

# Soupe à l'oignon, tartines de fromage frais

Bonjour à toutes et tous,

Dans le foisonnement de galettes (courage, on arrive à la fin ^^), je voudrais vous proposer une recette un peu plus légère et tout à fait réconfortante pour les mois d'hiver.

La **soupe à l'oignon** est clairement un des classiques de la saison. Sa célèbre et généreuse *version « gratinée »* fait toujours partie des sélections de recettes d'hiver, souvent « promue » comme étant la soupe « détox » du moment. Mais je la trouve cette appellation trompeuse : sous l'apparence d'une soupe, on retrouve un maximum de pain et un maximum de fromage, donc un mets assez riche. Suite à une journée aux sports d'hiver où la préparation du potager de printemps, pourquoi pas, pour le quotidien calme, c'est parfois lourd.

Pour profiter de goût réconfortant de la soupe à l'oignon, j'ai une préférence pour une version ajustée. Elle n'est pas gratinée, mais accompagnée de tartines de fromage frais. Pour relever le goût de la soupe, un peu de vin blanc dans le bouillon. Le tout est simple, assez vite préparé et idéal pour les dîners rapides d'hiver.

Je voulais donc partager l'idée de cette soupe à l'oignon avec vous. Cela ne révolutionne pas la cuisine mais c'est une de ces recettes du quotidien qu'on est content de connaître, faire et refaire. J'espère que cela vous inspirera. Bonne journée !



- Soupe à l'oignon -  
Tartines de fromage frais



Soupe oignon, tartines fromage frais

---

## Recette : Soupe à l'oignon tartines de fromage frais

**Saison de la recette :** Hiver

**Temps de préparation :** 10 minutes

**Temps de cuisson :** 40 minutes

### # Ingrédients

Pour 4 à 6 portions :

- 4 à 6 oignons (selon la taille)
- 100 ml de vin blanc sec
- 1 cube de bouillon de légumes ou de volaille (selon vos préférences)
- 20 g de beurre
- sel et poivre
- huile d'olive

Pour les tartines

- 150 g de fromage frais
- 4 tranches de pain
- sel, poivre

### # Réalisation

- Épluchez les oignons et émincez les finement.
- Faites chauffer dans une grande casserole (feu vif) 1 cuillère à soupe d'huile d'olive avec le beurre, puis une fois le beurre mousseux, faites y revenir les

- oignons jusqu'à ce qu'ils soient bien colorés.
- Ajoutez le vin blanc et portez à ébullition pendant 1 minute afin de faire évaporer l'alcool.
  - Ajoutez 1 L d'eau, le cube de bouillon, environ et portez à ébullition.
  - Baissez à feu doux (frémissement), puis laissez mijoter à couvert ainsi pendant une demi heure minimum. Salez et poivrez à convenance après cuisson.
  - Avant de servir, préparez les tartines : faites griller vos tranches de pain. Fouettez le fromage avec un peu de sel et de poivre, et tartinez les tranches de pain.

## # Astuces

- Sur le vin blanc : le vin blanc donne du goût mais est facultatif dans la recette.
- Variante : vous pouvez aussi utiliser du fromage de chèvre frais



## Soupe oignon, tartines fromage frais

---

### A découvrir aussi

Des idées pour accompagner la soupe :

- [Tartines de munster et oignon](#)
- [Salade d'endives, vinaigrette moutarde](#)
- [Mini cakes rosette et emmenthal](#)



© Au Fil du Thym

Tartines munster et oignons caramélisés

---

# (Mes) Tisanes d'hiver

Bonjour à toutes et tous,

Je vais prévu vous retrouver cette semaine pour partager avec vous quelques « petites astuces de l'hiver » pour la bobologie classique de cette période. L'ironie de la situation est que je suis présentement malade et écris ce billet avec une tisane de thym à côté du PC. Comme quoi ☺

L'hiver est souvent une période de petits pépins de santé : un repas un peu trop riche qu'on « passe mal », un rhume /angine joyeusement partagé par les collègues (ou ramené de l'école..). Pour cela – et tant que cela reste léger – j'ai tendance à aller chercher quelques coups de pouce dans mon jardin avec des tisanes maison... et au bout de quelques années, j'ai assez bien repéré celles qui sont efficaces. Bien entendu, cela ne dispense pas d'un rendez vous chez le médecin traitant si vos problèmes s'aggravent où si vous êtes fragiles, mais pour du léger, cela peut suffire.

Je voulais donc partager ces astuces de tisanes d'hiver avec vous. N'hésitez pas aussi à partager les vôtres en commentaires qu'on s'échange les bons plans ! : )



## Quelques remarques

- Les tisanes proposées ci dessous sont assez actives, **donc ne prolongez pas la prise au delà de trois jours consécutifs.**
- Vous pouvez à chaque fois ajouter du miel si vous trouvez que le goût est difficile.
- Il n'y a pas d'obligations à boire la tisane ultra chaude si vous préférez boire tiède/température ambiante.
- Tant que vous pouvez, privilégiez des plantes fraîches.

## Tisane de sauge > Digestion difficile

La sauge officinale présente une pluralité de vertus médicinales. En tisane, je trouve qu'elle fonctionne très bien pour les digestions difficiles post repas de fêtes/raclettes ou autres plats d'hiver riches. On la dit utile pour calmer les brûlures d'estomac, les maux de ventre et les ballonnements.[1] Une tasse après un repas lourd aide vraiment à passer le cap

**Dosage :** 1 à 2 feuilles de sauge par tasse – Laissez bien infuser avant de consommer

## Tisane de thym & miel > Angines, Rhumes, Refroidissements

Le thym est l'herbe bénite est commune pour être anti-infectieux à large spectre, un stimulant immunitaire et

circulatoire, un expectorant et un digestif[9]. La tisane de Thym est un peu le must have dans le cas d'une angine, rhume et autre petits bobos respiratoires (hors grippe). Vous pouvez ajouter un peu de miel en cas de mal de gorge. Vous pouvez aussi faire une inhalation de thym pour dégager sinus et bronches

**Dosage** : 1 branche de thym par tasse – Laissez bien infuser avant de consommer, les principes actifs se dissolvent à la chaleur.

## Tisane de thym > Digestion paresseuse

Autre vertu du thym, c'est une plante digestive. Autant la sauge marche bien pour les pépins liés à l'estomac, autant le thym est utile pour activer les intestins. Si vous avez du retard, un ou deux jours à la tisane de Thym devrait vous aider.

**Dosage** : 1 branche de thym par tasse

## Tisane curcuma & jus de citron & romarin > « Détox »

(Je n'aime pas le terme « détox » mais ce terme se rapproche le plus de l'effet de cette tisane) Le curcuma est connu pour ses vertus anti-inflammatoires, le citron est connu pour donner un coup de fouet et le romarin pour aider le foie et la vésicule biliaire [3]. Ensemble, ces trois ingrédients permettent de former une tisane qui vous permettra de vous sentir plus légèr(e) derrière.

**Dosage** : Pour 1 tasse : 1/4 cuillerée à café de curcuma en poudre, jus d'un demi citron jaune, 1 petite branche de romarin



© Au Fil du Thym

Tisanes d'hiver

Sources :

[ 1 ]

<https://www.pharma-gdd.com/fr/les-bienfaits-de-la-sauge-officielle>

[ 2 ]

<http://dspace.univ-jijel.dz:8080/xmlui/handle/123456789/9078>

[3] <https://fr.wikipedia.org/wiki/Romarin>

---

## Galette Comtoise

Bonjour à toutes et tous,

Je vous propose de démarrer l'année avec une recette de gourmandise, dédiée à l'épiphanie. Si vous souhaitez changer

de la galette frangipane ou en proposer une deuxième, cette recette pourrais vous tenter. ; )

Si vous fréquentez le blog depuis plusieurs années, sans doute avez vous lu quelque part que la galette frangipane reste LA « référence intouchable » de l'épiphanie. Et limite honte à moi si j'ose la remplacer. Pour essayer de nouvelles recettes de galettes, je dois donc ruser et les proposer à tout autre moment qu'à l'épiphanie. Cela a notamment concerné une recette que j'ai découverte en traînant sur des sites de cuisine traditionnelle : **la galette comtoise** (ou **galette bisontine**).

Cette galette est la recette de l'épiphanie de la **France Comté** (Jura, Doubs). Elle aurait été créée par les chanoines du chapitre de Besançon au XIe siècle et aurait réussi à traverser les siècles. Côté cuisine, cela n'a rien à voir avec une galette frangipane car il s'agit simplement d'une galette à base de pâte à choux parfumée à la fleur d'oranger. Elle a le grand avantage d'être très rapide à préparer, loin de la complexité du feuilletage.

Je l'ai donc tentée entre les fêtes, le froid du Sud Ouest invitant clairement aux goûters généreux. Si je partage la recette avec vous, c'est parce que cette galette vaut le coup de la découverte. Elle a une texture originale (entre le flan et le chou) et une saveur passe partout. Elle n'a rien d'exceptionnel mais chacun était content d'y avoir goûter. En étant franche, si vous souhaitez étonner vos convives, c'est à tester.

Voici donc la recette, qui est [une recopie de l'originale trouvée sur ce site](#). J'espère que la découverte vous plaira.  
Bonne journée !



- Galette Comtoise -  
(Franche Comté)



## # Recette : Galette Comtoise

**Saison de la recette : Épiphanie**

**Temps de préparation : 20 minutes**

**Temps de cuisson : 45 minutes**

## # Ingrédients

Pour 6 personnes :

- 50 cl de lait
- 200 g de beurre
- 50 g de sucre
- 1 sachet de sucre vanillée (ou 1 cuillerée à soupe)
- 250 g de farine
- 6 œufs (dont 1 blanc et 1 jaune séparé)
- 2 cuillerée à soupe de fleur d'oranger
- 1 pincée de sel
- 1 fève (facultatif)

## # Réalisation

- Faites chauffer le lait avec le beurre découpé en morceaux.
- Une fois le beurre fondu, ajoutez le sucre, le sel, la fleur d'oranger. Mélangez.
- Retirez du feu puis versez la farine en une fois. Mélangez fortement jusqu'à obtenir une boule de pâte homogène. Remettez sur le feu et laissez dessécher à feu doux en remuant régulièrement
- Laissez un peu refroidir puis ajoutez les œufs un par un (y compris le blanc d'œuf seul) en veillant à retrouver

une texture homogène à chaque fois.

- Dans un moule à tarte ou à manqué beurré et fariné, versez cette pâte. Glissez une fève.
- Dorez le dessus de la tarte avec le jaune d'œuf et dessinez des croisillons
- Enfournez pour 45 minutes à 150°C. (La galette ne doit pas trop dorer)
- Laissez refroidir avant de déguster

## # Astuces

- *A l'avance / Conservation* : Vous pouvez réaliser la galette comtoise une journée à l'avance et la consommer dans les 48H. Elle se garde au frais ou à température ambiante.



Galette Comtoise

---

# Bonne année 2026

Bonjour à toutes et tous,

En ces premières heures de 2026, permettez-moi de souhaiter pour vous et vos proches une année 2026 *aussi bonne que possible*. Qu'elle garde vous et vos proches en santé, vous apporte des projets, des réussites, des moments de joie et de partage.

L'année 2025 a clairement été une année complexe et incertaine. Nous la terminons en ayant conscience que 2026 va être aussi présenter un lot de difficultés. J'ai l'impression qu'il va falloir prendre bonne dose de tolérance, de sagesse et de recul pour trouver la voie de la construction dans la masse de bêtises ambiantes. J'ai aussi l'impression que nous aurons le devoir de propager l'espoir et/ou le fait que la vie et le monde peuvent aussi être « chouettes », et qu'ensemble nous avons plein de choses positives à construire.

Comme chaque fin d'année, en ces moments de transition, je repense toujours à cette citation :

« *L'avenir, tu n'as point à le prévoir, mais à le permettre* »  
(Antoine de Saint Exupéry)

Alors hauts les cœurs pour construire et montrer que cela peut être « chouette » ☺

Côté Site, *Au Fil du Thym* continue comme depuis plus de 10 ans et nous nous retrouverons pour partager des recettes pour régaler nos proches, balades & balades botaniques pour se dépayser, des DIYs natures pour égayer son chez-soi, et tout autre sujet « nature » .... le tout dans la bonne humeur et dans

la joie des « petits bonheurs » de la vie. Je ne promet pas effervescence de billets tous les jours (tout reste « home made » et non généré IA ☐ ), mais la calme tranquillité d'au moins une nouvelle idée nature par semaine et d'un espace de bonne humeur où nous pourrons papoter de tout et de rien. ☐

Avant de vous laisser, j'aimerais vous remercier pour votre fidélité, pour être encore là depuis ces années ou pour avoir mis ce site dans vos favoris l'année 2025. Merci d'avoir mis un petit morceau d'*Au Fil du Thym* dans votre vie, et pour tous les moments que nous allons passer ensemble sur 2026.

Bonne année 2026 !

---

## Rétrospective 2025 & petits bonheurs

Bonjour à toutes et tous,

Pour ce dernier jour de l'année, je vous propose de nous retrouver pour notre (rituelle : ) ) rétrospective de l'année afin d'y partager nos petits bonheurs. C'est l'occasion de finir l'année sur une note joyeuse et profiter une dernière fois de ces bons moments.

J'ai entendu ce matin à la radio que nous sommes nombreux à juger 2025 bien mauvais. Et c'est mon cas. Les enm### du quotidien et de la maladie des proches sont toujours là. Et pendant l'été, ma situation professionnelle est devenue très difficile, situation qui n'est toujours pas réglée en ce début 2026. Plusieurs fois, je me suis sentie sur le fil de la cassure. Mais hasard des évènements, à chaque fois, il y a eu un petit bonheur qui est passé : un lever de soleil (cf. photo

d'accueil), des nouvelles fleurs dans le jardin, des mots des plus-si petits gourmands, une pause café-fou rire avec les collègues, un billet blog « rigolo » à envoyer.... Une nouvelle fois, je me rends compte à quel point ces petits bonheurs sont à chérir.

Côté blog, nous en avons vécu des choses en 2025 ! En terme de statistiques, 2025 cela a été:

- 70 billets
- 35 recettes
- 6 balades botaniques
- et 5 DIY décoration à la sauce « McGyver nature »

Je vous propose donc re-balayer nos petits bonheurs de l'année partagés sur le site. ☺

---

## Janvier > Balade d'hiver

Janvier est toujours un mois calme côté Nature, mais cela ne nous a pas empêchés de partir [regarder les bourgeons](#) et apprendre le monde qu'ils représentent. Formes ovoïdes ou rondes, textures en écailles ou en coques, bourgeons de apical ou auxiliaires, cette balade nous a permis de les voir autrement. ☺



© Au Fil du Thym

## Février > Oreilles d'ânes

Dans les grandes satisfactions cuisine de l'année 2025, je retiens en particulier d'avoir cuisiné [les oreilles d'ânes](#), un gratin de crêpes aux épinards et au comté tout à fait réconfortant. Cette recette traditionnelle était dans ma pile « à tester » depuis des années et j'ai enfin pris le temps de la préparer et la partager avec vous. Sans doute sera-t-elle itérée cet hiver.



© Au Fil du Thym

## Oreilles d'ânes

---

## Mars > Balade d'En Jannet Carreau

Mars a été exigeant, ce qui m'a conduit à m'offrir quelques soupapes-randonnée le week-end. Nous sommes notamment partis randonner sur le [chemin d'en Jannet Carreau](#), à Aurimont (Gers), au tout démarrage du printemps. Entre les haies et les paysages campagnards, les premières jonquilles et muscarii sont venus mettre de la fantaisie et de la gaieté dans cette randonnée nature.



© Au Fil du Thym

## Avril > La Ruhne

Avec les congés de printemps est venu une courte période de vacances en famille, au pied des montagnes des Pyrénées basques. Si la famille en a largement profité pour les grasses matinée, j'en ai très largement profité (avec le chien : ) ) pour de longues et exigeantes randonnées matinales. Je me souviens encore de l'ascension matinale [de la Ruhne par les chemins détournés](#). Ce fut près de 4H d'efforts mais des paysages à couper le souffle en haut et la satisfaction des efforts accomplis. Vous avez pu retrouver les photographies sur le blog peu après. :p



## Mai > Rhubarbe du jardin

Après des années à « galérer » dans mon jardin pour installer de la rhubarbe (Il fait trop chaud dans le Gers... ), l'année 2025 a enfin permis à mes pieds de produire de généreux pétioles. L'occasion était trop belle pour ne pas les cuisiner et vous proposer une recette. Ce fut le cas avec ce savoureux [crumble fraise-rhubarbe](#), que j'aurais plaisir à itérer l'année prochaine.



Crumble rhubarbe fraises

## Juin > Classiques de l'été

Alors que la fin de printemps/début d'été sont arrivés sur juin, ce fut l'occasion de ressortir quelques recettes classiques de l'été toujours très appréciées. J'ai notamment pu partager avec vous la recette de la [quiche aux courgettes et chorizo](#), qui est une des valeurs sûres de la maison, et que j'itère tous les étés.



Quiche courgettes chorizo

Et comme chaque année, c'est en juin que vous avez pu retrouver le traditionnel billet des [50 nuances d'orchis](#), clôturant une saison de chasse aux orchidées sauvages ☺

---

## Juillet > Voir la vie en rose

Fin juillet, je me suis bien amusée à vous emmener en [balade botanique voir la vie en rose](#), avec toutes les fleurs roses de la saison et prendre une bouffée de bonne humeur. Vous ne l'avez pas su sur le moment, mais c'était un pied de nez à mes enm### professionnelles en démarrage. On s'amuse aussi comme on peut quand on tient un blog ☺



---

## Août > Les tartines aux mirabelles

Alors l'été s'étirait (avec ses canicules), les recettes du blog se sont teintes de simplicité. Je me souviens encore de cette de recette de [Tartines aux mirabelles](#) que j'avais posté « au hasard » et que vous avez été beaucoup à réaliser et apprécier. Comme quoi on peut se régaler d'une recette à 4 ingrédients. On la retrouvera avec plaisir en 2026 ☺



Tartines mirabelles, chèvre, miel

---

## Septembre > Au jardin d'Entéoulet

La fin septembre marque le début des foires d'automne dans le Sud Ouest et des sorties en famille. Nous avons profité d'un week-end de portes ouvertes jardins et pépinière pour visiter le (célèbre !) [jardin d'Entéoulet](#) (dans le Gers). Entre les teintes de fin d'été, le bal des miscanthus et des asters d'automne, ce fut le moment de rêver qu'un jour, mon jardin y ressemble. Les photos de cette balade sont venus agrémenter un nouveau billet sur le blog



---

## Octobre > Le Mont Mézenc par beau temps

Les vacances d'automne fin octobre ont été une nouvelle occasion pour ma famille de partir une semaine en Haute Loire, dans ces magnifiques paysages de moyenne montagne. Vous vous doutez que j'en ai largement profité le matin, partant au lever du soleil pour revenir en fin de matinée. Parmi toutes les randonnées, [l'ascension du Mézenc](#) par jour de beau temps reste une des plus marquantes. Elle révélé un paysage à couper le souffle et des jolies photos que j'ai pu partager avec vous.



---

## Novembre > Cake aux coings et épices

Novembre à vu le retour des mauvais jours, de la pluie, du froid.. et des recettes réconfortantes ! Parmi mes bonnes réalisations se trouve le [Cake aux coings et aux épices](#), comme un avant goût des fêtes.



Cake aux coings et épices

## Décembre > Rochers chocolat amande

Décembre a été très compliqué de mon côté et j'ai eu peu de temps pour préparer les fêtes à la maison comme sur le blog. J'ai néanmoins eu le temps de tester et publier la recette des [rochers chocolat amande](#). Ces petites bombes de gourmandise ont été très appréciées par mes proches et par vous. ☺



## Rochers chocolat amande

---

Et voilà, une rétrospective 2025 (rapide) de l'année sur Au Fil du Thym. En l'écrivant, je me dis que nous nous sommes bien baladé, avons vu plein de fleurs et de paysages, nous sommes aussi bien régalés avec des nouvelles recettes... Donc au final l'année a quand même eu de nombreux côtés « chouette ». □

J'espère qu'il en sera de même sur 2026 et que nous aurons tout autant d'occasions de nous amuser, dépayser, cuisiner !

Sur ce, je vous souhaite un bon réveillon du 31.. et à l'année prochaine !

---

# Trianon au chocolat

Bonjour à toutes et tous,

Je vous propose comme avant dernière publication de 2025 une bonne tranche de gourmandise et de chocolat, qu'en ditez-vous ?

Si vous avez quelques souvenirs d'enfance des repas de fêtes, peut être avez vous en mémoire des pâtisseries au nom bizarre et un peu désuettées. C'est mon cas avec le « *Trianon* », un gâteau au chocolat bien corsé, avec un fond croquant et une couche chocolatée au dessus bien généreuse (et riche). C'était une des pâtisseries préférées d'un des membres de ma famille. On en aujourd'hui très rarement dans les pâtisseries (au regret de ma famille), et la reproduire version maison m'a semblé complètement irréalisable. Et vous, des souvenirs ?

Cette pâtisserie aurait pu rester mythique si je n'étais pas tombée sur la recette dans un Saveur Magazine (spécial fêtes 2020), avec une version un peu modernisée et dite « *crousti-fondante* ». La recette pouvait paraître longue (plusieurs étapes) mais chaque étape n'avait rien de sorcier. Prenant mon courage à deux main, je m'y suis lancée pour une occasion festive. Et pour ne rien vous cacher, ce n'est effectivement pas si compliqué. Cette pâtisserie a été réalisée sans trop de difficultés.

Une fois servie, vous aurez dû voir le regard de gourmandise des convives, puis les sourires à la dégustation. La pâtisserie est très chocolat, très texturée, très riche... et très bonne. Chacun s'est régale et n'a laissé une trace de mousse dans son assiette. Je dois néanmoins prévenir que peu ont eu la tentation de la deuxième part car cela vous « cale » vite en chocolat ;). Depuis, je garde la recette sous le coude, pour toute autre occasion avec des amateurs de chocolat.

Je voulais donc partager la recette de ce **trianon au chocolat** avec vous (qui, je l'admet est une recopie de celle de Saveur, mais on ne change pas les « recettes qui gagnent » ; ) ) . J'espère que cela vous inspira pour le 31 ou toute autre occasion. Bonne journée ☺



*- Trianon au chocolat -*



## Recette: Trianon au chocolat

**Saison de la recette :** Toute l'année

**Temps de préparation :** 1 heure 30 minutes (en plusieurs fois)

**Temps de cuisson :** 20 minutes

### ## Ingrédients

Pour 10 personnes

Pour la pâte :

- 100 g de chocolat noir
- 85 g de sucre
- 2 oeufs
- 75g de beurre
- 30g de farine

Pour le croustillant :

- 180 g de pralinoise
- 12 crêpes gavottes

Pour la mousse

- 200 g de chocolat noir
- 100 g de chocolat au lait
- 75g de beurre
- 40 cl de crème entière (placée au réfrigérateur)
- 3 oeufs
- 2 cuillerées à soupe de sucre glace

Décoration : gavottes, morceaux de chocolat..

## # Réalisation

### **Etape 1 : La pâte**

- Préchauffez le four à 160°C
- Faites fondre le chocolat avec le beurre dans une petite casserole
- Une fois le tout fondu, ajoutez le sucre et les œufs. Mélangez bien pour homogénéiser.
- Ajoutez la farine.
- Versez cette pâte dans un moule à charnière beurré. Enfournez pour 20 minutes. Laissez refroidir dans le moule

### **Etape 2: Le croustillant**

- Faites fondre la pralinoise. Ecrasez les gavottes. Mélangez les gavottes dans la pralinoise.
- Etalez sur la pâte en couche fine (et direct dans le moule). Réservez au frais.

### **Etape 3 : La mousse au chocolat**

- Dans un grand saladier ou cul-de-poule, faites fondre les deux chocolats avec le beurre et mélangez bien. Laissez refroidir.
- Dans un saladier, battez les œufs avec le sucre glace jusqu'à ce que le mélange devienne mousseux.
- Ajoutez le chocolat fondu et homogénéisez. Laissez refroidir
- Montez la crème en chantilly puis incorporez là au chocolat.
- Versez cette mousse sur le gâteau, lissez et remettez le gâteau au réfrigérateur pour 3 à 4h.

## **Etape 4: Avant le Service**

- Démoulez le gâteau en retirant la charnière et le socle.  
Placez dans le plat de service
- Décorez de gavottes concassées, de morceaux de chocolat,...
- Remettez au réfrigérateur jusqu'au service.

## **# Astuces**

- Sur le chocolat : privilégiez du chocolat de couverture ou du chocolat côté d'or.
- Si vous préférez des saveurs chocolat moyennement prononcées, utilisez moitié chocolat au lait et chocolat noir dans la pâte et dans la mousse.
- Préparez le gâteau au moins 1/2 journée à l'avance, il est préférable qu'il repose avant le service.



# Le chemin du Yané en hiver (Simorre, Gers)

Bonjour à toutes et tous,

Ce matin j'aimerais vous retrouver pour vous emmener en randonnée hivernale dans un de mes coins favoris du Gers. Je ne sais pas vous, mais entre les fêtes, j'apprécie toujours d'aller longuement me promener, c'est vivifiant et permet de réguler la gourmandise des fêtes. ☐

Simorre est un coin du Gers que j'apprécie énormément car c'est un « hotspot » de la biodiversité des orchidées. Je prends toujours le temps d'arpenter les collines aux alentours entre Avril et Juin, à la recherche de nouvelles espèces. Néanmoins, ses collines et ses paysages de campagne avec vue Pyrénées valent le détour en toute saison. L'hiver, c'est un joli contraste entre un ciel bleu et froid, des collines verdoyantes de blé d'hiver, des bosquets gris, qui s'offre au promeneur. J'ai donc réalisé la randonnée du *Chemin du Yané* dès que la météo du Sud Ouest l'a permis.. et aimerais la partager avec vous. Si le cœur vous en dit, venez. ☐

---

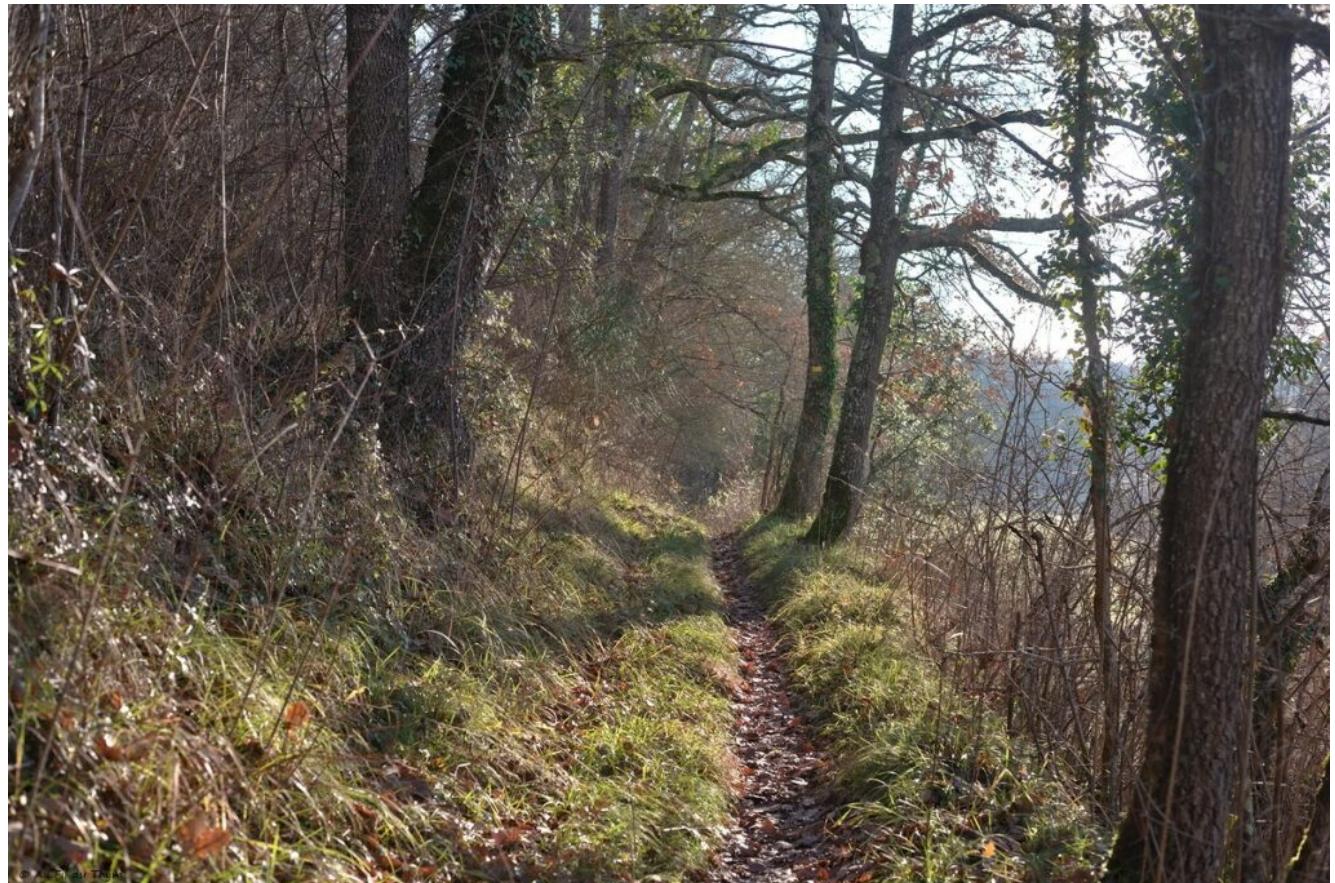
Nous partons le matin, après que les nuages se soient dissipés sous la chaleur du soleil d'hiver. Le départ du *Chemin du Yané* commence par un petit chemin entre les jardins



Puis rejoins une route et nous éloigne rapidement de Simorre. En se retournant, au dessus des arbres, on peut apercevoir la célèbre église fortifiée de Simorre



Nous nous enfonçons dans de petits chemins dans les bois, alternons entre l'ombre fraîche de l'hiver et un soleil réconfortant. Les teintes ocres des feuilles d'hiver, vertes foncé des lierres d nous accompagnent



Pour le promeneur aguerri, il sera facile de remarquer le délicat ballet des clématites vignes blanches dans les haies. Elles déplient aujourd'hui leurs plumes



Et pour le botaniste amateur, il sera aussi facile de repérer les feuilles d'orchidées sauvages émerger des feuilles mortes. Elles annoncent déjà les floraisons du printemps.



Nous continuons, retrouvons un herbeux chemin agricole..



Et ne tardons pas à monter sur les collines où se déploie un joli point de vue sur la ville de Villefranche d'Astarac.



En grimpant sur les collines, nous passons au dessus des

prairies et pouvons remarquer au loin le liseré lumineux des Pyrénées..



Le chemin tourne et s'enfonce dans les collines verdoyantes.  
Le blé d'hiver amène déjà sa lumière..



Le chemin continue dans les bois, conduit à une ascension à flanc de colines. Peut à peu, la végétation s'assèche et se teinte de genêts. Ils seront bordés de jaune d'or au printemps.



Et c'est arrivés en haut de la colline que l'on trouve le plus beau point de vue de la randonnée, avec un paysage à perte de vue des Pyrénées et des collines..





Je continue à flanc de collines, où je ne me retrouve plus seule ☺



Le chemin de randonnée passe de crêtes en crêtes, s'enfonçant

tantôt dans les bois aux teintes d'hiver



Ou offrant de nouveau un exceptionnel point de vue sur les Pyrénées



Sur l'avant dernière coline, nous tournons le regard et retrouvons les champs. Ceux-ci sont labourés et près à recevoir les semins de printemps.



## Un dernier point de vue Pyrénées



et nous attaquons la descente dans les bois. En rejoignant le sentier d'Art de Simorre, nous croisons les étonnantes structures en bois décoratives des lieux. Celle-ci dispose d'une ouverture avec vue directe sur Simorre



Vue que voici. Au centre, vous pourrez sans mal reconnaître l'église fortifiée en briques rouges



Et nous retrouvons la route qui nous mène à Simorre. Encore

quelques centaines de mètres, et la randonnée sera finie.



C'est ici que je vous laisse. J'espère que cette randonnée vous a plu et vous a permis de vous aérer :).

Bonne journée !

---

## **Pain perdu aux champignons, mâche, bleu**

Bonjour à toutes et tous,

J'aurais voulu vous retrouver ce matin pour une balade, mais le mauvais temps du Sud Ouest en a décidé autrement. Je vous propose donc en remplacement une savoureuse recette qui a agrémenté notre récente table de Noël.

La préparation des fêtes pour moi rime avec une grande session de « *pillage* » de revue et sites de cuisine. Même si je finir pas en connaître certains par cœur, j'y trouve toujours de nouvelles idées. Parfois, un simple changement de regard, d'état d'esprit, d'envie, vous fait trouver une recette très appétissante, alors qu'elle avait été reléguée dans la catégorie « *bof* » l'année d'avant. C'est le cas de cette idée de pain perdu salé, trouvée dans un « vieux » Saveur Magazine spécial fêtes. Le pain perdu n'est pas dans mes classiques mais cette année il m'a tapé dans l'œil. C'est simple, c'est facile à réaliser et l'on peut l'adapter à ses goûts, – notamment végétariens – . Elle se compose au final :

- d'un pain perdu salé, bien relevé en poivre et muscade
- d'une bonne poêlée de champignons de paris
- de mâche du jardin pour la fraîcheur
- et de piquants morceaux de bleu pour relever.

Le tout se prépare très vite (on peut même gagner du temps en cuisinant les champignons la veille puis réchauffant au moment du service). Côté saveurs, les éléments s'accordent très bien. Côté textures, on retrouve croustillant, du moelleux, du fondant, du piquant, de quoi composer soit même ses fourchettes... Tout mes convives de Noël se sont régaliés en appréciant la légèreté de l'entrée. Pour couronner le tout, mes plus si petits gourmands m'ont soufflé l'idée en refaire en plat central pour les mois d'hiver. Comme quoi ☺

J'avais donc envie de partager cette recette avec vous. J'espère qu'elle vous inspirera pour le quotidien ou les fêtes. Bonne journée !





- Pain perdu salé -  
poêlée de champignons

Pain perdu salé, champignons, mâche, bleu

---

## Recette : Pain perdu champignons, mâche et bleu

Saison de la recette : Octobre à Mars inclus

Temps de préparation : 20 minutes (en 2 fois)

Temps de cuisson : 20 minutes

### # Ingrédients

Pour 4 entrées :

Pour le pain perdu salé :

- 1/2 à 2/3 de baguette
- 2 œufs
- 15 à 20 cl de lait
- sel, poivre, noix de muscade
- 30 g de beurre + 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive

Pour la poêlée de champignons

- 400 g de champignons de Paris
- 2 gousses d'ail (petites)
- 2 échalotes
- 5-6 brins de persils
- sel, poivre
- huile d'olive

Pour la garniture

- 4 poignée de mâche
- 100 g de roquefort ou de fromage bleu

# # Réalisation

## **Etape 1 : Poêlée de champignons**

- Brossez les champignons, retirez les morceaux abimés et émincez-les.
- Épluchez et hachez les échalotes. Epluchez et hachez l'ail. Lavez le persil, hachez le et réservez le.
- Dans une poêle, faites chauffer 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive puis placez les champignons et les échalotes. Salez et faites cuire à feu moyen pendant 10 minutes.
- Ajoutez l'ail. Laissez encore sur le feu jusqu'à ce que les champignons soient bien cuits
- Mélangez avec le persil et réservez.

## **Etape 2 : Préparation du pain perdu**

- Coupez la baguette en tranches de 2 cm d'épaisseur environ.
- Dans un saladier, fouettez les oeufs avec le lait. Salez, poivrez, ajoutez de la noix de muscade. Faites tremper le pain pendant 5 à 10 minutes.
- Dans une poêle, faites fondre le beurre avec l'huile.
- Placez les morceaux de pain et faites dorer à feu vif 3 à 5 minutes de chaque côté.

## **Et pour finir : Dressage**

- Pendant la trempette du pain lavez et égouttez la mâche. Coupez le fromage en petits morceaux ou lamelles.
- Préparez les assiettes en répartissant la mâche
- Placez bien chaud le pain et la poêlée de champignons.
- Parsemez de morceaux de fromage

## # Astuces

- N'hésitez pas à utiliser une baguette rassie ou faire rassir votre baguette 1 journée avant de préparer la recette.
- *Variantes* : vous pouvez aussi ajouter des morceaux de noix ou changer le fromage par du fromage de chèvre.
- *Conservation* : le pain perdu ne se conserve pas, mais vous pouvez préparer la poêlée de champignons la veille et la réchauffer doucement.



Pain perdu salé, champignons, mâche noix.