

Biscuits flocons d'avoine (comme des Hobnobs)

Bonjour à tous et toutes,

Peut être comme vous, je (et ma famille) en profite(ons) joyeusement pour passer du temps à l'extérieur. Le programme s'oriente souvent autour des travaux dans le jardin pour préparer le potager d'été ou retrouver les arbustes sous les masses d'herbes qui ont poussé en Avril. Souvent, les matins jours fériés sont souvent l'occasion d'un randonnée dans la région pour chasser les orchidées sauvages pendant que les autres font la grasse matinée. Enfin presque, depuis l'année dernière, j'ai le plaisir d'avoir mon plus grand qui m'accompagne pour la découverte et pour le sport.

Pour ces randonnées gersoises / haute-garonnaises, on est loin des randonnées exigeantes des Pyrénées, mais il n'empêche qu'avoir un en-cas au cas où est toujours une sécurité. Si les fruits secs sont le plan « flemme », j'apprécie aussi de cuisiner des biscuits à emporter. Pas le biscuit dégoulinant de chocolat qui aura vite fait de repeindre votre sac, non, le biscuit sec, qu'on dirait « sain », qui saura apporter un peu d'énergie et de plaisir. Les biscuits que je vous propose sont dans cette lignée. Ils sont inspirés de la recette de Hobnobs du livre « Scandaleusement Décadent » de Bernard Laurance (livre que je vous conseille au passage). Dès le premier feuilletage du livre, j'avais vite repéré ces biscuits avec le tag « [flocon d'avoine](#) » et leur côté sec était parfait pour le transport. Une petite simplification de recette s'imposait juste, pour correspondre aux ingrédients de mon placard.

Bien que préparés en anticipation de randonnées, il ont vite été repérés par mes plus-si-petits gourmands qui leur ont (quasi) fait un sort au goûter du jour. C'est croustillant, c'est sucré mais pas trop, cela a le délicieux goût de

l'avoine, et cela s'emporte vite entre deux parties de foot dans le jardin... *What else ?* ... Ah si « L'else » a juste été que j'ai été bonne pour la deuxième fournée, que j'ai vite planqué en haut du placard. ^^

Bref, ayant refait une fournée il y a peu je voulais partager cette recette de « Hobnobs » ou biscuits flocons d'avoine. J'espère que cela vous inspirera. Bonne journée !

- Biscuits flocons d'avoine -
Hobnobs



Recette: Biscuits flocons d'avoine (comme des Hobnobs)

Saison de la recette : toute l'année

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson: 20 minutes

Ingrédients

- 120 g de flocons d'avoine
- 100 g de farine de blé
- 80 g de sucre vergeoise (cf. 2)
- 1 cuillère à café de levure chimique ou de bicarbonate alimentaire
- 120 g de beurre doux
- 1 pincée de sel

Réalisation

- Mettez 2-3 cuillérées à soupe de flocon d'avoine de côté et mixez grossièrement les autres.
- Dans un saladier, disposez les flocons (entiers et mixés), la farine, le sucre, la levure, le sel. Mélangez un coup.
- Ajoutez le beurre en petits morceaux puis mélangez le tout jusqu'à ce que la pâte soit homogène. Au besoin, ajoutez 1 cuillère d'eau.
- Sur un plan de travail légèrement fariné, étalez votre pâte sur une épaisseur d'environ 0.5cm (selon votre préférence en épaisseur de biscuits), puis découpez les biscuits à l'emporte pièce ou avec un couteau.

- Disposez les biscuits sur une plaque à four recouverte de papier cuisson.
- Enfournez pour 20 minutes à 180°C (cf. 1).

Attendez qu'il refroidissent avant de servir ou de stocker dans une boîte.

Astuces

- (1.) Ajustez la durée de cuisson à la taille et l'épaisseur de vos biscuits (et la tolérance de votre four). Ils doivent être bien dorés mais non brûlés.
- (2.) Remplacez par du sucre blanc ou de la cassonade si vous n'avez pas de vergeoise
- Conservation : Plusieurs mois



Biscuits flocons avoine – Hobnobs

Balade Botanique : Squatteuses des potagers (mai 2025)

Bonjour à toutes et tous,

Cela fait un moment que nous ne sommes pas partis en balade botanique. Alors que diriez vous de chausser baskets ou chaussures de marche et partir à la découverte des plantes de la saison ?

La fin Avril/ début Mai et ses ponts représente pour moi la période des grands travaux pour préparer le potager d'été. Un dernier défrichage s'impose avant d'installer nos chers légumes du soleil et les espoirs qu'ils portent. Cette session défrichage me permet au fil des ans de constater la diversité des plantes **squatteuses des potagers**. Loin d'être des mauvaises herbes, elles sont des illustrations de la biodiversité. De plus chaque potager à ses propres squatteuses, en fonction de la flore de la région et de la richesse du potager.

Alors, en cette début mai, j'aimerais vous emmener à la rencontre de ces squatteuses des potagers.



Pendant ce temps là, les prairies sont très fleuries..

Commençons au ras du sol ou nous pouvons trouver les touffes rondes **de rubéole des champs**. Cette petite plante rampante se repère grâce à ses fleurs violettes en forme de croix



Si nous restons dans les petites fleurs colorées, si jamais nous l'avons laissé poussé, le **géranium à feuilles découpées** peut se découvrir avec ses jolies fleurs roses vives. Ce geranium se reconnaît bien avec la finesse de découpe de ses feuilles, loin des feuilles pleines des géraniums horticoles..



A proximité, les petites fleurs bleues du **myosotis des champs** apportent des touches de gaieté. Saviez vous qu'il existe une bonne dizaine d'espèces de myosotis, hérissées ou non, avec des fleurs de petites tailles ou grandes, ..



Si nous regardons en hauteur, nous pouvons parfois voir les plants de **lampsane commune** **attaquer leur ascension** vers le ciel. Cette discrète plante auront tôt fait d'atteindre son mètre de hauteur puis de former de jolies petites fleurs jaune en capitule, type des Asteraceae (comme les pissenlits)



Peut être avez vous remarqué les petites touches de blanc à coté de la lampsane ? Il s'agit de la **céraiste commune**, petite plante rameuse formant des toutes petites fleurs en étoile.



Dans les fleurs à couleur douce, impossible de passer à côté de la **doucette du potager a.k.a notre mâche sauvage**. On peut découvrir les jolies inflorescences bleues clair. Si vous la laissez monter en graine, soyez sur que vous aurez des plants de mâche « gratuits » dans votre potager l'année prochaine.



Quand on regarde nos « squatteuses de potager », sans doute n'avons nous pas idée qu'elles peuvent héberger en même temps plusieurs espèces d'un même genre. C'est le cas avec le genre des véroniques, petites fleurs bleues discrètes. Dans un même carré potager, j'ai eu la surprise d'en découvrir 4 espèces, donc 3 que je peux vous montrer en photo.

Commençons par la [véronique des champs](#), reconnaissable avec ses courtes tiges dressées, des feuilles dentées, et des toutes petites et discrètes fleurs bleues.



Plus visible la [véronique de Perse](#) se découvre assez bien avec ses « grandes » (pour le genre) fleurs bleues et son port rampant.



Et enfin, identifiable avec ses feuilles ovales luisantes, ses tiges dressées, ses fleurs blanches légèrement veinées de violet, nous voici avec la [véronique à feuilles de serpolet](#).



Il n'y a pas que les fleurs qui présentent différentes espèces dans un même coin de potager. Les graminées en font de même, et nous pouvons le voir avec le pâturin. Dans un carré vide, le **pâturin annuel** que nous croisons vite en bord de route forme déjà des touffes denses



A côté, plus facilement dans les allées, nous pouvons découvrir les inflorescences du **pâturin commun** (***Poa trivialis*** L.) atteignant aisément leur 50 cm e hauteur. Bientôt elles ouvriront leur panicule, montrant clairement leur appartenance au genre Poa.



Et juste pour le plaisir des yeux, je terminerais par les jolies **renoncules âcre** ou **bouton d'or**, qui s'installent dans les allées et fleurissent parfois nos potager. Leur couleur d'or est un ravissement à la nuit tombée.



En espérant que cette balade botanique à la découverte des squatteuses des potagers vous a plu, je vous souhaite une belle journée !

Petits flans d'asperges

vertes

Bonjour à toutes et tous,

Avant le premier week-end prolongé, j'avais envie de partager avec vous une recette de saison qui pourrait régaler vous et vos convives.

Après les avoirs longuement attendus, et sans doute plus cette année que les précédentes, les légumes de printemps débarquent enfin sur les étals. Le bal est ouvert par les [bottes d'asperges](#) que l'on voit pointes dressées et bien alignées. L'**asperge** est un légume clivant – je trouve -, entre fervents amateurs et fervents détracteurs. Alors trouver une recette qui convienne à tous lorsque l'on veut cuisiner de saison peut être un vrai casse-tête. Il y a peu, en traînant sur le net en quête d'une telle recette, je suis tombée sur le concept de *petits flans aux asperges* ([source ici](#)). Les asperges mixées pour éviter les fils comme l'appareil crémeux avait de quoi plaire aux détracteurs, et la richesse en légume de quoi plaire aux amateurs.

J'ai donc tenté et adapté cette recette pour un repas entre amis, savait-on jamais. Si de mon côté j'ai largement apprécié de fait qu'on puisse la préparer à l'avance, une fois à table, les flans ont reçu pas mal de suffrages. Les amateurs ont adoré chaud, car on relève la saveur de l'asperge, les détracteurs ont préféré froid pour mettre le fromage en avant. Et la petite taille de cette entrée apportait la quantité nécessaire pour se faire plaisir, sans plus. Recette précautionneusement mise de côté.

Avant le long pont qui s'annonce, il me semblait bien de vous proposer cette recette de flan asperges vertes. Peut être vous inspirera-t-elle pour ce week-end ... ou plus. Bonne journée !

- (Petits) Flans -
d'asperges vertes



(c) Au Fil du Thym

Petits flans asperges vertes

Recette : Petits flans d'asperges vertes

Saison de la recette: Mi Avril – Mi Juin

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes

Ingrédients

Pour 4 à 6 personnes (selon plat/entrée) :

- 1 botte d'asperges vertes
- 1 échalote
- 3 œufs
- 120 ml de crème
- 30 g de maïzena (cf. 1)
- 30-40 g de tomme de chèvre « râpable » (cf. 2)
- Une dizaine de feuilles d'estragon
- sel, poivre

Réalisation

- Lavez les asperges. Retirez le pied dur puis épluchez-les à l'économe. Coupez-les en trois tronçons. Épluchez l'échalote. Lavez et hachez l'estragon puis réservez-le à part.
- Faites cuire les asperges et échalotes dans de l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'elles soient tendres (environ une dizaine de minutes).
- A l'issue de ce temps, égouttez soigneusement. Réservez quelques têtes d'asperges en décoration (une par ramequin). Placez les asperges et échalotes dans un

blender et mixez le tout.

- Ajoutez les œufs, la crème, la maïzena et la tome râpée et mixez longuement afin d'homogénéiser le mélange et commencer à faire mousser la préparation.
- Salez, poivrez à convenance.
- Versez la préparation dans des ramequins préalablement huilés. Parsemez d'estragon. Enfournez à 180°C pour 25-20 minutes.
- Attention : Au bout des 10 minutes, ajoutez la tête d'asperge décorative sur vos ramequins.

Servez le flan asperges tièdes ou frais.

Astuces

- *Variantes* : La recette est aussi réalisable avec des asperges blanches, violettes ou un mélange
- (1) La maïzena est remplaçable par de la farine ou farine de pois chiches. (2) Vous pouvez aussi remplacer la tomme par du parmesan.
- À l'avance / Conservation : Vous pouvez préparer ces petits flans asperges 24 h à l'avance et les conserver 1 à 2 jours au réfrigérateur après préparation.



(C) Au Fil du Thym

Petits flans asperges vertes

Sirop de fleurs d'acacia et raisin

Bonjour à toutes et tous,

Quand la mi-printemps arrive, j'adore préparer des **vins ou apéritifs aux fleurs**. Comme peu de personnes les connaissent, ces boissons apportent toujours une touche d'originalité et de découverte dans les apéritifs / repas familiaux. Certains comme [le vin de fleurs de sureau](#) rencontrent toujours beaucoup de succès. Le seul petit défaut de ces boissons alcoolisées est qu'on interdit aux petits

gourmands ou aux « sans alcool » d'y goûter, ce qui parfois crée un peu de frustration. Alors, j'ai en tête depuis un petit moment de trouver des alternatives accessibles à tous.

L'année dernière, dans un de mes livres de cuisine sauvage (« *Le petit traité Rustica des plantes sauvages comestibles* ») j'ai déniché le sirop que je vous présente ce jour. La recette initiale est un kir aux [fleurs d'acacia](#), qui comporte une base de sirop raisin et acacia sans aucun alcool. Ayant pléthore [d'acacia](#) dans le jardin, il était facile de tenter et le faire déguster. Le résultat a été à la hauteur de l'envie et du palais de mes plus si petits gourmands. Parfumé, floral, sucré, c'est très très sympa, pur ou légèrement dilué.

Alors que la floraison des acacias démarre dans le Sud Ouest, je voulais partager l'idée avec vous. Peut-être cela vous inspirera pour un sirop sans alcool ou le fameux kir. Bonne journée !

- Sirop cru -
raisin et acacia



(c) Au Fil du Thym

Sirop acacia raisin

Tutoriel : Sirop acacia et raisin

Saison : Mi-Avril – Début Juin selon les régions

Ingrédients

Pour 4 à 6 verres :

- 1 litre de jus de raisin
- 20 grappes de fleurs d'acacia
- 2 cuillérées à soupe de miel d'acacia (cf. 1)

Réalisation

- Cueillez, rincez et épongez les fleurs d'acacia. Hachez grossièrement.
- Placez le jus de raisin et les fleurs d'acacia hachées dans un saladier. Couvrez d'un linge et laissez infuser 1h30 à 2 heures
- Filtrez le jus, placez-le dans une carafe, ajoutez le miel, mélangez et réservez au frais jusqu'au service.
- Servez frais et diluez à convenance.

Astuces :

- (1) Ajustez le dosage de miel à votre convenance. Certains jus de raisin peuvent être très sucrés, d'autre non.
- *Conservation* : 48h maximum après filtrage. Pour une conservation plus longue durée, je vous conseille de consulter directement des recettes de sirop de fleurs d'acacia.



Sirop acacia raisin cru

La Rhune par les chemins bucoliques (Pyrénées Atlantiques)

Bonjour à toutes et tous,

Le hasard des petits bonheurs de la vie a offert une accalmie dans les problèmes médicaux de la famille alors qu'arrivaient les vacances de printemps pour la zone Toulousaine. Ni une, ni deux, nous avons en chœur décidé de partir quelques jours en vacances profiter de ce rare moment de « soleil ». Les envies communes ont porté vers les Pyrénées Atlantiques, qui

semblaient être un bon compromis entre proximité de l'océan, proximité de la montagne et (presque) proximité de la maison.

Ma première occupation des vacances à été de repérer les différents chemins de randos du coin réalisables le matin (pendant que les autres pioncent..). Le « sommet » le plus haut de la région, *la Rhune* est vite ressortit comme le spot à arpenter entre sa hauteur et sa vue sur l'océan. Grâce aux applis de randonneurs amateurs, j'ai déniché un chemin de randonnée « bucolique » (i.e. différent de celui pour touristes) ([source ici](#)) et m'y suis lancé au premier matin. 4h de marche, 600m de dénivelé et des paysages à couper le souffle, garnis de végétation printanière et de *pottoks* sauvages.

Ce matin, j'aimerais partager avec vous les photos prises lors de cette randonnée vers la Rhune, ce qui vous permettra d'en profiter sans effort. J'espère que cela vous plaira ☐

Démarrons au petit matin (8h) un des rares jours de soleil de cette mi Avril. Le chemin part des hauteurs de Sare, petite ville des Pyrénées Atlantiques. A ces heures matinale, la vallée de Sare est noyée sous la brume...



L'objectif de la randonnée se voit au loin, là base, le sommet à gauche. *La Rhune*.



Un large chemin carrossable accompagne la longue montée qui

s'annonce. Je m'étonne de la couleur rouge de la terre si différente de celle de la couleur toulousaine. Sur les bords de chemins, les ajonc en fleur accompagnent nos effortss



Alors que nous montons, que les températures commencent à monter, la brume de la vallée évolue et prends des teintes lumineuses..



Lorsque nous tournons le regard vers le haut, ce sont des sommets et pans de montagne qui se révèlent. Par touches, on reconnaît le vert printanier des arbres. Par d'autres, les pans ocre révèlent la présence d'une végétation encore basse..



Continuer sur le chemin atteindre un faux plat. La couleur orcre prends son sens entre la couleur de la terre et celle des fougères de l'an passé.



Alors que le plein soleil est sur nous, il est amusant de voir encore les brumes dans la vallée..



Je continue le chemin et une odeur de brulé attire mon attention. Les ajoncs sont noircis et grillés. La terre est noire de suie. On comprends vite qu'il y a eu un incendie ici il y a quelques années. Et pourtant, au ras du sol, herbes, grémils et petits ajoncs sont en train de tout coloniser.



Atteindre un premier faux plat sur les cols des monts les plus bas.



Ici, un peu à distance, je découvre des [pottoks, poneys](#)

[sauvages typiques du pays basque](#). Même si se sont des poneys, cela fait sont 1M50 de hauteur et plusieurs centaines de kilos, donc je préfère ne pas trop m'en approcher. ;)



Alors que nous avançons dans le col, le sommet de la Rhune s'aperçoit. Et oui, il va falloir grimper tout la haut.



En étant franche, je range l'appareil photo pour cette copieuse et exigeante montée. Je pourrais vous parler des petits chemins dans les pierres, des petites luzules fleuries qui accompagnent les prairies, des « marches » qui vous cassent le souffle et des pierres où il faut bien se stabiliser ... mais je préfère vous laisser admirer le paysage une fois arrivé. ☐



Encore plusieurs centaines de mètres sur un faux plat et nous sommes récompensés de l'effort par une impressionnante vue sur l'océan et le golfe de Gascogne.



Plus loin se trouvent différents édifices dont l'arrivée du petit train de la Rhune. Je préfère ne pas trop m'en approcher, randonnant avec la chienne.



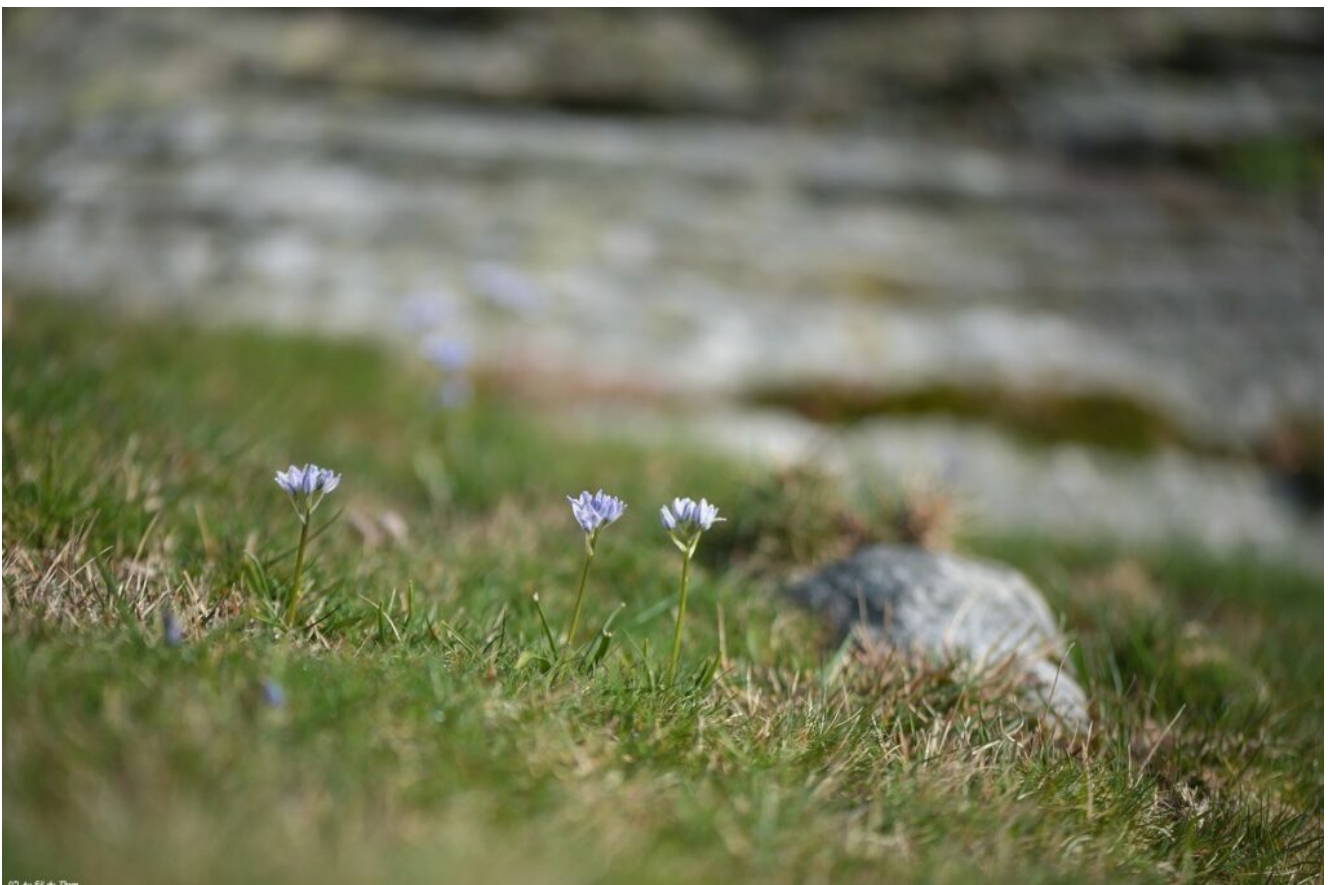
De ces pentes, plutôt profiter du paysage ☐



Et tourner sur le sommet pour repérer la flore locale. Je repère vite d'amusantes plantes en forme de jonquille, que j'identifierais plus tard comme étant des trompettes de Méduse. Famille des narcisses, et forme de fleur en trompette.



A côté des petites scilles bleutées, que l'on trouve parfois en bande.



Ce n'est pas tout mais l'heure tourne, mes gourmands réveillés

attendent dorénavant que je rentre. Je fais demi-tour avec la chienne pour retrouver le « mur » de tout à l'heure.



Le chemin nous ramène au col et nous propose une descente alternative côté sud, probablement avec vue Espagne.



Avant d'attaquer la descente, une dernière photo de ces magnifiques pottoks



Et nous voici parti pour un petit chemin pierreux qui longe la

montagne.



Alors que la végétation est essentiellement celle des fougères et des ajoncs (jaunes), parfois, de jolies touffes bleu de grémil rampant égayent les lieux d'un beau bleu..



Nous redescendons longuement avec une vue sur la vallée à couper le souffle. Le contraste entre les prairies bien vertes et de panc de montagne rougi par la terre et le soleil est saisissant. En ce moment, il me faut avouer me sentir privilégiée d'être présente en ce lieux



Terminer la descente sur ce même chemin alors que le ciel se couvre. Il semblerait que les orages annoncés pour l'après midi se confirme..



Je retrouve la voiture après encore une bonne vingtaine de minutes. Il est midi, nous avons fait 4h de randonnée et nous en avons pris plein (dans les jambes) et dans les mirettes du tout long. :) Il est temps de rentrer.

En espérant que cette randonnée vous aura plu, je vous souhaite un bon lundi !

Informations

Si vous souhaitez réaliser cette randonnée

- [Description et race de la randonnée sur visorando](#)
 - Assurez vous que le ciel soit dégagé (pour profiter de la vie) et que le temps reste correct tout du long. Il n'y a guère de lieux pour s'abriter en cas de pluie/orage (en particulier au sommet de la Rhune) et les chemins peuvent devenir glissants avec la pluie.
 - Pour randonner en sécurité : eau, encas et chaussures de randonnée requises, et bâton vraiment utiles pour les parties dans les pierres. Evitez cette randonnée si vous n'êtes pas entraîné, elle est quand même copieuse en dénivelé.
-

Crème caramel inratable

Bonjour à tous et toutes,

Il y a des recettes basiques et classiques qu'il est toujours bien de connaître. Celle du jour n'échappe pas à la règle en étant la recette à sortir quand un repas de famille / entre

amis se prépare et que l'on n'a aucune idée pour le dessert. Des œufs, du lait, du caramel (enfin du sucre ;)) vous avez tout. Vous aurez bien sûr reconnu la crème caramel.

Pour l'anecdote, dans mes tous débuts en cuisine, j'avais vite tenté la crème caramel et rencontré des gros problèmes de tenue. La jolie crème que l'on retourne comme un flamby et qui tient toute seule dans l'assiette, pas moyen à moins d'un mettre la douzaine d'œufs. Et oui, avoir un blog de cuisine ne préserve pas de quelques « bêtes noires de recettes » ;) Bref, j'ai appris la variante que je vous propose aujourd'hui d'un vrai chef, qui élimine le problème de la tenue en préparant la crème directement dans des verrines. Cela devient ultra-facile à préparer et carrément inratable. Pour mes gourmands, j'ai même tenté quelques variantes au caramel beurre salé, parfumé au rhum, ou au citron, afin de changer.

J'avais donc envie de partager la recette de cette crème caramel inratable avec vous. Le printemps est la saison des œufs, les vacances scolaires ont démarré tout porte à des recettes gourmandes pour nos têtes blondes ;). J'espère que cela vous inspirera. Bon week-end !



- CRÈMES CARAMEL -

Recette : Crème caramel irratable

Saison de la recette : Toute l'année

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 1 heure (au four)

Ingrédients

Pour 6 personnes (6 ramequins) :

- 6 œufs
- 600 ml de lait entier (c.f. 1)
- 150 g de sucre
- 6 petites verrines

Réalisation

- Pesez 120g de sucre puis faites le fondre dans une casserole jusqu'à former un caramel clair. Mélangez avec 4-5 cuillerées à soupe d'eau pour former une sauce un peu liquide. Versez le caramel au fond des verrines. Laissez refroidir.
- Dans un saladier, fouettez les œufs avec le restant du sucre puis incorporez le lait.
- Versez le mélange d'œufs et lait au fond des verrines.
- Pour la cuisson, deux possibilités :
 - Crèmes seules : Enfournez pour 1H à 100°C. À l'issue de la cuisson, la crème ne doit plus être liquide, mais tremblotante au centre.
 - Présence d'un autre plat dans le four : Enfournez au bain marie pour 1H à 180°C. À l'issue de la cuisson, la crème ne doit plus être liquide, mais

tremblotante au centre. (cf. 2)

- Réservez au frais pendant 4 heures minimum.

Astuces

- (1) : Vous pouvez aussi utiliser 500 ml de lait demi-écrémé + 100 ml de crème. La présence de matière grasse permet une meilleure tenue de la crème.
- (2) : Le bain marie permet d'éviter que la crème dépasse les 100°C, qui sont la température de cuisson idéale.
- *Variante au caramel beurre salé* : Lorsque le caramel est formé (étape 1), ajoutez 15 g de beurre salé et mélangez bien jusqu'à homogénéiser.
- *Conservation* : Conservez jusqu'à 48H au réfrigérateur.
- *Rien ne se perd* : Si vous réalisez cette recette aux alentours de Pâques, n'hésitez pas à utiliser les coquilles d'œufs pour réaliser des décorations comme [cette boîte à œufs décorée](#) ou le [centre de table](#).



Crème caramel inratable

Souris d'agneau à l'orientale

Bonjour à toutes et tous,

Les fêtes de Pâques se rapprochant, je voudrais partager avec vous une délicieuse recette familiale qui a beaucoup de succès à ma table. Et vous verrez, elle est très facile à préparer.

Quand les vacances scolaires se positionnent bien, il n'est pas rare que nous fassions un saut dans la famille pour les fêtes de Pâques. Les grands parents sont toujours heureux d'organiser des chasses aux œufs plus les (plus-si) petits et cela permet de faire une coupure avec le train-train quotidien. Par tradition, le dimanche de Pâques est l'occasion

d'un repas de fêtes où je mets les petits plats dans les grands. Par tradition et par goût, [l'agneau](#) est incontournable dans les recettes familiales. Mais « exit » le classique gigot au four, il existe de nombreuses et délicieuses recettes qui changent tout en régaland.

C'est justement en cherchant une recette pour Pâques que j'ai découvert celle ci. Elle provient d'un Saveur magazine (avril 2022), où il était proposé une souris d'agneau à l'orientale, qui se voulait fondante et originale. En étant franche, j'ai adapté les réglages en épices pour simplifier (je n'ai pas tout dans mes placards ☐), mais repris l'idée de la marinade puis d'une longue cuisson au four. Le résultat donne une viande fondante (voire effilochée), très parfumée et qui régale les grands à chaque fois. Pour les plus jeunes, il est préférable de réduire un peu les épices et sucrer légèrement la marinade. Tentée la première fois en 2022, elle est itérée quasiment tous les ans, pour Pâques .. ou plus !

Cela me fait donc plaisir de partager avec vous cette recette de souris d'agneau à l'orientale, en espérant qu'elle vous inspire. Bonne journée !



-Souris d'agneau -
aux épices

Recette : Souris d'agneau orientale

Saison de la recette: toute l'année

Temps de préparation : 15 minutes + 10 minutes

Temps de cuisson: 1 heure 30 minutes

Ingrédients

Pour 4 personnes :

- 4 souris d'agneau
- 1+1/2 citron (jus)
- 90 ml d'huile d'olive
- 2 cuillérées à soupe de paprika moulu
- 0,5 à 1 cuillérée à soupe de piment (cf. 2)
- 1,5 cuillérées à soupe de cumin
- 1,5 cuillérées à soupe de gingembre
- 1,5 cuillérées à soupe de curcuma
- 3 gousse d'ail

Pour la cuisson

- 2 cuillérées à soupe de miel
- huile d'olive
- 4-6 échalotes

Réalisation

Étape 1 : La marinade

- Si vous avez le temps, n'hésitez pas à parer les souris

d'agneau pour retirer l'aponévrose excédentaire. Cela facilitera la dégustation

- Dans un bol, mélangez l'huile, le jus de citron, et l'ensemble des épices.
- Disposez vos souris d'agneau dans un grand plat creux (1), puis badigeonnez les / arrosez les sur toutes les faces.
- Filmez le plat, mettez au frais et laissez mariner au moins une demi journée

Étape 2 : La cuisson [1H30 avant]

- Épluchez et émincez les échalotes.
- Dans une grande cocotte, faites chauffer un peu d'huile d'olive puis faites revenir les échalotes jusqu'à ce qu'elles soient translucides.
- Faites dorer les souris d'agneau sur chaque face (quitte à y aller une par une si elles ne rentrent pas entièrement)
- Déglacez avec un verre d'eau, ajoutez le miel, portez à ébullition puis baissez à feu doux. (Disposez bien les souris d'agneau dans la cocotte si vous avez dû les dorer une par une)
- Fermez la cocotte et laissez cuire à feu doux pendant 1H15 à 1H30

Servez ces souris d'agneau orientale bien chaudes.

Astuces

- Accompagnez ces souris d'agneau orientale de semoule ou de boulghour, ou encore d'une poêlée de carottes
- (1) J'utilise un gros plat à gratin, c'est le plus pratique.
- (2) 1 cuillère à soupe de piment moulu donne une marinade très pêchue et piquante. N'hésitez pas à

adapter à votre convenance. Pour les plus jeunes, ne mettez pas de piment.



Souris d'agneau à l'orientale

DIY – Décoration de table pour Pâques

Bonjour à toutes et tous,

Si vous êtes amateur(e) des « DIY » à la sauce McGyver (i.e 1 trombone, 1 fil,..) sans doute apprécierez vous ce billet. ☐

Avec le temps (et les billets du blog), j'ai pris l'habitude de réaliser des petits bricolages maison pour décorer. Ce

n'est souvent pas grand chose, mais cela amène un peu de gaieté et d'évolutivité dans la décoration de la maison. Par-ci une suspension avec des feuilles, par là un vase rempli de graminées,... Avec trois fois rien, il est largement possible de réaliser de belles décorations.

Bref, avec le printemps et l'approche de Pâques, la tentation a donc été grande de réaliser une décoration de saison. Les idées ne manquent pas sur internet mais beaucoup ayant le défaut de faire intervenir des jeunes branches d'arbres donc moyennement éco-responsable. Avec un peu plus de recherche, la bonne idée est apparue avec une coupe emplie de paille, de coquilles d'oeufs, elles mêmes décorées de petites fleurs de saison.

Ni une, ni deux, je m'y suis attelée (avec une grosse omelette au repas qui précédait ;)). La simplicité de réalisation est déconcertante, le résultat tout à fait mignon. Et pour l'anecdote, j'ai vite eu une assistante ☐



L'assistante

Bref, je voulais partager l'idée de cette décoration de table pâques avec vous pour sa rapidité et facilité de réalisation. Je vous conseille juste de placer les fleurs au dernier moment, ces dernières fanant assez vite. En espérant que l'idée vous inspire ☐ Bonne journée !

- Centre de table-
de Pâques



Décoration centre de table pour Pâques

Tutoriel : Décoration de Table de Pâques

Matériel

- 1 coupe, grande assiette creuse ou plat de service creux
- Paille ou herbes sèches
- Œufs (pour les coquilles d'œufs) (cf. 1)
- Eau
- Petites fleurs de saison **et courantes** (pâquerettes, renoncules, violettes, trèfle....)

Réalisation

- Cassez délicatement les œufs à moitié hauteur pour récupérer une demi coquille. N'hésitez pas à peaufiner la découpe au couteau pour que la hauteur soit homogène. Gardez le contenu des œufs pour une recette (cf. 2).
- Assemblez la pailles de manière compacte pour mimer un nid. Placez dans la coupelle.
- Répartissez les coquilles d'œufs dans la coupelle.



Coquilles d'oeufs



Paille



Coupe

- Remplissez les coquilles d'oeufs d'eau puis placez des petites fleurs.
- Placez la coupe à l'endroit désiré (table, table basse,...)

Astuces :

- (1) Comptez au moins un oeuf par coquille prévue pour assurer. Il faut parfois 1 à 2 oeufs pour prendre le coup e main de la découpe.
- Variante : Vous pouvez ajouter de la mousse sur la paille si vous souhaitez donner une connotation plus végétale.
- (2) Vous pouvez trouver par ici [quelques recettes aux oeufs pour vous régaler](#), et par ici [les recettes de flans](#).
- [Autres idées de décoration pour pâques à retrouver par ici.](#)

Recyclage : Placez les coquilles d'oeufs, la paille et les fleurs au compost.



Décoration de table pour Pâques