



Journal du 29/01/2014



## Recettes de la semaine

### Tartiflette aux carottes

*Ingrédients (pour deux personnes) : 400g de carottes / 1 oignon / 1 c. à soupe bombée de persil haché /  $\frac{1}{2}$  reblochon / 150g de lardons fumés / 2 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse / sel et poivre.*

*Préparation : Préchauffer le four à 225°C (thermostat 7-8). Couper les carottes en rondelles et les faire cuire à la vapeur pendant 20 minutes. Faire rissoler les lardons et l'oignon émincé dans une sauteuse sans ajout de matière grasse puis ajouter les carottes, saler, poivrer et saupoudrer de persil. Laisser cuire 5 minutes sur feu doux. Verser la préparation dans un plat à four et recouvrir du fromage coupé en lamelles. Enfourner pour 15 minutes de cuisson, le dessus du plat doit être bien doré.*

### Tarte aux poireaux

*Ingrédients (pour quatre personnes) : 1 rouleau de pâte brisée / 4 blancs de poireaux / 150g de gorgonzola / 4 œufs / 30 cl de crème liquide entière / 40g de pignons de pin / 4 pincées de sel fin / 4 tours de moulin à poivre / 20g de gros sel.*

*Préparation : Porter un grand volume d'eau à ébullition avec le gros sel. Laver les poireaux, puis les cuire dans l'eau bouillante pendant 15 min. Les égoutter, puis les tailler en tronçons de 2,5 cm de long. Mixer ensemble le fromage et les œufs, ajouter la crème, le sel et le poivre afin de réaliser l'appareil à flan. Préchauffer le four à 200 °C. Dérouler le fond de pâte dans un moule à tarte, puis le garnir de poireaux et recouvrir le tout de flan.*

*Enfourner pendant 25 min environ. Placer les pignons dans un autre plat et les dorer légèrement au four.*

*En parsemer la tarte à la sortie du four.*

### Galettes de pommes de terre

*Ingrédients (pour 4 personnes) : 7 grosses pommes de terre / 3 oignons / 1 œuf / 3 cuillères à soupe de farine / sel et poivre / huile.*

*Préparation : Éplucher les potatoes de terre et l'oignon et les râper finement. Il faut retirer l'excédent d'eau. Ajouter la farine, l'œuf, un peu de sel et de poivre. Bien mélanger l'ensemble. Dans une poêle, porter à ébullition un peu d'huile puis y déposer 4 cuillères à soupe de la préparation. Faire bien dorer les galettes d'un côté, les retourner et laisser dorer sur l'autre face. Les sortir. Recommencer jusqu'à épuisement de la pâte. Disposer les galettes sur un plat de service. Les servir bien chaudes avec une sauce aux champignons.*



## Les légumes de la semaine



**Paniers simples:** Pommes de terre Artémis (1kg), dix pièces de poireaux, carottes (1kg), deux pièces de betteraves

**Paniers doubles:** Pommes de terre Artémis (2kg), quinze pièces de poireaux, carottes (2kg), une portion de courge, épinard (500 gr)

**Merci de bien vouloir penser à rapporter les caisses appartenant aux potagers !!**