

# La feuille de chou



Journal du 05/02/2014



## Recettes de la semaine

### Gratin aux carottes, pomme de terre et lardons

*Ingrédients (pour 4 personnes) : 4 carottes / 4 pomme de terre / 30g de lardons fumés / 20cl de crème liquide / 30cl de lait demi-écrémé / 100g d'emmental râpé.*

*Préparation : Faire dorer les lardons puis les égoutter dans du papier absorbant pour en extraire le maximum de graisse. Laver, éplucher et couper les légumes en rondelles assez fines. Beurrer le plat et y disposer les légumes et les lardons. Assaisonner. Mélanger le lait et la crème. Placer le mélange dans le plat. Saupoudrer d'emmental. Placer au four à 210°C (thermostat 6-7) pendant 1 heure environ.*

### Fondue aux poireaux

*Ingrédients (pour 4 personnes) : 600g de blancs de poireaux / 30g de beurre / 1 c. à soupe de moutarde de Dijon / 2 c. à soupe de crème fraîche / 2 c. à soupe de jus de citron / sel et poivre au moulin.*

*Préparation : Coupez les poireaux en deux et recoupez-les en tronçons. Lavez soigneusement. Faites fondre le beurre dans une casserole, ajoutez les poireaux, mélangez, couvrez et faites cuire à feu très doux pendant 25 mn environ, en remuant de temps en temps. Après 25 mn de cuisson, ajoutez le jus de citron, la moutarde et la crème aux poireaux, salez légèrement, poivrez et mélangez bien. Couvrez et laissez cuire encore 10 mn à feu doux.*

### Poêlée de champignons et d'oignons

*Ingrédients (pour 10 personnes) : 1kg de champignons de Paris / 4 oignons / 1 gousse d'ail / huile d'olive / cumin, muscade, sel, poivre.*

*Préparation : Épluchez puis découpez finement les oignons. Nettoyez et découpez les champignons s'ils sont frais, sinon égouttez-les. Versez 3 ou 4 cuillères à soupe d'huile d'olive dans une grande poêle non adhésive. Laissez bien chauffer l'huile puis ajoutez les oignons découpés et laissez-les cuire jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés. A ce moment, ajoutez les champignons, 1 cuillère à café de cumin, 2 pincées de muscade, du sel et du poivre à votre convenance. Laissez mijoter l'ensemble environ 5 minutes et servez chaud.*



## Les légumes de la semaine



**Paniers simples:** Pommes terre Kuroda (1kg), cinq pièces de poireaux, carottes (1kg), oignons (500g).

**Paniers doubles:** Pommes de terre Kuroda (2kg), dix pièces de poireaux, carottes (2kg), oignons (1kg).

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