

# Recettes de saison : Décembre

**Fruits** : châtaigne, noix, datte, clémentine, mandarine, kiwi, orange, pamplemousse, poire, pomme.

**Légumes** : betterave, cardon, carotte, céleri-rave, chou, chou de Bruxelles, chou rouge, courges (courge, citrouille, potiron, potimarron...), endive, navet, panais, poireau, salsifis, champignons. **Salades** : mâche, salade chicorée.

## Verrines de crevettes

(6 personnes)

- 200g de crevettes roses cuites décortiquées
- 2 pamplemousses roses
- Aneth
- 150g de fromage blanc 0 ou 20% MG
- 1 jaune d'œuf
- 1 cuillère à café de moutarde forte
- 1 cuillère à soupe de jus de citron
- 1 cuillère à soupe de concentré de tomate
- 1 ou 2 cuillère à café de Tabasco



Mélangez le jus de citron avec la moutarde et le jaune d'œuf. Fouettez avec vigueur puis incorporez petit à petit le fromage blanc. Assaisonnez et ajoutez le concentré de tomate et le Tabasco à votre convenance. Coupez les pamplemousses en deux et prélevez les quartiers de pulpe. Mélangez les crevettes, les quartiers de pamplemousse et la sauce cocktail, répartissez dans de petites verrines et mettez au frais. Servez frais, décoré d'aneth.

## Papillotes de lapin aux épices

(4 personnes)

- 4 cuisses de lapin
- 2 carottes nouvelles
- ½ citron vert
- 2 tiges de citronnelle
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- ½ cuillère à café de piment en poudre
- 1 branche de thym
- Sel, poivre...



Pelez les carottes et émincez-les en très fines rondelles. Lavez 1 citron vert à l'eau chaude et coupez-le en deux. Coupez l'une des deux moitiés en 6 puis en très fines lamelles. Pressez le jus des citrons restants. Lavez les tiges de citronnelles, séchez-les, retirez les feuilles et coupez les deux extrémités des tiges. Ciselez-les. Coupez ensuite 12 feuilles carrées de papier aluminium. Assemblez-les deux par deux et posez les sur des assiettes creuses. Préchauffez le four à 200°C (th 6/7). Posez une cuisse de lapin au centre de chaque papillotes, arrosez-les d'huile d'olive, ajoutez les rondelles de carottes, les lamelles de citron vert et des demi-tiges de citronnelle ciselées. Répartissez le jus de citron vert, salez légèrement, donnez un tour de moulin à poivre et poudrez de piment. Ajoutez la branche de thym au dessus. Refermez les papillotes hermétiquement et doublant les plis et en les ficelant. Posez-les sur la plaque du four et enfournez pour 30 min de cuisson.

## Verrines de crème aux litchis

(6 personnes)

- 50g de litchis frais ou une boîte de litchis au sirop
- 3 feuilles de gélatine
- 1 citron vert
- 2 œufs
- 4 cuillères à soupe de sucre en poudre
- 20cl de crème liquide allégée (< 15% MG)

Plongez les feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide 5 min afin qu'elles ramollissent. Epluchez les litchis et dénoyautez-les. Récupérez le jus. S'ils sont en conserve, égouttez-les bien et réservez 3cl de sirop dans une petite casserole. Epluchez le citron et mixez-le avec les litchis. Faites chauffer le sirop réservé sur le feu doux jusqu'aux premiers frémissements puis retirez du feu. Essorez les feuilles de gélatine et faites-les fondre tout en fouettant dans le sirop chaud. Dans un saladier, incorporez le sirop à la purée de litchis toujours à l'aide d'un fouet ainsi que le sucre en poudre et réservez. Cassez les œufs et ne gardez que les blancs, battez-les en neige. Continuez l'opération jusqu'à obtention d'une neige très ferme. Incorporez, ensuite, la préparation aux litchis en continuant de battre au fouet électrique. Montez la crème fraîche au fouet et incorporez-la délicatement au mélange précédent. Répartissez la mousse aux litchis dans des verrines et réservez au réfrigérateur 2 heures au moins avant de servir.

