

Menus de saison – Juin

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 Juin. Ce sont des recettes publiées en Juin ou dans les mois attenants. J'espère que vous trouverez quelques idées pour vous inspirer. :)

Les produits de saison

Légumes : C'est le festival des (petits) légumes verts : *petits pois, pois gourmands, fèves, courgettes, fenouil, céleri branche...* et des premières *tomates* sur la fin du mois.

Fruits: On profite des fruits rouges (*fraises, framboises, groseilles*), 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.

Les types de plats

Côté plats salés pour les menus juin, les *salades de fin de printemps* agrémentent les assiettes de fraîcheur, les *clafoutis* 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.

Bons-Plans

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](#)

A 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](#)
-

Apéritif

- [Accras de morue](#)
- [Crackers à la sarriette](#)
- [Escargots aux olives](#)
- [Fleurs de courgettes farcies](#)
- [Foccacia au vin blanc et olives](#)
- [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](#)
- [Salade de betteraves, framboises, menthe](#)
- [Salade de courgettes en tagliatelles](#)
- [Salade de petits pois, fraises, roquette](#)
- [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



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 fèves et 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](#)
- [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 cerises et fromage blanc](#)



Fontainebleau à la faisselle de chèvre



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



Eau infusée fraises menthe



© Au Fil du Thym