



Décembre

Clémentines farcies au haddock

Ingrédients pour 2 personnes :

4 clémentines, 2 filets de haddock dessalés dans du lait, 150 g de pommes de terre cuites, 100 g de fromage frais (type St Môret), le jus de ½ citron vert, 4 brins d'aneth ou de ciboulette, sel, poivre.



Préparation : rincer les clémentines et découper un chapeau sur chaque fruit. Récupérer la pulpe et la placer dans un bol. Enlever la peau des filets de haddocks et effilocheur leur chair. Peler les pommes de terre cuites et les couper en petites cubes. Mélanger les pommes de terre, le haddock, le fromage frais et le jus de citron vert à la pulpe. Ajouter l'aneth rincé et effeuillé. Saler, poivrer et garnir chaque clémentine avec cette préparation. Placer au frais avant de déguster.

Aiguillettes de canard sauce foie gras

Ingrédients pour 6 personnes :

8 à 12 aiguillettes de canard, 60 g de foie gras cuit, 4 cuillères à soupe de crème épaisse allégée.

Préparation de la garniture :

Dans un bol, écraser le foie gras à la fourchette. Ajouter la crème et mélanger.

Faire revenir les aiguillettes de canard dans une poêle antiadhésive bien chaude 3 à 4 minutes. Les retirer du feu.

Dans la même poêle, ajouter le mélange foie gras crème et laisser cuire une minute. Déposer la sauce sur les aiguillettes.

Ecrasé de carottes – pommes de terre



Ingrédients pour 4 personnes :

600g de carottes – 300g de pommes de terre – 1 gousse d'ail – 1 petit oignon – ½ orange non traitée – 1 c.à s d'huile d'olive – sel – poivre

Préparation :

Peler, râper les carottes et l'oignon. Les faire revenir dans l'huile environ 5mn. Dans une casserole, verser 60cl d'eau. Dès ébullition, ajouter les pommes de terre pelées et taillées en cubes ainsi que des lanières de zeste d'orange. Cuire environ 20mn à couvert. Egoutter, ôter le zeste, écraser ces légumes à la fourchette.

Vérifier l'assaisonnement.

Poires safranées et tuiles aux deux graines

Ingrédients pour 6 personnes : 6 petites poires, 20g de farine, ½ citron, 4 petit-suisse, 25g de beurre, 90g de sucre glace, 80g de miel, 40g de graines de sésame et de pavot, 15cl de vin blanc, 2 cuillères à soupe de jus d'orange, 1 dosette de safran.

Préparation : préchauffer le four à 200°C. Mélanger le sucre glace dans un saladier avec les graines, la farine, le beurre fondu et le jus d'orange. Mettre au réfrigérateur 30min.

Eplucher les poires et les citronner. Les placer dans un plat avec le miel, le vin et le safran. Enfourner pour 20 minutes en les retournant souvent. Laisser refroidir et les mettre au réfrigérateur.

Déposer des cuillerées à café de pâte aux graines de pavot et de sésame sur une plaque à pâtisserie couverte d'un papier sulfurisé, en les espaçant bien. Cuire 5 minutes puis les laisser refroidir avant de les décoller de la plaque.

Battre les petit-suisse pour les assouplir et les répartir dans des assiettes creuses. Ajouter 1 poire coupée en deux et verser un peu de sirop au safran. Servir avec une tuile.

Astuce/info du mois : Cannelle rime avec ... Noël !

Avec son parfum envoûtant, c'est sûrement une des épices les plus connues du monde. La cannelle possède des vertus antioxydantes, anti-inflammatoires et antibactériennes.

Epice très employée en cuisine, que ce soit dans la cuisine salée ou sucrée, ou même pour remplacer le sucre dans les boissons ou fromages blancs !

Qui n'a pas en mémoire les « étoiles à la cannelle », stars des « Bredele de Noël » ... celles que faisaient nos grands-mères ou que l'on dégustait au marché de Noël ? Notre « Madeleine de Proust » alsacienne...