



Cette semaine, je vous ai préparé un menu d'après fêtes : timbales de poireaux au parmesan, une salade d'orange et céleri-rave aux oignons, des tagliatelles à la citrouille, et pour finir un fondant aux poires.

Bon appétit !

Océane

[Pour me joindre : crosoce@aol.fr](mailto:crosoce@aol.fr)

Timbales de poireaux au parmesan

8 poireaux
2 oignons
1 morceau de parmesan
4 tiges de cerfeuil
30 cl de crème liquide
3 oeufs
3 c. à soupe d'huile d'olive
Beurre
Sel, poivre



Épluchez et émincez les poireaux. Pelez et émincez les oignons. Lavez, séchez et effeuillez le cerfeuil. Réservez quelques pluches pour le décor, hachez le reste. Émiettez grossièrement le parmesan.

Faites chauffer l'huile dans une sauteuse.

Ajoutez les oignons et les poireaux émincés et faites-les suer à feu doux pendant 15 minutes en remuant régulièrement. Salez et poivrez.

Fouettez les oeufs et la crème dans un saladier. Assaisonnez. Ajoutez la préparation aux poireaux, le parmesan et le cerfeuil haché, mélangez bien.

Préchauffez le four th 7 (210°). Beurrez six ramequins.

Versez la préparation dans les ramequins. Posez les ramequins dans un plat à four, versez de l'eau dans le plat et couvrez de papier d'aluminium. Enfournez et faites cuire 30 minutes puis retirez le papier d'aluminium et poursuivez la cuisson 10 minutes.

Sortez les ramequins du four et du bain marie et servez aussitôt.

Salade d'orange et céleri-rave aux oignons

2 oranges

1/2 boule de céleri-rave

1 gros oignon rouge

8 brins d'aneth fraîche

2 c. à soupe de jus de citron

2 c. à soupe d'huile d'olive

Sel - poivre



Épluchez et émincez finement l'oignon rouge.

Épluchez et râpez le céleri-rave.

Pelez les oranges, retirez les fines membranes blanches et les filaments et coupez-les en rondelles.

Préparez la vinaigrette : Mélangez l'huile d'olive, le jus de citron, le sel et le poivre.

Ajoutez les oranges, le céleri et l'oignon. Mélangez et parsemez de brins d'aneth fraîche.

Servez.

Voici un mariage de saveurs qui va vous donner la pêche !

En effet, les oranges, comme la plupart des agrumes, sont riches en vitamine C, vitamine de la forme.

Le céleri est un excellent légume, il apporte en quantité importante des minéraux. Il est riche en fibres.

Voilà donc de quoi vous reminéraliser et vous revitaliser. Une recette à consommer sans modération !

Tagliatelles à la citrouille



500 g de citrouille

30 cl de bouillon de volaille

125 g de jambon de parme ou jambon italien

250 g de tagliatelles sèches

15 cl de crème fraîche épaisse

1 oignon émincé

2 gousses d'ail écrasées

Coupez la citrouille en dés de 1 cm.

Faites chauffer 3 cuillères à soupe d'huile d'olive dans une sauteuse ou une grande casserole. Ajoutez l'oignon et l'ail et faites revenir à feu doux pendant 3/4 min. Ajoutez le persil et continuer la cuisson 1 min.

Ajoutez les morceaux de citrouille et faites cuire à feu vif 2/3 min. Salez, poivrez et ajoutez la pincée de noix de muscade.

Ajouter les 2 tiers du bouillon (20 cl) et portez à ébullition.

Couvrez et laissez mijoter à feu vif pendant environ 10 min (en fait jusqu'à ce que la citrouille soit tendre). Ajoutez du bouillon en cours de cuisson si nécessaire.

Ajoutez le jambon et faites cuire 2 min.

Pendant ce temps faites cuire les tagliatelles dans une grande casserole d'eau en ébullition salée avec la cuillère d'huile restante et en suivant le temps indiqué sur le paquet de pâtes. Égouttez-les et transvasez-les dans le plat de service.

Ajoutez la crème au mélange de citrouille et de jambon et réchauffez en remuant. Recouvrez les tagliatelles de cette sauce et servez avec le parmesan râpé.

Fondant aux poires



125 g de farine

80 g de sucre

1/2 sachet de levure

2 oeufs

25 cl de lait d'amande sucré

40 g de margarine

3 ou 4 poires de taille moyenne

1 cac d'extrait de vanille liquide

Dans une grande jatte, mélanger la farine, la levure et le sucre.

Verser la moitié du lait et les oeufs, mélanger. Incorporer le reste de lait et le beurre fondu. Mélanger afin d'obtenir une pâte homogène.

Préchauffer le four à 210°C en four traditionnel.

Beurrer un moule a manqué avec de hauts bords.
Éplucher et couper les poires en lamelles épaisses.

Verser un peu de pâte dans le fond du moule, disposer les lamelles en rosaces en une couche. Recouvrir d'un peu de pâte et recommencer l'opération.

Enfourner pendant 20 minutes au milieu du four.

Ce fondant se sert aussi bien chaud avec une boule de glace à la vanille, que bien froid après un séjour au frigo

Une douceur aux poires entre clafoutis et fondant : une bonne manière de faire apprécier les poires aux enfants ! (peut-être réalisé avec d'autres fruits).