

Lotte au safran

1 Mettre les tronçons de lotte (mieux des « botillons », petites lottes que je trouve sur mon marché, c'est plus joli) dans une sauteuse avec un peu de beurre, de sel et de poivre.

2 Faire suer 1 à 2 minutes puis mettre à feu moyen.

3 Ajouter quelques filaments de safran et un peu de crème fraîche 1 à 2 minutes, baisser encore un peu le feu et laisser cuire doucement jusqu'à cuisson de la lotte. Le temps dépend de la taille des morceaux, en général pas plus de 5 mn en retournant au moins à mi-cuisson.

4 Servir avec du riz blanc ou une fondue de poireaux.

Lieu à la moutarde

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

4 darnes de lieu
1 dl de crème fraîche
4 cuillères à soupe de crème fraîche
1 verre de vin blanc

- 1 Essuyer les darnes de lieu, les badigeonner de moutarde.
- 2 Dans une casserole, faire chauffer le vin blanc, le laisser réduire un peu puis ajouter la crème fraîche.
- 3 Saler et poivrer.
- 4 Déposer les darnes dans un plat allant au four, verser la sauce crémée sur le poisson.
- 5 Enfourner à four moyen (thermostat 6) pour 20 minutes.
- 6 Servir avec une purée de céleri.

Fondue de poireaux

1 Couper les poireaux en tronçons de 5 cm et les laver.

2 Les mettre à suer avec du beurre dans une sauteuse avec sel, poivre et muscade pendant 5 mn à feu moyen, bien mélanger jusqu'à ce que les poireaux soient bien imprégnés et changent de consistance, s'assouplissent.

3 Ajouter un petit verre d'eau, couvrir, baisser le feu et laisser mijoter jusqu'à ce que les poireaux soient bien fondants au moins ¼ d'heure..

Pintade aux endives

Pour 4 personnes :

1 belle pintade

1 kg d'endives

20 g de beurre

1 cuil. à soupe d'huile

2 cuil. à soupe de madère

100 g de crème fraîche

1 Flamber la pintade, l'assaisonner intérieurement de sel et de poivre.

2 Effeuille les endives, les laver.

3 Dans une cocotte faire chauffer le beurre et l'huile. Faire dorer la pintade, quand elle est bien colorer, la retirer et la réserver.

4 Mettre les endives dans la cocotte, laisser mijoter 10 minutes en remuant de temps en temps.

5 Déposer la pintade sur les endives, couvrir et laisser cuire 1 heure.

6 Découper la pintade, la dresser sur un plat.

7 Verser le madère et la crème, bien remuer et disposer autour de la pintade.

Filets de merlan aux poireaux

Ingrédients :

Pour 4 personnes :

4 beaux filets de merlan

4 poireaux

3 cuil. à soupe de crème fraîche

Curry

1 Essuyer les filets, les couper en lamelles épaisses.

2 Éplucher les poireaux, ne garder que les parties blanches, les tronçonner en morceaux d'un demi cm.

3 Dans une poêle, faire fondre le beurre, y jeter les poireaux.

4 Laisser cuire 10 min.

5 Ajouter la crème fraîche, saler, poivrer et parsemer de curry.

6 Poser les lamelles de merlan sur les poireaux et continuer la cuisson 10 min.

Rillettes de saumon

Même poids de saumon cuit au court bouillon ou micro ondes de saumon fumé de matière grasse (fromage aux herbes, chèvre frais ou beurre.... et toujours un peu de crème montée en Chantilly.

Quelques fines herbes , poivre et pour saler du sel ou des oeufs de lump.

Poivrons marinés

1 poivron par personne(les rouges et les jaunes sont les plus sucrés, les verts

plus durs et plus amers...Le mélange de couleur peut rajouter une touche artistique au plat...)

-huile d'olive, jus de citron, ail, sel, poivre.

1 Laver les poivrons, les mettre entiers sur la plaque du four et faire cuire 30 à 40

mn à 180 degrés (6).

2 Laisser refroidir dans le four fermé puis les éplucher, les vider et les égoutter.

3 Couper les poivrons en lanière, les mettre dans un plat et verser par dessus la sauce faite avec l'huile, le citron, l'ail écrasé, le sel et le poivre .

4 Mettre un film plastique et laisser mariner au frigo plusieurs heures.

Recette du kig ha farz

Ingrédients :

Pour 12 personnes

Matériel :

2 marmites et 2 sacs à far en toile

Viande de porc : jarret, poitrine

Viande de boeuf : plat de côte et gîte {150 gr de viande par personne}

Légumes : 1 poireau 1 carotte 1 navet par personne

1 gros chou vert

Échalote 1kg + 250gr beurre pour le lipig

Far noir Far blanc

: 300gr de farine de blé noir : 300gr froment

: 10cl crème fraîche : 20cl crème fraîche:

: 25 gr beurre fondu : 50gr beurre fondu

: 3 jaunes d'oeufs 6 oeufs +blancs du far noir

: Bouillon froid : lait

: Sel 150gr sucre

: Lait pour délayer (1 verre) 50gr raisins secs les cuire puis les fariner.

1 Mettre l'eau à bouillir dans les marmites mettre le plat de côte dans l'eau froide pour avoir un bon bouillon et mettre le gîte dans l'eau bouillante pour avoir une bonne viande puis ajouter les légumes

2 Dans l'autre marmite mettre le porc et ajouter les sacs de far dans l'eau bouillante

3 Mélanger tous les ingrédients la pâte doit être assez épaisse

4 Mettre les raisins dans le far blanc

5 Mettre la pâte dans un sac en toile qui a été mouillé et essoré laisser du vide pour que le far gonfle.

6 Le ficeler et le mettre dans l'eau bouillante : far noir + far blanc plus viande de porc

7 Et dans une autre marmite, mettre les légumes et la viande de boeuf. Laisser cuire pendant 2 h

8 Le lipig : couper finement les échalotes les faire revenir dans du beurre et ajouter du bouillon pendant la cuisson les échalotes doivent être confites.

9 Sortir les sacs et laisser reposer le far noir 10 minutes puis le rouler pour l'émietter

10 Couper le far blanc en tranche

11 Servir le bouillon et après légumes +viande+ far avec le lipig

Blettes (ou bettes) à la tomate et au citron

1 Séparer les côtes et le vert d'une botte de blettes

2 Couper les côtes en tronçons (environ 3 cm) et les mettre à suer dans une sauteuse avec un peu d'huile d'olive, du sel et du poivre, couvrir et mettre à feu moyen en tournant de temps en temps.

3 Puis laver les feuilles de blettes et les couper en petits bouts.

4 Ajouter dans la sauteuse des dés de tomates (j'avoue utiliser volontiers les dés de tomate à l'italienne de Picard, ½ paquet) et 2 à 3 gousses d'ail (je suis provençale, j'en use et en abuse). Mélanger quelques instants.

5 Ajouter le vert des blettes, avec encore un peu de sel et de poivre, dans la sauteuse et mettre celle-ci à feu vif le temps que les feuilles de blettes fondent et changent de consistance et de couleur.

6 Ajouter le jus d'un citron, tout mélanger et laisser mijoter à couvert pendant au moins 10 mn.

7 Servir en accompagnement de viande.

Cuisses de canard à la compote de pomme de terre

Pour 4 personnes :

2 cuisses de canard

500 g de pomme de terre

1 gros oignon

2 gousses d'ail

2 cuil. à soupe de crème fraîche

2 cuil. à soupe d'huile d'olive

20 g de beurre

thym

1 Dans une cocotte faire chauffer le beurre, mettre les cuisses de canard à cuire 30 min. Saler, poivrer.

2 Peler les pommes de terre, les couper en rondelles, les cuire 20 min dans un peu d'eau salée.

3 Peler et hacher l'oignon et l'ail, les faire cuire dans un peu d'huile d'olive et de beurre.

4 Ecraser les pommes de terre à la fourchette, incorporer ail, oignons, thym et crème fraîche.