

Recettes de saison : Avril

Fruits : noisette, noix, pomme, citron, kiwi, orange, pamplemousse, pomélo.

Légumes : artichaut, asperge, blette, carotte, chou-fleur, épinard, navet, poireau, radis rose. **Salades** : cresson, frisée, laitue, oseille. **Champignons** : morille. **Aromates** : ail, échalote, oignon.

Risotto aux épinards

- 1kg d'épinards (frais ou décongelés)
- 6 gousses d'ail
- 4 c. à café d'huile d'olive
- 400g de riz pour risotto
- 4 c. à café de pignons de pin
- 200ml de vin blanc sec
- 600ml de bouillon de légumes chaud
- 60g de parmesan râpé
- 40ml de crème fraîche à 15% MG
- Sel, poivre...



Dans une sauteuse, faites chauffer l'huile d'olive et faites y revenir l'ail pressé et le riz. Dès que le riz est transparent (plus ou moins 3min), ajoutez les pignons de pin. Ajoutez peu à peu le bouillon de légumes et le vin en mélangeant bien. Poursuivez la cuisson, toujours en mélangeant régulièrement, jusqu'à ce que le riz soit à point. Incorporez les épinards, le sel, le poivre, le parmesan et la crème. Mélangez.

Pommes au four à la citronnelle

(4 personnes)

- 4 pommes
- ½ c. à café de vanille en poudre
- Quelques feuilles de citronnelle
- Le jus d'une orange
- 4 c. à café de sucre roux



Préchauffez le four à Th.7 (210 °C). Coupez le haut des pommes et mettez les pommes entières au four. Faites infuser la vanille et les feuilles de citronnelles dans le jus d'orange préalablement chauffé. Retirez les feuilles. Sortez les pommes du four, enlevez le haut des pommes. Récupérez la chair et mélangez au jus d'orange à la citronnelle. Remettez dans les pommes et ajoutez le sucre roux.