



Cette semaine grâce au panier, je vous ai préparé un menu aux couleurs du temps d'automne : un velouté orange pour commencer, un risotto de potiron, et en dessert : la tarte de cendrillon et une confiture de céleri.

Bon appétit !

Océane

Cette semaine au menu :

- velouté orange
- risotto de potiron
- tarte de cendrillon
- confiture de céleri branche

Velouté orange

6 personnes

500 gr de potiron ou de courge

1 oignon

1 gousse d'ail

1 bouillon de volaille

20 gr de beurre

2 portions de fromage aux herbes

Sel, poivre

Quelques feuilles de cerfeuil

Un peu de parmesan



Peler et couper les oignons en petits dés. Peler, épépiner et couper le potiron en cube.

Dans une sauteuse, faire revenir dans le beurre, la gousse d'ail, l'oignon et les cubes de potiron, ajouter de l'eau pour couvrir, saler, poivrer, et laisser cuire 20 minutes environ.

En fin de cuisson ajouter le bouillon de volaille.

Mixer le potiron en velouté, ajouter les deux portions de fromage aux herbes, rectifier l'assaisonnement si besoin, détendre avec un peu de crème si le velouté est trop épais.

Dresser en assiette creuse, décorer des copeaux de parmesan et des feuilles de cerfeuil, servir bien chaud



Risotto au potiron

6 personnes

500 g de riz Arborio

400 g de potiron

10 cl d'huile d'olive

1 l de bouillon de volaille

20 cl de vin blanc

Persil plat

80 g de parmesan

2 oignons

Sel, poivre

250 g de jambon cru

Peler et ciseler les oignons en petits dés. Peler, épépiner et couper le potiron en cube.

Préchauffer le four à 150 °C. Sur une plaque en silicone, étaler 6 tranches de jambon et enfourner pendant environ 10 min pour obtenir des tranches très croustillantes.

Émincer le reste du jambon en lamelles.

Dans une cocotte, mettre 1/3 de l'huile d'olive et faire suer les oignons avec un peu de sel fin, ajouter ensuite les cubes de potiron, puis faire cuire quelques minutes pour colorer légèrement. Ajouter alors le riz et le faire nacer pour obtenir un riz brillant et translucide. Déglacer avec le vin blanc. Laisser cuire pour que l'alcool s'évapore et ajouter le bouillon de volaille en plusieurs fois pour permettre au riz de gonfler, tout en mélangeant la préparation (18min). Une fois le risotto cuit, ajouter le jambon en lamelle, un peu de crème liquide si nécessaire, les $\frac{3}{4}$ du parmesan en copeaux, le persil plat ciselé, et mélanger. Rectifier l'assaisonnement en poivre et en sel si nécessaire.

Dresser en assiette creuse, décorer avec les chips de jambon cru et les copeaux de parmesan puis servir.

Recette d'Océane



Tarte de cendrillon (dessert)

1 rouleau de pâte brisée ou sucrée (fait maison c'est encore mieux !)

1 morceau de potiron (200 g environ)

1 c. à café de cannelle en poudre

1 orange

25 cl de crème fraîche

2 oeufs

100 g de sucre en poudre

1 c. à café de sucre cristal

Pressez le jus de l'orange, prélever les zestes, les faire blanchir (=mettre dans de l'eau jusqu'à ébullition (afin d'enlever l'amertume !))

Épluchez le potiron et coupez-le en petits dés, mettez-les dans une casserole, ajouter 50 g de sucre, le jus d'orange, les zestes et rajoutez de l'eau afin que le niveau de liquide soit au niveau du potiron. Faites cuire à feu doux en remuant de temps en temps jusqu'à ce que le liquide soit totalement évaporé et que le potiron soit légèrement caramélisé.

Retirez du feu et laissez tiédir. Puis passez le potiron au mixeur pour le réduire en une purée fine. Préchauffez le four th.7 (210°C). Déroulez la pâte et garnissez-en un moule beurré et piquez le fond avec une fourchette.

Dans un saladier, fouettez la crème avec les œufs, le sucre en poudre restant et la cannelle. Ajoutez-y la purée de potiron. Mélangez bien, versez la préparation dans le fond de tarte. Enfournez et faites cuire 20 à 25 min.

A la sortie du four, démoulez et laissez refroidir sur une grille. Au moment de servir saupoudrez de sucre cristal.



Confiture de céleri branche

1 kg de branches de céleri sans feuilles

1 jus citron

800 g de sucre cristallisé

1 pot de fromage blanc en accompagnement

Laver le céleri, retirer les filaments et détailler en dés.

Le blanchir à l'eau bouillante.

Faites bouillir dans une bassine à confiture (ou dans une grosse casserole) 2 dl d'eau, le sucre et le jus de citron.

Une fois le petit perlé atteint (110°C), ajouter le céleri, redonner un bouillon.

Écumer, laisser chauffer à petit feu entre 10 à 15 min, pour faire épaissir le sirop et imbiber le céleri.

Une fois la cuisson vérifiée, répartir le mélange dans les pots.

Cette confiture se déguste à tous moments de la journée : petit déjeuner, comme goûter, mais aussi en dessert avec du fromage blanc.