

Recettes de saison : Août

Fruits : citron, abricot, brugnion, nectarine, pêche, cassis, mûre, myrtille, figue, fraise, framboise, melon, prune, mirabelle, poire, raisin, tomate.

Légumes : artichaut, aubergine, blette, brocolis, carotte, concombre, courgette, fenouil, haricot vert, poireau, poivron, salsifis.

Salades : laitue, salade chicorée, roquette. **Aromates** : ail, échalote, oignon.

Mille feuilles de quinoa, faisselle et courgettes

(2 personnes)

- 200g de quinoa
- 300g de faisselle Rians 0 ou 20% MG
- 2 gousses d'ail
- Ciboulette, thym
- 1 petite courgette
- 1 cuillère à café d'huile d'olive
- Sel, poivre,
- Piment d'Espelette



Faites cuire le quinoa dans de l'eau pendant 15 min après l'avoir rincé à l'eau froide. Égouttez-le et réservez. Egouttez également la faisselle dans une passoire fine. Pendant ce temps, lavez la courgette, coupez des tranches très fines à l'aide d'une mandoline. Disposez ces tranches dans un saladier et ajoutez l'huile, le thym, sel, poivre et l'ail pressé. Mélangez bien avec vos mains. Laissez mariner pendant 20 min. pendant ce temps, disposez le quinoa refroidi au fond de 2 emportées pièces (env. 9 cm), tassez bien. Mélangez la faisselle égouttée avec la ciboulette ciselée, d'ail pressé, sel, poivre. Disposez une couche de faisselle sur le quinoa puis assemblez les tranches de courgettes par dessus, en quinconce et plusieurs couches. Rajoutez une couche de faisselle et terminez par d'autres tranches de courgettes. Tassez bien. Réservez au frais jusqu'au moment de servir. Démoulez délicatement, ajoutez quelques pincées de piment d'Espelette et dégustez.

Gratin fraises melon

(4 personnes)

- 300g de fraises
- 1 melon
- 2 jaunes d'œuf
- 15cl de crème fraîche épaisse 3% MG
- 40g de sucre en poudre
- 1 sachet de sucre vanillé



Laver puis couper les fraises en 2. Peler, égrener et couper le melon en tranches de 1 à 2 cm d'épaisseur. Préchauffer le grill du four. Tapisser les fonds de petits ramequins beurrés avec les fruits. Fouetter le sucre avec les jaunes d'œuf jusqu'à blanchiment du mélange, puis incorporer la crème. Lorsque le mélange est homogène, napper les fruits. Faire gratiner sous le grill et servir bien chaud.