

Fondue de blettes à la moutarde

Bonjour à toutes et tous,

Si vous cherchez un accompagnement de saison, facile à préparer et qui devrait mettre beaucoup de monde d'accord, vous êtes au bon endroit.

Un des légumes qui a clairement fait son retour en force c'est [la blette](#). Peu onéreuse ou assez facile à cultiver (voire envahissante au potager), on la retrouve aisément dans les paniers de légumes. Si la recette la plus classique est le gratin (en sauce), elle se cuisine de multiples autres façons. On peut notamment la préparer sous forme d'une délicieuse fondue crémée. Je n'irais pas jusqu'à dire que cela peut entièrement remplacer la fondue d'épinards, mais on s'en rapproche. C'est donc clairement un bon plan accompagnement à connaître.

Je voulais donc vous proposer cette recette de fondue de blette, en espérant que cela vous inspire. Bonne journée !



– FONDUE DE BLETTES –
A LA MOUTARDE

Fondue de blettes à la moutarde (facile)

Recette : Fondue de blette à la moutarde

Saison de la recette : Novembre à Mai

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes

Ingrédients

Pour 4 personnes

- 1 botte de blettes
- 4-5 cuillérées à soupe de crème
- 1 à 2 cuillérées à soupe de moutarde à l'ancienne
- 2 gousses d'ail
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Sel et poivre

Réalisation

- Détachez les côtes de blette du pied puis lavez les soigneusement.
- Détachez les côtes des vert, retirez le pied dur, puis émincez les côtes finement. Si elles présentent des fils un peu durs, retirez les. Émincez également la moitié des feuilles de vert puis réservez le reste pour une autre recette.
- Épluchez puis hachez l'ail.
- Dans une sauteuse, faites chauffer un peu d'huile d'olive puis faites y revenir l'ail et le vert de blette une petite minute.

- Ajoutez les côtes émincées et faites revenir 5 minutes à feu vif.
- Couvrez, baissez à feu doux, puis laissez mijoter jusqu'à ce que les côtes soient fondantes (environ 15 minutes).
- A l'issue de ce temps, ajoutez la crème, moutarde, sel, poivre puis mélangez bien. Laissez encore à feu doux pendant 15-10 minutes et servez aussitôt.

Astuces :

- *Variante:* Vous pouvez changer l'assaisonnement avec du curry, curcuma
- A l'avance : La fondue de blette peut se préparer aisément 48H à l'avance. Conservez au réfrigérateur.



Fondue de blettes à la moutarde (facile)

Idées Jardin : Arbustes fleuris de fin hiver (et résistants au sec)

Bonjour à toutes et tous,
Alors que l'hiver semble se terminer, je vous propose aujourd'hui de flâner dans mon jardin. Avec le réchauffement climatique, il me semble indispensable d'adapter mon jardin aux bouleversement climatiques tel que la sécheresse en été et l'arrivée de plus en plus précoce du printemps.

Beignets d'oignons

Bonjour à toutes et tous,
Il y a eu un raté dans le planning de publications sur le site car je souhaitais partager la recette suivante avec vous pour Mardi Gras. Tant pis, vous pourrez l'utiliser ce week-end ou pour toute autre occasion d'apéritif hivernal.

Tarte au chou fleur et curry

Bonjour à toutes et tous
Alors que l'hiver avance et que choux et légumes racines

peuplent les étals, les recettes de tartes et légumes changent à la maison.

DIY – Insecticide au savon noir (maison)

Bonjour à toutes et tous,

Ce billet peut sembler anachronique vu que nous sommes en hiver mais avec le (long) redoux des températures ces derniers jours, il me semble pertinent de vous proposer cette l'idée dès maintenant

Gâteau de crêpes au citron

Bonjour à toutes et tous

Alors que la chandeleur approche (et que mes gourmands m'ont (encore) signalé qu'il va être temps de (re)faire des crêpes), j'avais envie de partager avec vous une de mes belles réalisations côté recettes de crêpes.

Balade Botanique – Couleurs d'Hiver (janvier 2024)

Bonjour à toutes et tous,
Avec ce billet, je lance la saison 5 (ou saison 2024) des balades botaniques sur le site. J'espère que vous « rempilez » pour cette série avec amusement et curiosité, pour continuer de découvrir les plantes proches de chez vous.

Soupe de légumes d'hiver (onctueuse)

Bonjour à toutes et tous,
Alors que la tendance cuisine des jours actuels est à la galette des rois, je vous propose de détonner un peu dans le paysage et vous proposer une recette qui devrait nous réchauffer dans les jours à venir.