Clafoutis d’épinards au chèvre frais

Bonjour à toutes et tous
Imaginez qu’il se fait tard, que vous avez la flemme, et que vous aimeriez un repas plus diététique que des pâtes.. que réalisez-vous ? Une « bonne » réponse est le clafoutis salé !

Crumble banane chocolat

Bonjour à toutes et tous,

je vous retrouve ce matin pour une idée recette qui fait partie de mes classiques de l’hiver et qui plaît énormément à mes plus si petits gourmands. Si vous appréciez la banane, sans doute l’aimerez-vous.

En hiver, si on tente au maximum de privilégier les fruits cultivés localement (*ie. pommes, poires, kiwi*) ou pas trop loin (*i.e. oranges, clémentines*), certaines fois, nous faisons des excursions dans les fruits exotiques, comme la banane. On l’oublie, mais la banane ne vient pas de France Métropolitaine, et fait plusieurs milliers de kilomètres pour atterrir dans nos étals. C’est donc un fruit exotique.

Bref, grignotée telle qu’elle où cuisinée, la banane est toujours un bon plan. En particulier dans cette recette de dessert : en **crumble**. Vous mélangez le fondant des bananes au croustillant de la pâte. En ajoutant un peu de chocolat, vous avez un contraste douceur / amertume. En tout, vous obtenez un délicieux mets auquel vos (petits-) gourmands succomberons vite. Les miens l’adorent tellement qu’ils me le demandent

régulièrement.

Je voulais donc partager la recette de ce crumble banane chocolat avec vous, en espérant que cela vous plaise. Bonne journée !

- Crumble de bananes -
au chocolat
© Au Fil du Thym

Recette : Crumble banane chocolat

Saison de la recette : Privilégier l’hiver
Temps de préparation : 20 minutes
Temps de cuisson : 15 minutes

Ingrédients

Pour 4 personnes :

- 5 à 6 bananes
- 50 g de sucre
- 80 g de farine
- 20 g de poudre d’amande
- 60 g de beurre
- 50 g de chocolat (noir ou au lait , cf 1.)

Réalisation

- Dans un saladier, déposez la farine, sucre, beurre coupé en petits morceaux et la poudre d’amande. Mélangez jusqu’à former une pâte bien amalgamée et homogène.
- Coupez le chocolat en petits morceaux (format pépites) puis ajoutez-le à la pâte. Réservez ensuite cette pâte.
- Pelez les bananes et coupez-les en tranches de 1/2 à 1 cm de largeur. Placez les rondelles au fond de petits ramequins où d’un plat à four.
- Émiettez le crumble au chocolat dessus.
- Enfournez pour 20 à 25 minutes à 180°C. Le crumble doit commencer à diner

Servez ce crumble banane chocolat tiède ou à température

ambiante.

Astuces :

- Il se conservera 24 à 48h au réfrigérateur.
- Choisissez du chocolat noir si vous souhaitez un goût prononcé. Privilégiez du chocolat au lait pour les petits gourmands.

Crumble banane chocolat

Tarte au citron (de P.

Bocuse)

Bonjour à toutes et tous,
Après une journée de samedi particulièrement tempétueuse et gorgée de trombes d’eau, j’avais envie ce matin de vous retrouver pour une recette pleine de gourmandise et de soleil. En effet, tous les ans, autour de mars, j’adore préparer des tartes au citron, meringuées ou non.

Beignets aux pommes (faciles)

Bonjour à toutes et tous
Sachant que mes petits gourmands sont en vacances et qu’ils sont tentés par des beignets depuis qu’ils ont vu « Mardi Gras » sur le calendrier, devinez ce que j’ai souhaité faire pour leur faire plaisir ?

Gratin de salsifis à la sauge et au lard

Bonjour à tous !

Une idée facile et rapide pour déguster un légume peu courant vous intéresserait ? Bienvenue sur ce billet ! Nous allons parler du **salsifis:** un légume ancien, un peu désuet, qui se présente sur les étals sous forme de longues tiges noires. Mes gourmands l’adorent.

Ce légume est apprécié par mes gourmands poêlé dans une généreuse couche de beurre.Il y a peu, pour leur faire plaisir, je leur ai proposé de sortir de leur classique et leur préparer un plat plus élaboré. Le temps étant encore un peu frais en soirée, c’est un gratin qui a été retenu : des salsifis fondants, une crème parfumée à sauge, du lard fumé pour leur côté carnivore, il n’en fallait pas plus pour aboutir à une recette qui semblait gourmande. Ils se sont régalés et on bien vite insité pour que je l’itère..

J’avais donc envie de partager cette idée avec vous. Si vous ne trouvez pas de salsifis frais (c’est assez rare), vous pouvez toujours opter pour l’option en boite de conserve. Cela aura toujours le mérite d’être plus rapide à préparer ;). Bonne journée

Gratin de salsifis à la sauge et lard fumé

Gratin de salsifis à la sauge et au lard fumé

Une recette de gratin salsifis parfumé à la sauge et lard fumé. Vite préparé, c'est un accompagnement savoureux!

Saison de la recette : Décembre – Mars

- 800 g de salsifis frais (équivalent 2 boites)
- 200 ml de crème légère
- 100 ml de lait
- 1 cuillérée à café de maïzena
- 4 tranches de lard fumé (ou de pancetta)
- 2 feuilles de sauge
- sel et poivre

Préparation des salsifis frais.

1. Lavez soigneusement vos salsifis. Retirez la tête puis épluchez les à l'économe jusqu'à ce qu'ils n'aient plus de peau noire. Parfois il faut 2 bons passage à l'économe avec des « lavages intermédiaires » pour retirer les résidus.
2. Coupez les en tronçons de 2-3cm.
3. Faites les cuire dans de l'eau bouillante sale jusqu'à ce qu'ils soient tendre (10 minutes environ). Égouttez et réservez.

Composition & cuisson du gratin

1. Disposez les salsifis dans un plat à gratin ou de petits ramequins.
2. Coupez le lard en petits morceaux et mélangez avec les salsifis.
3. Dans un grand bol, mélangez la crème, le lait, la maïzena, sel, poivre et sauge hachée. Versez cette préparation sur les salsifis.
4. Enfournez ensuite à 180°C, pendant 25 minutes environ (jusqu'à ce que le gratin gratine..)Dégustez chaud.

- * Ces gratins de salsifis accompagneront bien une viande rouge ou blanche.

Accompagnement, Légumes
Française
gratin salsifis

Escapade du côté de Gresse-en-Vercors

Bonjour à tous,

Alors que les vacances de février ont démarrées pour certains ou se font attendre pour d'autres, j'aimerais vous inviter ce matin pour un petit détour à la montagne. Entre les fêtes de fin d'année, en famille, nous avons décidé de prendre quelques jours « hors de la maison » et sommes partis « de l'autre côté du Vercors », côté Isère et du côté de Gresse-En-Vercors. Lors de ces quelques jours de vacances nous (et surtout moi) avons eu l'occasion de nous promener, découvrir d'autres paysages,

et -pour ma part- prendre plein de jolies photos.J ‘aimerais partager avec vous quelques unes de photos et des idées pour voir la montagne d’hiver et le Vercors autrement.

A la quête du soleil levant…

Alors que mes gourmands sont plutôt des marmottes, je suis un vrai chamois guettant les premiers rayons du soleil et l’aurore. Le spectacle du soleil émergeant juste au dessus des montagnes est toujours un émerveillement. Qu’importe la fatigue et le froid matinal.

De ce côté du Vercors, j’ai eu l’occasion d’un aller presque chaque matin : une première fois pour attraper la douce lumière baignant les basses vallées. Dans le froid du matin, je la vis s’avancer s’avança ce matin là comme un voile, réchauffant peu à peu les terres endormies..

Puis deuxième matin, où je la vis illuminer progressivement les falaises de Saint Andéol. Ce matin là, perchée sur une pente avec -5°, je suis récompensée de mes efforts en

découvrant les pierres grises des falaises s’illuminer peu à peu.. Sous le soleil du mati, elles adoptèrent une teinte jaune-ocre qui n’était pas sans rappeler le Colorado. Et non, vous ne rêvez pas, nous sommes bien en Rhône-Alpes.

S’aérer en forêt le matin

On y pense peut souvent, mais la « petite montagne » (600-1200 m) est souvent une zone de forêts peuplée de feuillus, de sapins, et de pistes s’enfonçant dans les forêts. Lors mes sorties matinales (post lever de soleil) j’ai parcouru de nombreux chemins, m’émerveillait devant la lumière douce du soleil, et les teintes bleutées que prennent la montagne.

Mais ne croyez pas que le bleu domine : quelques heures après, cette fois accompagnée de toute la petite famille, nous nous sommes promenés sous une lumière dorée, rehaussant les teintes rouges des branches et surlignant le vert des sapins.. Ce soleil d’hiver apportait une certaine chaleur à nos sorties, offrant même l’opportunité de faire tomber bonnets et écharpes.

Un de nos petit plaisir dans ces ballades forestières, fut de se sentir toujours « au dessus » des autres. Au détour d’une trouée, nous avons eu la chance de contempler la vallées noyées sous les nuages. Instant hors du temps qui a émerveillé les petits gourmands.

Grimper sous le grand soleil

Prenez chaussures de randonnée, blousons de skis, bâtons de marche et nous partons de Gresse-en-Vercors pour randonner sur les pentes ensoleillées du col de Trièves, au pied de la « Grande Moucherolle ».

Une fois rendus au col de Trièves, nous avons emprunté le télésiège qui fonctionne même sans neige et avons grimpé sans efforts de facile 200-300 m pour atteindre 1400 m d'altitudes. Une fois sur les pentes, point de fleurs, de myrtilles mais des herbes sèches , des buissons rouges de baies, et un point de vue impressionnant dans la vallée baignée de soleil.

La randonné au grand air se réalise dans la bonne humeur : les petits gourmands parlent des marmottes, et je cours de partout attraper quelques photos. Malgré l'hiver, ne croyez pas qu'il a fait froid : entre l'effort, et le grand soleil, nous avons tous fini sans manteau ^^

Après encore une bonne centaine de mètres de dénivelé, en nous retournant, nous sommes tombés sur un exceptionnel point de vue sur le massifs de la Chartreuse avec ses sommets

recouverts de neige. Leçon de géographie sur wikipédia pour essayer de donner des noms aux sommets identifiés par les petits gourmands. Mon mari profite du calme pour décompresser, je ne peux m’empêcher de laisser mon esprit vagabonder sur ces pentes que j’adorerais gravir.La descente s’effectue par un petit chemin de forêt baigné de lumières. Au travers des herbes sèches, des pierres, des héllébores fétides en croissance, et un calme absolu. Cependant, plutôt que de vous présenter ces images souvent bien typées « macro-photo », je vous laisse le paysage de la Chartreuse en mémoire, plus apte à l’émerveillement.

Voici donc quelques petites images de notre escapade du côté de Gresse-en-Vercors en hiver. En espérant vous avoir apporté un peu dépaysement, je vous souhaitant une très bonne journée !

Crèmes brûlées à l’orange

Bonjour à toutes et tous
Hiver oblige, l’orange s’invite dans nos desserts et gourmandises. Elle apporte parfums, notes acidulées ou sucrée et souvent du moelleux.

Noisetta (Comme un nutella maison)

Bonjour à toutes et tous
Il ne vous as sans doute pas échappé que la Chandeleur est pour bientôt : télévision, radios, réseaux sociaux et blogs se sont mis à sauter des crêpes et nous tenter à grand renfort de gâteaux ou de pancakes. Et qui dit crêpes ou gaufres, dit garniture.. et pour les gourmands c’est souvent une pâte à tartiner avec un N.