

# Menus de saison – Février

Bonjour à toutes et tous,

Pour reprendre les traditions du blog, dans ce billet, je vous propose différentes recettes pour agrémenter et varier vos menus de Février. Ce sont des recettes publiées en Février ou dans les mois attenants. J'espère que vous trouverez quelques idées pour vous inspirer. : )

---

## Les produits de saison

- **Légumes** : On dit au revoir aux courges et c'est le temps des légumes racines comme les *betteraves*, *navets*, *carottes*, *céleri-rave*. Les *poireaux* et les *blettes* complètent le panier accompagnements. Les *endives* offrent des idées de salade pour nos menus février.
- **Fruits**: Les *agrumes* sont en pleine saison (oranges, clémentines, citron..), ainsi que les *pommes* et *poires de garde*. N'oubliez pas le *kiwi made in France* et son pep's acidulé.
- **Fromages**: On pense aux *tommes de montage*, au *Mont D'Or*, aux fromages affinés tels que *Comté*, *Beaufort*, *Ossau-Iraty*..
- **Viandes et Poissons**: Les *volailles* entrent dans leur saison, comme *l'agneau*. En poisson, c'est la saison de la *saint jacques*, du *merlu*, du *mulet*. Les *poissons fumés* sont aussi dans leur saison.



Oranges



Céleri rave



Kiwis

---

## Les Bons-Plans

Côté plats salés, **les gratins fromagers** et les **soupes complètes** sont idéaux pour se réchauffer. Sinon on opte aussi pour les **crêpes salées**. En sucré, les **crêpes** et les **beignets** sont de retour, classiques ou aux fruits. Et les goûters peuvent aussi s'en référer aux cakes sucrés, aux agrumes.

### Au Quotidien

- [Salade d'endives, vinaigrette moutarde](#)
- [Merlu au four, clémentine et coriandre](#)
- [Crêpes inratables au caramel d'orange](#)
- [Bouligou du Limousin](#)

### A préparer à l'avance

- [Pot au feu de dinde](#)
- [Soupe pois cassés et chou vert](#)
- [Gratin de crozets, poireaux, morteau et reblochon](#)
- [Cake à la clémentine](#)
- [Clafoutis de kiwi et graines de pavot](#)



---

## Toutes les recettes de février

---

### Apéritif

- [Bastelles](#)
- [Barquettes d'endives au fromage frais](#)
- [Boulettes de lentilles et aillade toulousaine](#)
- [Gaufres aux carottes](#)

- [Escargots aux olives](#)
- [Mini cakes rosette et emmenthal](#)
- [Verrines de carotte, chèvre, pistache](#)



Boulettes de lentilles et aillade toulousaine

---



Clafoutis endives et noix

## Soupes, Tartes salées, salades

- [Clafoutis d'endives et noix](#)
  - [Salade d'endives, clémentines, gruyère](#)
  - [Soupe paysanne pois cassés et chou vert](#)
  - [Soupe topinambour et épinards](#)
  - [Tarte à la betterave et au bleu](#)
  - [Tarte au boudin noir et deux pommes](#)
  - [Tarte au poireaux et graines de courge](#)
  - [Soupe de rutabaga au quinoa](#)
  - [Velouté de légumes d'hiver](#)
-

# Plats Veggies, Viande, Poisson

- [Kedgeree de kippers](#)
- [Crêpes gratinées, champignon et tomme](#)
- [Gratin de crozets, poireaux, morteau et reblochon](#)
- [Joues de porc à la moutarde à l'ancienne](#)
- [Mont d'or au four et 3 accompagnements](#)
- [Merlu au four, clémentine et coriandre](#)
- [Pot au feu de dinde](#)
- [Soupe pois cassés et chou vert](#)
- [Tajine de pois chiches, navets, raisins secs](#)



Kedgeree de Kippers

---



Boxty (Galette de pomme de terre – Irlande)

## Accompagnements

- [Betteraves caramélisées aux oignons](#)
  - [Boxty \(galette de pomme de terre, irlande\)](#)
  - [Choux de Bruxelles à la crème d'ail](#)
  - [Chou vert sauté aux graines de moutarde](#)
  - [Celerisotto aux amandes](#)
  - [Gratin de ravioles aux épinards](#)
  - [Gratin de pommes de terre au beaufort](#)
  - [Gratin de salsifis à la sauge et au lard](#)
  - [Poêlée de carottes, curry, moutarde](#)
-



# Desserts

- [Bouligou \(crêpe aux pommes\)](#)
- [Clafoutis de kiwi et graines de pavot](#)
- [Crèmes brûlées à l'orange](#)
- [Crumble banane chocolat](#)
- [Gâteau à l'orange](#)
- [Gâteau de crêpes au citron](#)
- [Pavlova orange et grenade](#)
- [Merveilles](#)
- [Tarte d'Yport](#)
- [Tourtisseaux](#)



Gâteau de crêpes au citron

---



Merveilles – Beignets du Sud Ouest

## Goûters

- [Beignets aux pommes](#)
  - [Cake à la clémentine](#)
  - [Cookies chocolat et flocons d'avoine](#)
  - [Crêpes irratables au caramel d'orange](#)
  - [Crêpes au lait d'amande et fleur d'oranger](#)
  - [Pets de None](#)
  - [Sablés à la bergamote](#)
  - [Tourtisseaux](#)
-

# Petits déjeuners & brunch

- [Beignets aux pommes](#)
- [Bouligou \(crêpe aux pommes\)](#)
- [Cake à la clémentine](#)
- [Crêpes irratables au caramel d'orange](#)
- [Crêpes au lait d'amande et fleur d'oranger](#)
- [Kouign bigoudens](#)
- [Fromage blanc, kiwi, amandes](#)
- [Marmelade fenouil, orange, clémentine](#)
- [Tarte au goumeau](#)



Crêpes irratables et caramel d'orange

---



© Au Fil du Thym