

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.

Papillote de poisson à la provençale (4 personnes)

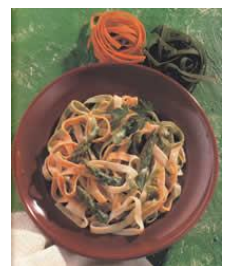
- 4 filets de poisson blanc (dorade, merlan, cabillaud, lotte...)
- 12 tomates cerise
- 1 oignon
- 2 carottes
- Huile d'olive
- Sel, poivre



Préchauffez le four à 200°C. lavez et coupez les tomates cerise en deux. Pelez et râpez les carottes. Epluchez et taillez finement l'oignon. Préparez 4 feuilles de papier sulfurisé ou aluminium. Répartissez les filets de poisson et les légumes sur chacune des feuilles. Versez un filet d'huile d'olive par-dessus puis salez et poivrez. Refermez les papillotes. Enfournez pendant environ 20 min, en vérifiant la cuisson. Servez à la sortie du four.

Tagliatelles aux asperges et aux morilles (6 personnes)

- 400g de tagliatelles fraîches
- 600g de pointes d'asperges
- 150g de morilles fraîches ou 50g de morilles déshydratées
- 1 échalote
- 10g de beurre
- Sel, poivre
- 6 tiges de ciboulettes



Préparation des ingrédients : si vous utilisez les morilles déshydratées, faites les tremper dans de l'eau tiède 2 heures avant. Epluchez et lavez les asperges. Otez la partie terreuse des pieds des morilles et coupez les pieds en morceaux. Lavez les chapeaux. Et gardez les entiers. Epluchez et hachez l'échalote. Ciselez la ciboulette.

Préparation : faites cuire les asperges à petits bouillons dans de l'eau salée. Dans une poêle, faites chauffer le beurre et mettez l'échalote et les morceaux de pieds de morilles à suer, ajoutez les chapeaux et laissez cuire doucement. Egouttez les asperges, réservez-les. Mettez à bouillir de l'eau salée. Quand elle bout, versez les tagliatelles, laissez reprendre l'ébullition et faites cuire 3 minutes. Egouttez. Versez les tagliatelles dans un grand plat, ajoutez les pointes d'asperges, les morilles et leur jus de cuisson. Salez et poivrez. Remuez et ajoutez la ciboulette. Servir.