélanger jusqu'à obtenir une pâte homogène et rajouter les dés de feta.

Façonner votre pain de viande et mettre au four pendant +/- 30 minutes.

Déguster avec les croquettes de pomme de terre et un peu de salade (facultatif)

Fraises de la ferme du Beauregard

Bon Appétit !



Recette du mercredi 13 mai 2020

Mini burger de lentilles

50 gr de lentilles

1 carotte

1 échalote

Curry rouge

Ail et Persil

Huile d'olive et marjolaine origan slow

Laver les lentilles, couper la carotte, l'échalote et l'ail. Faites revenir l'échalote, rajouter les lentilles, la carotte et les herbes. Cuire à feu doux avec un fond d'eau (bien vérifier) pendant 20 minutes.

Ecraser le mélange jusqu'à ce qu'il soit un peu compact. Faites un burger ou une boulette et déguster.

Traditionnel « Américain du Chef », frites

Américain du chef de chez Guissa

Assortiment de salades de la Bosse Jauque

1 échalote

2 pommes de terre

Sel et poivre

Préparer l'américain en y rajoutant éventuellement des câpres.

Eplucher et découper les frites. Passer-les une 1^{ère} fois dans la friteuse, réserver.

Laver la salade et couper l'échalote en petits morceaux. Préparer une vinaigrette au choix et rajouter à la salade.

1 Tiramisu au speculoos des Douceurs d'Amandine

Bon Appétit !


Slow Food[®]
Les Saveurs de Silly



Recettes du jeudi 14 mai 2020

Pâté de volaille de Gibecq et petits légumes

1 tranche de pâté de volaille de Gibecq

Chou-fleur

1 carotte et 1 cornichon

Sel et poivre

Fusilli aux asperges comme en Italie

150 gr de Fusilli

150gr d'asperges vertes de Mr Longlune

1 tranche de jambon cru

Basilic

Fromage sec râpé

1 gousse d'ail ; sel, poivre et muscade

Couper les extrémités des asperges, retirer les pointes et les couper dans le sens de la longueur et le reste des tiges en tranches de 1 cm.

Dans une poêle, faire revenir les tranches de jambon jusqu'à ce qu'elles deviennent croustillantes. Réserver-les. Faites sauter les tranches d'asperges 2 minutes rajouter le basilic et un peu d'eau afin qu'elles blanchissent pendant 5 minutes. Cuire les pâtes dans de l'eau salée, égoutter-les et les rajouter dans la poêle des asperges blanchies et mélanger. Rajouter les pointes d'asperges, le jambon croustillant, le fromage, de l'huile d'olive et quelques feuilles de basilic

Compote de rhubarbe

Bon Appétit !



Recettes du vendredi 15 mai 2020

Croquette de fromage de Thoricourt

1 croquette

Cressonnette

Huile d'olive

Sel et poivre

Laver la cressonnette et l'assaisonner.

Cuire la croquette de fromage

A déguster ensemble.

Poulet cocotte grand mère

1 morceau de poulet de Gibecq

3 pommes de terre grenailles

50 gr de champignons

1 navet

1 oignon ; ail et herbes

Sel, poivre et muscade

Préchauffer le four à 180°. Mettre dans un plat allant au four, le poulet, l'oignon les pdt, les herbes et l'ail. Laisser cuire 15 minutes, puis rajouter les champignons et le navet ; vérifier la matière grasse, assaisonner et réenfourner 10 minutes.

1 Surprise !

Bon Appétit !