Kneffes vosgiennes

Bonjour à toutes et tous,
Pour la petite histoire, j'adore fouiller (on pourrait même dire piller) le net à la recherche des recettes traditionnelles oubliées. Parfois on tombe sur des pépites. Dernièrement, en creusant le thème de la cuisine vosgienne, je suis tombée au pif sur une recette « rigolote » : les Kneffes vosgiennes. (Si quelqu'un sait comment ce mot se prononce, je suis preneuse de l'info ^^). Ces « kneffes » ressemblent à des gnocchis, des petites choses prisées par mes gourmands, donc totalement « à faire » pour les régaler !

Pot pourri d'automne

Bonjour à toutes et tous
Lors d'une de mes dernières balades en forêt, les odeurs des feuilles, du bois humide ont réveillé de vieux souvenirs de l'époque où j'étais haute comme trois pommes. A l'époque, ma grand-mère réalisait une étrange chose sur sa table basse (…)

Tarte à la courge muscade (façon pumpkin pie)

Bonjour à toutes et tous
Quand on parle de courge ou de potiron il y a une dessert auquel on pense tous et toutes : la tarte au potiron ou

pumpkin pie.

Jus d’épluchures de pommes

Bonjour à tous et toutes,

J’avais hâte de vous retrouver ce matin pour vous partager cette petite « pépite » de recette-bon-plan, tentée pas plus tard que le week-end dernier. Peut-être que comme nous à la maison, vous avez ouvert le « bal des compotes et tartes aux pommes » . Ces desserts d’automne-hiver sont si simples à réaliser et plaisent tellement qu’on y succombe aisément.

Mais, ces recettes ont un petit bémol : elles laissent de nombreuses épluchures et trognons de pomme sur le carreau – qui finissent au compost -. Je m’étais souvent poser la question d’en « *faire quelque chose* » de plus valorisable, mais à part de la gelée, je n’avais pas vraiment trouvée d’idée transcendante. Et puis, l’autre jour, j’ai entendu en podcast une émission de radio évoquant un *« jus d’épluchure de pommes »*. Tiens ? L’idée paraissant très intéressante, j’ai aussitôt trouvé la recette sur marmiton, puis je me suis jurée d’essayer à la prochaine fournée de compote. Le moment venu, ce jus s’est révélé déconcertant de facilité. On prend toutes et les épluchures (pelures et trognons) dan une casserole, de l’eau, des épices, citron, sucre/miel à convenance, on fait bouillir, on filtre, hop c’est prêt. Le résiduel d’épluchures peut finir au compost en ayant été valorisé au maximum.

J’ai proposé une tournée de ce jus au goûter et tout le monde a été conquis ! Il n’est plus certain que je n’achète du jus de pomme en magasin, pour le remplacer par ce « *jus épluchures pomme zéro déchet* » ^^Voilà donc l’idée recette. En espérant qu’elle vous sera utile !

~Jus d'épluchures de pommes ~
(anti-gaspi)
© Au Fil du Thym

Jus d’épluchures de pommes

Une recette de jus épluchures pommes zéro déchet et maison, facile à réaliser et peu couteux. Une belle gourmandise pour utiliser les pommes.

Saison de la recette : Septembre à Mai

Pour environ 4 verres

- Épluchures & trognons de 6- 8 pommes non traitées ((soit généralement le contenu d’une tarte, une fournée de compote, un crumble, etc))
- 1/2 jus de citron ou d’une demi orange
- 1 bâton de cannelle
- 1 étoile de badiane
- facultatif 1 cuillère à café d’épices à pain d’épice
- 1 à 1.5 litre d'eau
- sucre ou miel à convenance

Réalisation – Version jus

1. Lavez toutes vos épluchures de pommes si ce n’est pas déjà le cas. Vérifiez que d’éventuelles étiquettes ne restent pas sur les pelures.
2. Dans une casserole, disposez les épluchures et trognons de pomme, le bâton de cannelle, étoile de badiane, épices et jus de citron, sucre et miel selon vos goûts.

Ajoutez enfin l’eau.
3. Portez à ébullition et laissez cuire 15 -20 minutes (au moins 5 minutes à ébullition, puis le reste feu moyen) ().
4. Filtrez le jus puis et disposez dans une carafe ou des verres.
5. Servez ce jus épluchures pommes tiède ou frais et conservez au frais.

Variante testée par Annie (Internaute) : Déclinaison en sirop de pomme

1. Cuisez le sirop avec 100 g de sucre pour 1.5L litres d'eau pendant 25 minutes

2. Filtrez, ajoutez 150 g de sucre puis re-cuisez encore 20 minutes.

3. Vous obtiendrez alors un délicieux sirop de pommes qui se conservera pendant au moins une semaine.

- Ajustez la quantité de sucre à convenance et selon la variété de vos pommes. Je dirais 50 g de sucre / 2 cuillères à soupe de miel si vous appréciez les boissons sucrées.
- Si la saveur pomme vous semble un peu légère, n’hésitez pas à laisser cuire plus longuement.
- *Sur le choix des pommes :* Privilégiez les pommes non traitées (c’est à dire bio, venant de vos jardins, d’agriculteurs locaux travaillant en bio ou en raisonné). En effet, les pesticides ont tendance à s’accumuler dans la peau des pommes cultivées en agriculture conventionnelle.
- *Variantes :* La recette est une base, donc n’hésitez pas à varier les épices selon vos goûts !
- *Conservation :* 48h au frais maximum.

Boissons

Française
jus épluchures pommes

Jus épluchures de pommes

Découvrez aussi pour accompagner le jus :

- Biscuits flocons d’avoine et noisette
- Cookies aux pépites de chocolat
- Madeleines au rhum

Bretzels maison (Comme en Alsace)

Bonjour à toutes et tous
Entre les fêtes l'année dernière, ma famille a eu la chance de pouvoir prendre quelques jours en Alsace. Et lors de cette période, mes gourmands avaient particulièrement apprécié de déguster des breztels : pains en forme de cœur (symbole de l'Alsace) très moelleux, loin des biscuits secs des rayons apéro des supermarchés

Escapade au pays des sucs (Haute Loire)

Bonjour à tous et toutes,

Fin septembre, après un mois très compliqué, nous avons pu partir en famille pour un petit week-end dans les **plateaux Ardéchois**. C'est une destination pas très loin de chez nous, très accessible, peu fréquentée, et qui gagnerait à être connue. Située autour de 800-1000 m d'altitude elle abrite de **magnifiques paysages verdoyants**, des **lacs de moyenne montagne** et de petits monts volcaniques (= Sucs) permettant de se balader tranquillement en famille. Vous pouvez par exemple retrouver la randonnée au Pic de Lizieux par ici.

Alors, pour égayer votre journée, voir vous donner des idées d'escapade j'aimerais dans ce billet vous partager quelques photos et idées de balades. Venez donc avec nous.

Sortie familiale au lac de Devesset

Au Nord Ouest des plateaux de l'Ardèche, à proximité de la frontière de la Haute Loire, dans le Vivarais, se trouve un « *petit coin de Nature* » renommé : le **Lac de Devesset.** Les bord de ce lac de 51 Ha sont aménagés avec une base de Loisir pour les sports nautiques (voile, pêche), et les randonnées en famille dans la forêt et les prairies. On peut en faire le tour sur un sentier calme (et plutôt plat) de 4 km, bordé de pins et relativement protégé. En ce début d'automne, c'est l'occasion d'observer des bruyères fleuries, les arbres se teintant de jaune, les baies colorées de l'hiver, et profiter

de l’ambiance « zen » du lac…

Pour un après midi, c’est clairement une promenade familiale facile qui plaira aux petits et grands … et pour ceux qui ont un chien ce sera l’occasion de bonnes baignades.

© Au Fil du Thym

© Au Fil du Thym

Balade Matinale dans les plateaux

Pour les plus matinaux, malgré le froid qui peuple cette zone de moyenne montagne (en raison l'altitude), le calme des plateaux à l'aube est une invitation à la balade revigorante .. Étant souvent très matinale, j'ai profité de cette escapade de week-end pour me promener le matin, en quête d'images de l'aurore. Pour mon plus grand émerveillement, lorsque le soleil est masqué par les montagnes ou les bois, les plateaux adoptent des ambiances brumeuses pleine de mystère, limite fantomatiques, mais très propices aux photographies d'automne.

© Au Fil du Thym

© Au Fil du Thym

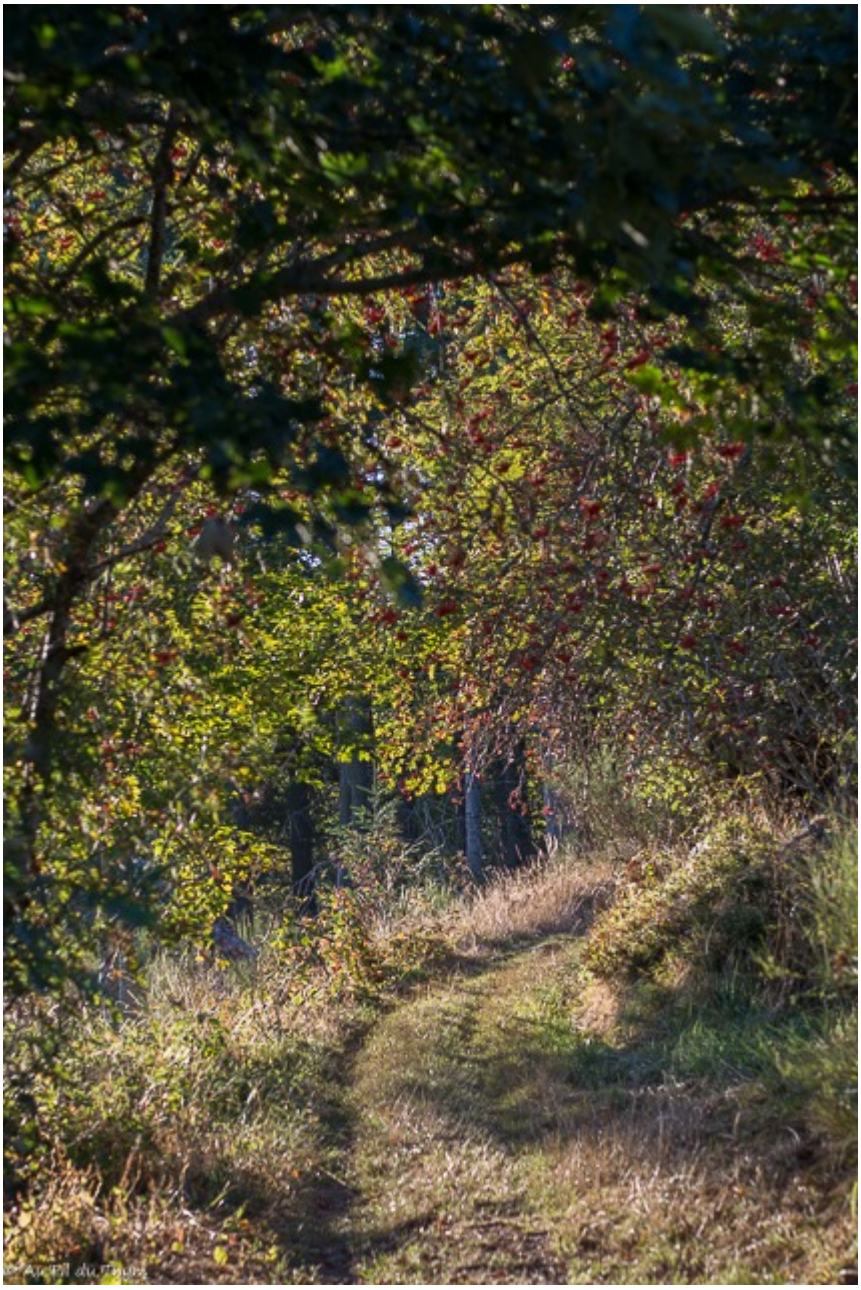
Au détour des routes, on tombe facilement sur des fermes laitières pleines de vaches, apparition étonnantes et curieuses.. Dans les prairies sèches, on découvre des petites merveilles de la Nature…

Quand perce le soleil, les paysages s’illuminent de bleu, de vert, de ce jaune doré de l’automne. C’est le moment d’observer l’immensité des plateaux, espaces ou hommes et nature semblent cohabiter en harmonie. Ces paysages sont l’occasion de prendre un bon bol d’air, se rendre compte que nos problèmes ne sont que de petites choses face à la Nature, et s’émerveiller face à la poésie de notre Terre…

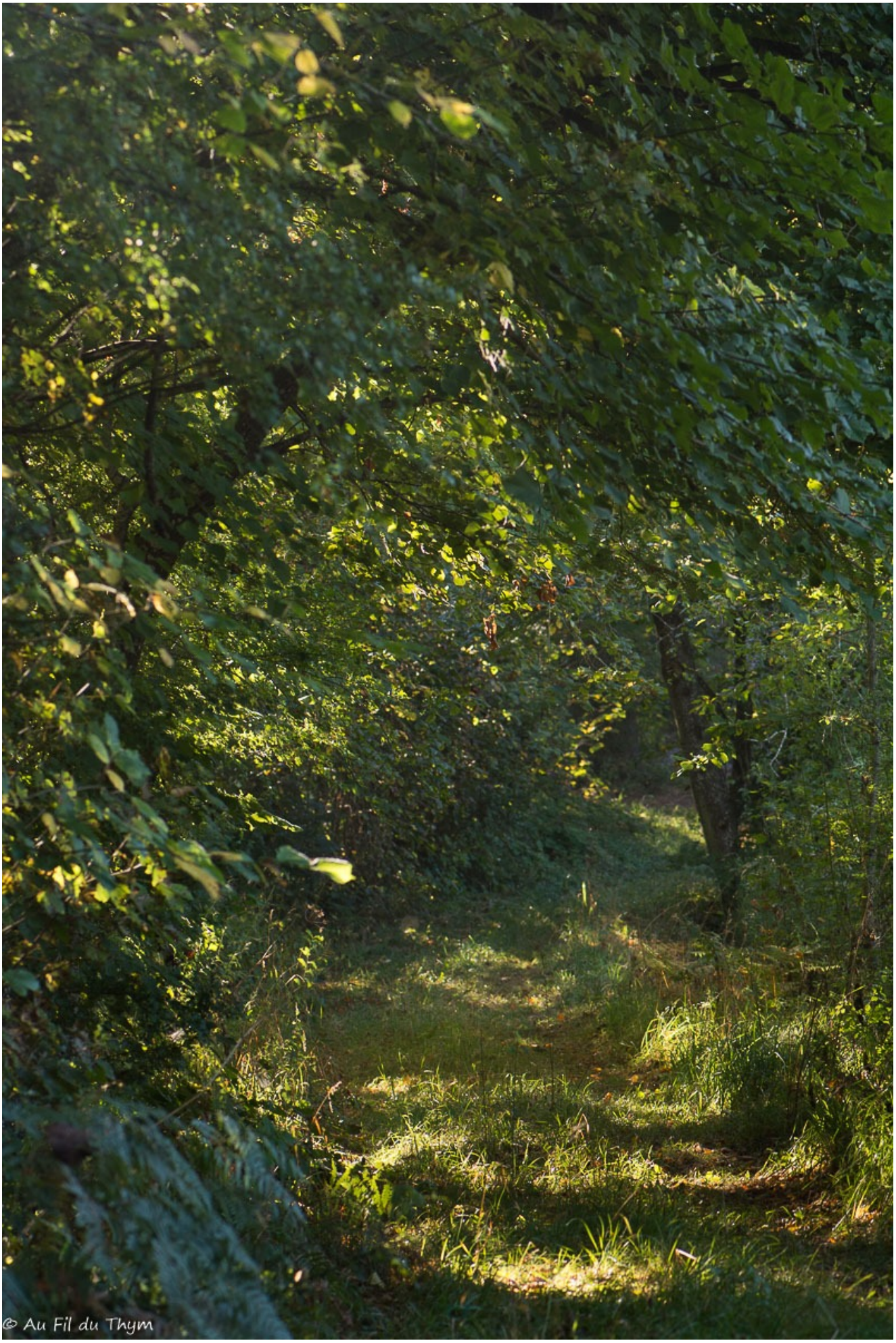
© Au Fil du Thym

© Au Fil du Thym

Un retour dans les forêts illuminés d’or montre les couleurs de l’automne, symphonie de lumières dorées..



© Au Fil du Thym


© Au Fil du Thym

Découvrir la pureté du Lac Bleu (Jeures)

Pour cette dernière sortie, partons dans le **Pays des Sucs de Haute Loire** . C'est un plateau d'altitude (1000 m environ) très\n préservé caractérisé par des collines boisées, immenses prairies et petits monts (=Sucs), témoins de l'ancienne activité volcanique du massif central. Ces lieux arborent pour moi une « couleur verte » très spéciale, pleine de vie, lumineuse, ce qui fait d'eux un de ces vrai écrin de Nature.. Nous y avons déjà visité l'année dernière le Pic de Lisieux, une montagne aménagée avec un circuit de randonné très joli et agréable. Cette année, en famille, nous sommes partis pour un autre endroit renommé : **le Lac Bleu.**

Direction le pays des Sucs en voiture :

Arrivés au site du Lac Bleu, nous découvrons un beau point de vue sur le Mézenc, plus haut Mont de Haute Loire :

Après une courte montée, nous arrivons devant un goulot d’étranglement pierreux. Nous grimpons.. et restons époustouflés par le **Lac Bleu**. Qui aurait cru trouver encore des couleurs si cristallines en France ? Qui aurait cru trouver un espace si protégé ?

Qui aurait cru trouver dans un lac Français des espèces de poisson sensibles aux polluants ? Dans cet écrin Nature, calme et respect cohabitent en harmonie. Pas de déchets, pas de

bruits, juste du respect envers Mère Nature ? Nous en faisons le tour avec émerveillement, restons un instant, puis partons dans rien déranger, sans laisser de trace, juste des images magnifiques de Nature …

© Au Fil du Thym

© Au Fil du Thym

Note : Ombles Chevalier, poissons de rivière très sensibles à la pollution.. et témoins de la préservation de cet environnement.

Sur ces jolies images au pays des sucs de Haute Loire, et en espérant vous avoir apporté un peu d'évasion 100% made in France, je vous souhaite une belle journée !

Soupe de potimarron, fenouil et curry

Bonjour à toutes et tous
Outre les balades en forêts, un de mes plaisirs de l'automne réside dans le retour des soupes colorées et réconfortantes. Potiron, potimarron, courge de Provence ou butternut, toutes passent dans ma cuisine pour le grand plaisir de mes bols favoris.

Tarte au raisin frais et aux noix

Bonjour à toutes et tous,
Belle Maman – grande collectionneuse de recette – ayant repéré que les raisin était bien de saison, elle m’a conseillé de cuisiner une vieille recette de tarte au raisin frais