

- ✓ Bouchées apéritives
- ✓ Papillote de Lieu noir et son accompagnement
- ✓ Gâteau au chocolat et salade d'orange à la cannelle

Bouchées apéritives

Fond d'artichaut, chavrou, piment d'Espelette :

Pour 8 :

- 8 Fonds d'artichaut
- 80g de chavrou
- Piment d'espelette à saupoudrer



Tartiner chaque fond d'artichaut avec 10g de chavrou, saupoudrer de piment d'Espelette. Couper le fond d'artichaut en 4, et y mettre un pic pour faire des bouchées individuelles.

Roulé de truite fumée, St Moret, aneth

Pour 8 :

- 4 tranches de truite fumée
- 80g de St Moret
- Une branche d'aneth

Tartiner les tranches de truite fumée avec le St Moret, saupoudrer d'aneth. Rouler les tranches de truite. Les couper en 4 et y mettre un pic pour avoir des bouchées individuelles.

Rondelle de radis noir à la pomme verte, baie rose :

- 1 radis noir
- ½ pomme granny
- 1 fromage blanc 20%
- Sel, poivre, quelques baies roses.



Couper des fines tranches de radis noir. Couper la pomme granny en tout petits cubes, mélanger au fromage blanc, saler, poivrer, rajouter quelques baies rose concassées. Mettre une cuillère de ce mélange au milieu de chaque tranche de radis noir. Fermer la tranche de radis à l'aide d'un cure dent.

Mes notes :

Papillote de Lieu noir et son accompagnement

Ingrédients pour 8 personnes :

- ✓ 600 g d'épinards en branches surgelés
- ✓ 8 * 120g de filet de lieu noir
- ✓ 2 * 8 noix de Cajou
- ✓ 250 ml de lait de coco
- ✓ 1 bâton de citronnelle
- ✓ 3 échalotes
- ✓ 8 brins de ciboulette
- ✓ 8 * 40g riz rouge cru



Préparation:

- Couper 8 tranches de papier sulfurisé et mettre le four à chauffer à 180°C.
- Faire décongeler les épinards, en mettre au fond de chaque papillote, y installer les filets de lieu noir, rajouter un peu d'échalotes émincées sur le poisson.
- Mettre la citronnelle à infuser avec le lait de coco sur le feu quelques minutes.
- Rajouter 2 à 3 cuillères à soupe de lait de coco/citronnelle sur le poisson.
- Concasser 2 noix de cajou et les saupoudrer sur le poisson.
- Fermer les papillotes et les mettre au four pendant 20-25 mn.
- Pendant ce temps, faire cuire le riz dans de l'eau salée.

Gâteau au chocolat

Ingrédients pour 8 personne :

- ✓ 2 verres de lait,
- ✓ 150g de chocolat noir,
- ✓ 1 courgette finement râpée (sans peau ni pépins),
- ✓ 3 œufs,
- ✓ 80g de farine.



Préparation:

- Séparer les blancs des jaunes d'œufs et les monter en neige. Faire fondre le chocolat dans le lait.
- Râper finement la courgette, mélanger aux jaunes d'œufs, rajouter la farine, le chocolat fondu dans le lait, les blancs d'œufs en neige.
- Mettre au four pendant une trentaine de minutes à 180°C.

Salade d'orange à la cannelle



Ingrédients pour 8 personnes :

- ✓ 4 oranges
- ✓ Cannelle en poudre

Préparation : Peler les oranges, et les couper en tranches très fines. Saupoudrer de cannelle, réserver au frais.