



**Cette semaine grâce au panier, je vous propose quelques recettes « terroir », pour commencer une tatin d'oignon, puis une « râpée ardéchoise » ensuite une poêlée de céleri aux crevettes et pour finir une poire confite au caramel.**

**Bon appétit !**

*Océane*

**Cette semaine au menu :**

- tatin d'oignons
- râpée ardéchoise
- poêlée de céleri aux crevettes
- poire confite au caramel

Recette d'Océane

Tatin d'oignon :

Pour 6 personnes

1 pâte feuilletée

6 a 8 oignons

60 g de beurre

2 cuillères à soupe de sucre

Thym

Sel, poivre



Préchauffer le four à 200°C (th.7).

Éplucher les oignons, les couper en tronçons d'un centimètre.

Dans une sauteuse, faire cuire les oignons dans le beurre moussé.

Ajouter le sucre. Poursuivre la cuisson jusqu'à caramélisation puis laisser reposer.

Déposer les tronçons d'oignons dans le fond du moule (préalablement beurré généreusement), les serrer. Saler et poivrer. Disposer la pâte, en prenant soin de bien la glisser à l'intérieur du moule.

Réduire la température du four à 180°C (th.6), enfourner et cuire 25 minutes environ.

Démouler sur un grand plat, parsemé de thym, servir tiède.

Recette d'Océane

Galette de pommes de terre ou « râpée ardéchoise »

Pour 4 à 6 personnes

4 pommes de terre

1 cuillère à soupe de farine de blé

1 cuillère à soupe d'huile de tournesol

2 œufs

2 oignons

2 pincées de sel et de poivre

Ciboulette (ou autre herbes aromatique)

Éplucher les pommes de terre et oignon. Puis râpez-les.

Presser la préparation entre les mains pour retirer le maximum de jus.

Ajouter à l'ensemble les œufs et la farine pour donner plus de consistance. Salez et poivrez, ajouter les herbes.

Dans une grande poêle, versez une cuillère d'huile. Chauffez. À l'aide d'une grande cuillère, disposez la préparation dans la poêle pour obtenir des galettes. (Vous pouvez faire une grosse galette, de la taille de la poêle, ou bien formez des petites galettes individuelles, style blinis.)

Retourner de temps en temps les galettes afin d'avoir une cuisson parfaite.

Sortez-les de la poêle lorsqu'elles sont « bronzées » et encore moelleuses au cœur.

Ajoutez une pincée de sel et server.

Vous pouvez améliorer la recette en ajoutant des lardons, ou des courgettes (râpées), un peu de fromage....

Servez cette galette avec une petite salade verte, assaisonnée avec de l'huile de noix, une assiette de charcuterie régionale...

Recette d'Océane



Poêlée de céleri, carottes et crevettes :

6 personne(s)

400g de carottes

Céleri branche

Ciboulette

Huile d'olive

Eau

Sel, piment de cayenne

Sésame

Décortiquer les crevettes, faire chauffer de l'huile dans la poêle, quand elle est bien chaude, saisir les crevettes, assaisonner-les avec sel, piment, (si vous avez-vous pouvez mettre un peu de sauce soja (dans ces cas-là, mettez moins de sel), puis saupoudrer de sésame. Réserver.

Éplucher les carottes et les émincer finement. Effeuille le céleri et conserver les feuilles. A l'aide d'un couteau, retirer les fils des branches, puis émincer le céleri en fines lamelles. Émincer finement la ciboulette ainsi que les feuilles de céleri.

Dans un wok ou dans une poêle chaude, mettre 2 cuillères à soupe d'huile d'olive et ajouter les carottes. Saler et mélanger, puis ajouter le céleri et saler à nouveau.

Ajouter un peu d'eau, puis cuire à couvert jusqu'à complète évaporation.

Mettre alors les crevettes, la ciboulette et les feuilles de céleri.

Servir et déguster !

Recette d'Océane



## Poire confite au caramel beurre salé et sa tuile

### Pour 6 personnes

6 Poires

100g Sucre

30g Beurre salé

20 cl de Crème liquide entière

Pour la confection des tuiles :

2 cl Jus d'orange

25g Farine

70g Sucre glace

25g Amandes hachées

20g Beurre doux

Préchauffer le four à 180 °C.

Éplucher les poires, couper les en deux, évider les.

Dans une cocotte, faire cuire le sucre à l'état de caramel sans remuer. Ajouter ensuite le beurre salé, puis recuire avec la crème liquide (chaude !).

Disposer les poires dans la cocotte, puis porter à ébullition. Mettre le couvercle, puis cuire au four durant 10 à 15 min suivant la maturité des poires (si vous n'avez pas de cocotte allant au four, mettez les poires dans un plat puis couvrez avec de l'alu). A l'aide d'un couteau, les piquer pour s'assurer de la cuisson.

Une fois cuite, réserver les.

Réaliser les tuiles :

Mélanger le sucre glace, la farine, les amandes hachées, le jus de fruit et le beurre. Déposer des tas suffisamment espacés les uns des autres sur une plaque de cuisson. Cuire dans un four à 200 °C pendant 6 à 8 min (attention à la coloration, il est préférable de rester près du four lors de la cuisson). A la sortie, laisser reposer quelques minutes. Décoller ensuite les tuiles et les réserver à plat.

Servir les poires tièdes, décorer avec la tuile. Vous pouvez accompagner ce dessert avec un peu de fromage blanc (ou faisselle), ou encore une crème glacée !