



La recette préférée de mon fils:

les lasagnes aux épinards

- des épinards frais ou congelés
- un fromage de chèvre frais
- des feuilles de lasagnes
- de l'ail, sel, poivre, thym
- du fromage râpé
- des lardons / noix : noisettes (facultatif)

POÊLEZ LES ÉPINARDS DANS DU BEURRE À FEU VIF, APRÈS LES AVOIR PRÉPARÉS (LAVEZ ET ÔTEZ LA GROSSE NERVURE SI NÉCESSAIRE).

VOUS POUVEZ AJOUTER À VOTRE CONVENANCE DES LARDONS, DES NOIX, OU DES NOISETTES CONCASSÉES. QUAND LES ÉPINARDS ONT RENDUS LEUR EAU (DEUX À TROIS MINUTES), SALEZ LÉGÈREMENT, POIVREZ. METTEZ-LES DE CÔTÉ, DANS UN BOL.

DANS RÉCIPENT, ÉCRASEZ 2 GOUSSES D'AIL, VERSEZ UN PETIT FILET D'HUILE D'OLIVE SALEZ, AJOUTEZ QUELQUES PINCÉES DE THYM ET MÉLANGEZ AVEC UN FROMAGE DE CHÈVRE FRAIS ENTIER. DÉTENDRE LE MÉLANGE AVEC UN PEU DE CRÈME LIQUIDE.

DANS UN PLAT CARRÉ, OU RECTANGULAIRE, ALLANT AU FOUR, DISPOSEZ DES FEUILLES DE LASAGNES, (ÉVITEZ DE TROP LES SUPERPOSER). ÉTALEZ UNE PART DES ÉPINARDS (LA MOITIÉ OU UN TIERS SUIVANT LE NOMBRE DE COUCHES QUE VOUS ALLEZ FAIRE, 2 OU 3), RECOUVREZ D'UNE COUCHE DE CRÈME AU FROMAGE, DÉPOSEZ DE NOUVEAU DES FEUILLES DE LASAGNES ET RECOMMENCEZ À DÉPOSER DES ÉPINARDS PUIS DE LA CRÈME. POUR TERMINER, UNE DERNIÈRE COUCHE DE FEUILLES DE LASAGNES ET UNE BONNE COUCHE DE FROMAGE RÂPÉ AVEC DE LA CRÈME. FAITES DORER AU FOUR CHAUD (180-200°C) PENDANT ENVIRON 20 MINUTES.

Mon conseil perso: la Raclette ce n'est pas qu'avec des pommes de terre

POUR VOTRE PROCHAINE RACLETTE CET HIVER FAITES CUIRE UN CHOU-FLEUR POUR CE JOINDRE À VOS POMMES DE TERRE. ENCORE MEILLEUR LES TOPINAMBOURS, CERTES DIFFICILES À ÉPLUCHER, FAITES LES CUIRE À LA VAPEUR OU BOUILLIS, ILS SERONT DÉLICIEUX AVEC LE FROMAGE À RACLETTE. LES NAVETS PEUVENT SE PRÊTER AU JEU AUSSI. PAR CONTRE JE VOUS DÉCONSEILLE LES CAROTTES!

La mal aimée : la blette

JE VOUS PROPOSE DE RÉHABILITER LES BLETTES AVEC CES DEUX RECETTES .

BEIGNETS DE BLETTES

- 400 G DE FEUILLES DE BLETTES LES TIGES BLANCHES OTEES
- 30 G DE PERSIL PLAT
- 20 G DE CORIANDRE
- 20 G D'ANETH
- 1 1/2 C.C DE NOIX DE MUSCADE RÂPEE
- 1/2 CC DE SUCRE
- 3 C S DE FARINE
- 2 GOUSSES D'AIL ECRASÉES
- 2 OEUFS
- 80 G DE FETA EN PETITS MORCEAUX
- 6 CL D'HUILE D'OLIVE
- 4 QUARTIERS DE CITRON

PLONGER LE VERT DES FEUILLES DE BLETTES DANS L'EAU BOUILLANTE SALÉE. LAISSEZ CUIRE 5 MINUTES.

ÉGOUTTEZ LES FEUILLES ET ESSOREZ-LES JUSQU'À CE QU'ELLES SOIENT SÈCHES.

MIXER AVEC LES HERBES, LES ASSAISONNEMENTS, LES ŒUFS ET LA FARINE. RÉDUISEZ LE TOUT EN UNE PÂTE LISSE, INCORPOREZ ENSUITE LA FETA.

FAIRE CHAUFFER L'HUILE DANS UNE POÊLE. METTEZ UNE CUILLERÉE À SOUPE DE PÂTE DANS LA POÊLE, APPUYEZ AVEC LE DOIGT POUR APLATIR LE BEIGNET, ENVIRON 7 CM DE LONG POUR 1 CM D'ÉPAISSEUR.

CUIRE 3 OU 4 MINUTES RETOURNEZ LE BEIGNET PENDANT LA CUISSON, IL DOIT ÊTRE COLORÉ. DÉPOSEZ SUR DU PAPIER ABSORBANT. SERVIR CHAUD AVEC DES QUARTIERS DE CITRONS.

VARIANTE:

LES ÉPINARDS REMPLACE AISÉMENT LE VERT DES BLETTES:

DOUBLEZ LA QUANTITÉ ET FAITES-LES REVENIR DANS UNE POÊLE AVEC DU BEURRE, AU LIEU DE LES FAIRE BOUILLIR

BLETTES AU TAHINI, AU YAOURT ET AU PIGNONS DORES

- 1,3 KG DE BLETTES
- 40 G DE PIGNONS DE PIN
- 2 PETITES GOUSSES D'AIL
- 6 CL DE VIN BLANC SEC
- 40 G DE BEURRE DOUX
- DE L'HUILE D'OLIVE
- SEL, POIVRE

SAUCE TAHINI ET YAOURT

- 50 G DE TAHINI (CRÈME DE SÉSAME)
- 50 G DE YAOURT GREC
- 2 C.À SOUPE DE JUS DE CITRON
- 1 GOUSSE D'AIL ÉCRASÉE
- PAPRIKA POUR LE DÉCOR (FACULTATIF)

PRÉPAREZ LA SAUCE: VERSEZ TOUS LES INGRÉDIENTS DANS UN SALADIER, AVEC 2 C. À SOUPE D'EAU ET UNE PINCÉE DE SEL. REMUEZ BIEN AVEC UN PETIT FOUET, JUSQU'À OBTENIR UNE PÂTE LISSE ET MI-FERME. GARDEZ AU FRAIS.

AVEC UN COUTEAU POINTU, SÉPAREZ LES TIGES DES BLETTES DES FEUILLES VERTES ET COUPEZ-LES EN MORCEAUX DE 2 CM DE LARGE. PLONGEZ LES TIGES DANS UNE CASSEROLE D'EAU SALÉE BOUILLANTE, CUIRE 2 MINUTES À PETIT BOUILLON, INCORPOREZ LES FEUILLES ET LAISSEZ 1 MINUTES ENCORE. ÉGOUTTEZ ET RINCEZ SOUS L'EAU FROIDE DU ROBINET. LAISSEZ L'EAU S'ÉGOUTTER ET AVEC VOS MAINS, PRESSEZ BIEN LES BLETTES JUSQU'À CE QU'ELLES SOIENT BIEN SÈCHES.

FAITES CHAUFFER À FEU MOYEN DANS UN POÊLE LA MOITIÉ DU BEURRE ET L'HUILE D'OLIVE, Y FAIRE REVENIR PENDANT 2 MINUTES LES PIGNONS. RETIREZ LES PIGNONS, METTEZ L'AIL DANS LA POÊLE, LAISSER CUIRE 1 MINUTES . VERSEZ DÉLICATEMENT LE VIN, LE FAIRE RÉDUIRE (ENVIRON UN TIERS DE SON VOLUME). AJOUTEZ LES BLETTES , LE RESTE DU BEURRE ET LAISSER CUIRE 2 OU 3 MINUTES, REMUEZ DE TEMPS EN TEMPS JUSQU'À CE QUE LES BLETTES SOIENT CHAUDES. ASSAISONNEZ AVEC 1/2 C. À CAFÉ DE SEL ET DU POIVRE NOIR.

RÉPARTISSEZ LES BLETTES DANS LES BOLS, GARNISSEZ DE SAUCE AU TAHINI ET PARSEMEZ DE PIGNONS DE PIN. POUR FINIR ARROSEZ D'HUILE D'OLIVE ET SAUPOUDREZ DE PAPRIKA.