

# Menus de saison – Juin

Bonjour à toutes et tous,

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

---

## La cuisine de Juin

- **Légumes** : C'est le festival des (petits) légumes verts : *petits pois, pois gourmands, fèves, courgettes, fenouil, céleri branche...* et l'arrivée des premières *tomates* sur la fin du mois.
- **Fruits** : On profite des fruits rouges (*fraises, framboises, groseilles, cassis,...*), des *cerises* et sur la fin du mois des premiers *abricots*.
- **Fromages** : C'est la saison des *fromages frais* et *fromages blancs*.
- **Viandes et Poissons** : *Agneau* et *canard* régaleront les amateurs de viande, tandis que le *colin, dorade, merlu* et *sole* garniront les assiettes des amateurs de poisson.

Côté plats salés pour les menus juin, les *salades de fin de printemps* agrémentent les assiettes de fraîcheur, les *clafoutis* et *tartes salées* s'utilisent dans les repas sur l'herbe. En sucré, les *verrines sucrées* offrent des desserts frais. On opte aussi pour les *salades de fruits* relevées de fruits rouges.

---



## Apéritif

- [Accras de morue](#)
- [Crackers à la sarriette](#)

- [Escargots aux olives](#)
- [Fleurs de courgettes farcies à la faisselle et aux herbes](#)
- [Focaccia au vin blanc et olives](#)
- [Gaspacho betterave menthe](#)
- [Tartinable de fèves](#)
- [Tzatziki de céleri branche](#)



© Au Fil du Thym

Tzatziki de céleri-branche

---



© Au Fil du Thym

Salade petits pois, fraises, roquette

## Salades, Tartes et entrées

- [Bruschetta chorizo chèvre tomate](#)
- [Clafoutis de fèves à la menthe](#)
- [Croque jambon cru, mozzarella, pesto](#)
- [Flans de petits pois au curry](#)
- [Quiche aux courgettes et chorizo](#)
- [Salade de betteraves, framboises, menthe](#)
- [Salade de courgettes en tagliatelles](#)
- [Salade de petits pois, fraises, roquette](#)
- [Salade de petits pois, fèves, pomme de terre, menthe](#)
- [Salade de pois chiches, radis, ciboulette](#)
- [Salade de riz et aile de raie](#)
- [Salade d'artichauts et pois chiches rôtis](#)
- [Tarte aux oignons doux](#)
- [Velouté de courgettes au lait d'avoine](#)

---

## Plats Veggies, Viande, Poisson

- [Asperges sautées et lentilles corail](#)
- [Boulettes de dinde, citron et romarin](#)
- [Boulettes de porc laquées](#)
- [Flan de courgettes à la faisselle](#)
- [Magret de canard aux cerises](#)
- [Magret de canard laqué miel et soja](#)
- [Maquereau au four, citron et romarin](#)
- [Poisson et fenouil rôtis au four](#)
- [Roulé de veau à l'italienne](#)
- [Wok de pois gourmands et tofu fumé](#)



© Au Fil du Thym

Magret de canard aux cerises

---



© Au Fil du Thym

Poêlée artichauts pomme de terre à l'orientale

## Accompagnements

- [Boulghour aux pois gourmands](#)
- [Courgettes sautées à la sauge et noisette](#)
- [Couscous en petits pains](#)
- [Couscous aux fèves et aux courgettes](#)
- [Salade d'artichauts et pois chiches rôtis](#)
- [Padrons sautés à l'ail et huile d'olive](#)
- [Poêlée artichauts et pomme de terre à l'orientale](#)

---

## Desserts

- [Clafoutis rhubarbe, vanille, amande](#)
- [Crèmes dessert amandes et coulis de groseilles](#)

- [Flans à la mélisse](#)
- [Fontainebleau aux fraises](#)
- [Gâteau roulé fraises mascarpone](#)
- [Gâteau cerises et amande, façon gâteau au yaourt](#)
- [Mousse aux framboises onctueuse](#)
- [Salade de fruits d'été au thym](#)
- [Tarte aux abricots et romarin](#)
- [Verrines de cerises et fromage blanc](#)



Fontainebleau à la faisselle de chèvre



© Au Fil du Thym

Échaudées (biscuits médiévaux)

## Goûters

- [Cake groseilles et amandes](#)
- [Echaudées](#)
- [Eau infusée fraises et menthe](#)
- [Gâteau basque aux cerises fraîches](#)
- [Gaufres fourrées vergeoises](#)
- [Salade de fraises à la menthe fraîche](#)
- [Tarte des alpes à la confiture de fraises](#)

---

## Petits déjeuners et Brunches

- [Confiture cerises et citron](#)
- [Eau infusée fraises et menthe](#)

- [Omelette aux courgettes et menthe](#)
- [Pancakes aux flocons d'avoine](#)
- [Salade de fraises à la menthe fraîche](#)
- [Salade de fruits d'été au thym](#)
- [Semoule au lait](#)



© Au Fil du Thym

Eau infusée fraises menthe

---

## Les Bons-Plans

Les recettes à connaître ou tester ☐

### Au Quotidien

- [Croque jambon cru, mozzarella, pesto](#)
- [Poisson et fenouil rôtis au four](#)
- [Courgettes sautées à la sauge et noisette](#)
- [Gâteau cerises et amande, façon gâteau au yaourt](#)

## À préparer à l'avance

- [Couscous fèves et courgettes](#)
- [Flans de petits pois au curry](#)
- [Focaccia au vin blanc et olives](#)
- [Mousses aux framboises onctueuse](#)

## Repas de famille

- [Roulé de veau à l'italienne](#)
- [Gâteau roulé fraises mascarpone](#)



© Au Fil du Thym

Panier de saison en juin

---

Note : Bandeau « recettes de saison : juin » généré par IA