Risotto aux Carottes, Courgettes et Crottins de Chèvre

Temps de Préparation : 15 minutes – Temps de Cuisson : 45 minutes – Difficulté : Facile

Pour 4/6 personnes :

- **300 g de riz spécial risotto (ici un riz rond spécial risotto d'exception de Camargue IGP « Riz Canavere »)**
- **25 cl de vin blanc sec**
- **3 courgettes**
- **3 carottes**
- **4 crottins de chèvre**
- **1,5 L de bouillon (de légumes ou de volaille)**
- **1 oignon**

1. Éplucher, laver puis tailler en brunoise (tout petits dés) les légumes. Émincer l'oignon finement.

2. Dans une cocotte ou wok, faire revenir dans de l'huile d'olive quelques minutes l'oignon puis y ajouter l'ensemble des légumes.

3. Faire revenir le tout pendant une dizaine de minutes.

4. Ajouter le riz en prenant soin de bien l'enrober jusqu'à ce qu'il devienne transparent.

5. Verser le vin blanc dans sa totalité et remuer jusqu'à ce qu'il soit absorbé par le riz.

6. Mettre ensuite deux louches de bouillon, bien chaud, puis remuer de temps en temps afin qu'il soit bien absorbé par le riz.

7. Une fois les deux louches de bouillon absorbées, renouveler l'opération précédente pour le reste du bouillon.

8. A la fin de la cuisson du risotto (au bout de 20/25 minutes environ), incorporer les crottins de chèvre émiettés.

9. Une fois les crottins fondus, servir immédiatement dans les assiettes et terminer avec un tour de moulin à poivre : c'est prêt !

   Il est bien évidemment possible de varier les légumes : poivron, panais, butternut… libre à vous de choisir !
   Ce qui est sûr c'est que ce risotto mélange douceur et saveur ! Les crottins de chèvre apportent de l'onctuosité au risotto !
   Une bien belle découverte pour ma part à tester d'urgence !

Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

Croustillants de Courgettes, Œuf et Chèvre

Pour 4 personnes :

- **4 feuilles de brick**
- **2 belles courgettes**
- **4 œufs**
- **8 tranches de buche de chèvre**
- **1 petit bouquet de persil**
- **huile d'olive**
- **sel, poivre**

1. Préchauffer le four à 180° en chaleur tournante.

2. Laver les courgettes, couper les extrémités puis les trancher en fines rondelles.

3. Faire revenir les rondelles pendant une dizaine de minutes dans une poêle bien chaude et avec un filet d'huile d'olive. Réserver.

4. Dérouler une feuille de brick puis y casser un œuf au centre sans briser le jaune.

5. Ajouter ensuite deux cuillères à soupe de rondelles de courgettes puis y déposer deux tranches de buche de chèvre. Saler et poivre généreusement.

6. Ciseler un brin de persil puis fermer la feuille de brick pour former un carré.

7. Badigeonner le tout avec de l'huile d'olive puis disposer le carré sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé.

8. Renouveler les opérations pour les 3 autres feuilles de brick.

9. Enfourner le tout pour 8/10 minutes de cuisson : c'est prêt !

   A la sortie de four, il est important de laisser refroidir ces croustillants. Ils se dégusteront avec une bonne salade de saison ou encore trempés dans du ketchup ou de la mayonnaise ! On peut également y rajouter un filet de miel pour plus de gourmandise !

➡️ Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation ! 😀

Mini Terrines de Courgettes et Jambon au Micro-

Ondes

Pour 4/6 personnes :

- **2 grosses courgettes**
- **4 tranches de jambon blanc**
- **3 oeufs**
- **20 cl de crème fraîche liquide**
- **60 g de gruyère râpé (ou crottin de chèvre ou parmesan)**
- **1 cuillère à soupe de Maïzena**
- **herbes de Provence**
- **sel, poivre**

1. Laver puis couper les courgettes en petits dés.

2. Les mettre dans un plat qui se ferme et qui passe au micro-ondes puis ajouter des herbes de Provence.

3. Couvrir et mettre à cuire au micro-ondes à puissance maximale pendant 12 à 15 minutes.

4. En parallèle, battre les œufs puis ajouter la crème fraîche et assaisonner généreusement en sel et en poivre, terminer par la cuillère à soupe de Maïzena en mélangeant jusqu'à obtenir une préparation bien lisse.

5. Incorporer le gruyère râpé ainsi que le jambon coupé en petits morceaux.

6. Dans de petits ramequins individuels, passants au micro-ondes, mettre au fond une couche de courgettes puis la préparation précédente jusqu'à hauteur.

7. Renouveler l'opération jusqu'à obtenir le nombre de ramequins désirés.

8. Faire cuire le tout au micro-ondes pendant 5 minutes à puissance maximale : c'est prêt !

   Avant dégustation, il faut penser à laisser reposer les terrines 1 minutes après la cuisson. Il est également possible de les déguster tièdes ou même froides !

Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

Cake aux Courgettes et aux Herbes du Jardin

Pour 6/8 personnes :

- **1 grosse courgette**
- **1 petit bouquet de persil**

- **1 petit bouquet de ciboulette**
- **1 crottin de chèvre (un peu vieux)**
- **200 g de farine**
- **3 œufs**
- **10 cl d'huile d'olive**
- **10 cl de lait**
- **1 oignon doux (type Lézignan)**
- **1 sachet de levure chimique**

1. Laver et éplucher les courgettes puis les couper en cubes.

2. Dans une poêle, faire revenir les courgettes avec un filet d'huile d'olive jusqu'à ce qu'elles aient rendu leur eau. Puis réserver.

3. Préchauffer le four à 200° en chaleur tournante.

4. Dans un saladier, battre les œufs puis ajouter l'huile d'olive et le lait.

5. Incorporer petit à petit la farine et la levure jusqu'à obtenir une préparation bien lisse.

6. Ajouter ensuite les courgettes, les oignons émincés, les herbes (persil et ciboulette) hachées puis enfin le crottin râpé.

7. Mélanger soigneusement puis assaisonner généreusement en sel et en poivre.

8. Verser la préparation dans un moule à cake beurré.

9. Enfourner pour 1h de cuisson : c'est prêt !

   Ce cake se dégustera tiède accompagné d'une salade de saison.
   Pour un peu plus d'originalité, il est possible de rajouter une poignée de noisettes à la préparation.

Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

Millefeuille de Rocamadour à la Confiture de Cerises

Pour 1 millefeuille :

- **3 tranches de pain de mie**
- **2 fromages de chèvre Rocamadour (pas trop vieux)**
- **2 cuillères à café de confiture de cerises (ici une confiture cerises griottes d'exception Favols)**
- **2 cuillères à soupe de crème fraîche**
- **2 pincées de sel**
- **2 pincées de poivre**

1. Préchauffer le four en chaleur tournante à 180°.

2. A l'aide d'un emporte pièce ou d'un verre, tailler dans chaque tranche de pain de mie un cercle supérieur à la taille des fromages Rocamadour.

3. Dresser le mille feuille ainsi : 1 tranche de pain de mie, 1 cuillère à soupe de crème fraîche, une pincée de sel, une pincée de poivre, un fromage Rocamadour, une cuillère à café de confiture de cerise.

4. Renouveler une fois l'étape 3 puis terminer par une tranche de pain de mie.

5. Enfourner le tout pour une douzaine de minutes de cuisson jusqu'à ce que la tranche de pain de mie supérieure soit colorée : c'est prêt !

   Ce millefeuille se dégustera tiède ou froid, accompagné d'une délicieuse salade verte de saison !
   Il est également possible de varier les fromages : brebis, vache… libre à vous de choisir !

➡️ Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation ! 😀

Tarte Épinard, Saumon et Fromage de Chèvre

Pour 6/8 personnes :

- **1 pâte brisée (la recette ici !)**
- **200 g de saumon fumé**
- **300 g d'épinard frais ou surgelés ou en conserve**
- **25 cl de crème fraîche liquide**
- **3 œufs**
- **1 buche de chèvre (150 g)**
- **sel, poivre**

1. Préchauffer le four à 210° en chaleur tournante.

2. Disposer la pâte brisée dans un plat à tarte puis piquer le fond à l'aide d'une fourchette.

3. Dans une casserole d'eau bouillante, blanchir les épinards frais pendant 5 minutes puis les égoutter.
   Si les épinards sont surgelés ou en conserve : passer cette étape.

4. Battre les œufs en omelette puis ajouter la crème fraîche avec le sel et le poivre et mélanger à nouveau.

5. Ajouter à la préparation les épinards hachées puis mélanger à nouveau.

6. Verser la moitié de la préparation sur la pâte.

7. Disposer les tranches de saumon coupées en morceaux sur l'ensemble de la tarte.

8. Verser l'autre moitié de la préparation.

9. Pour terminer, tailler la bûche de chèvre en tranches d’un demi centimètre d’épaisseur puis les disposer à plat sur la tarte.

10. Enfourner pour 30/35 minutes de cuisson : c’est prêt !

    Cette tarte se dégustera accompagnée d’une salade de saison. Il est possible de rajouter de la noix de muscade à la préparation.

➡️ Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation ! 😀

Quiche Poireaux, Lardons et Fromage de Chèvre

Pour 6/8 personnes :

- **1 pâte brisée (la recette ici !)**
- **500 g de blancs de poireaux**
- **100 g de lardons**
- **1 buche de fromage de chèvre**
- **40 cl de crème fraîche liquide**
- **3 œufs**
- **2 grosses noix de beurre**
- **sel, poivre**

1. Préchauffer le four à 210° en chaleur tournante.

2. Couper les blancs de poireaux déjà lavés en tronçons de la hauteur du plat à tarte.

3. Dans une poêle bien chaude, faire fondre le beurre puis y faire cuire les poireaux à feu doux pendant une quinzaine de minutes, en évitant la coloration.

4. Découper la buche de chèvre en gros morceaux.

5. Placer la pâte brisée dans un moule à tarte puis piquer le fond à l’aide d’une fourchette.

6. Disposer les poireaux droits en alternant de temps en temps avec du fromage de chèvre.

7. Disperser les lardons sur l’ensemble de la tarte.

8. Dans un saladier, battre les œufs en omelette en assaisonnant en poivre et en sel.

9. Ajouter la crème fraîche et mélanger à nouveau.

10. Verser la préparation sur la tarte.

11. Enfourner pour 40 minutes de cuisson : c’est prêt !

 Cette quiche se dégustera avec une bonne salade de saison pour un repas léger et convivial !

Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

Quiche Sans Pâte : Tomates, Lardons, Chèvre Frais

Pour 6/8 personnes :

- **25 cl de crème fraîche liquide**
- **200 g de lardons**
- **150 g de chèvre frais (1 pyramide)**
- **60 g de gruyère râpé**
- **3 œufs**
- **des tomates cerise (ou tomates normales)**
- **sel, poivre**

1. Préchauffer le four à 200° en chaleur tournante.
2. Dans un saladier, battre les œufs en omelette.
3. Ajouter le chèvre frais et la crème fraiche puis mélanger jusqu'à obtenir un mélange bien homogène.
4. Assaisonner de poivre et de sel.
5. Dans un moule à tarte beurré ou recouvert d'une feuille de papier cuisson, verser la préparation.
6. Disperser les lardons un peu partout ainsi que le gruyère.
7. Disposer les tomates cerise (ou les tranches de tomates).
8. Enfourner pour 40/45 minutes de cuisson : c'est prêt !

   Et voilà une quiche délicieuse et légère pour le diner, à agrémenter d'une salade de saison !

Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

Toast Araignée : Chèvre Frais, Olive, Tomate

Pour une quinzaine de toasts :

- **Une quinzaine de tranches de pain grillées**
- **150 g de chèvre frais**
- **Une quinzaine d'olives noires dénoyautées**
- **3 cuillères à soupe d'huile d'olive**
- **1 tomate**
- **1 gousse d'ail**
- **1 petit bouquet de persil**
- **sel, poivre**

1. Dans un saladier, mélanger le chèvre frais et l'huile d'olive à l'aide d'une fourchette jusqu'à obtenir une consistance très crémeuse.

2. Ajouter la gousse d'ail écrasée, le persil finement ciselé, le poivre et le sel. Mélanger.

3. Couper la tomate en tout petits dés puis les incorporer à la préparation.

4. Tartiner généreusement une tranche de pain grillée.

5. Couper une olive en deux. La première moitié va servir de corps et la seconde permettra de confectionner les pattes. On peut confectionner les yeux avec deux pointes de fromage.

6. Disposer la première moitié puis trancher la seconde moitié en lamelles et les répartir tout le tour : la bouchée est prête !

   Cette bouchée se dégustera en apéro ou bien tout simplement entrée fraîche ! Terriblement effrayante n'est-ce pas ?!
   Pour disposer parfaitement les pattes, n'hésitez pas à utiliser une pince type pince à épiler !

Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

Crumble de Courgettes

Pour 6/8 personnes :

- **150 g de farine**
- **75 g de beurre**
- **2 pincées de sel**
- **3 grosses courgettes**
- **1 buche de chèvre (180 g environ)**

- **3 cuillères à soupe de semoule**

1. Préchauffer le four à 180° en chaleur tournante.
2. Laver et éplucher les courgettes puis les couper en petits dés.
3. Couper également en dés la buche de chèvre.
4. Mélanger les courgettes avec le fromage de chèvre et la semoule puis assaisonner généreusement en sel et en poivre.
5. Dans un saladier, verser la farine et le sel puis y déverser le beurre fondu.
6. Mélanger à l'aide d'une fourchette jusqu'à obtenir un pâte sablonneuse.
7. Dans un plat rectangulaire, commencer par déposer le mélange de courgettes/fromage/semoule puis verser la pâte à crumble en la répartissant régulièrement sur toute la surface.
8. Enfourner pour 50 minutes : c'est prêt !

   Ce crumble se dégustera parfaitement avec une viande grillée ou encore un délicieux poulet rôti !

Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

Millefeuille de Betterave au Chèvre Frais

Pour 6 personnes :

- **4 betteraves (rouges, roses, jaunes ou blanches) cuites (30 à 40 minutes de cuisson à la vapeur suivant la grosseur)**
- **300 g de fromage frais de chèvre**
- **3 cuillères à soupe d'huile d'olive**
- **1 gros bouquet de ciboulette**
- **sel, poivre**

1. Découper les betteraves en tranches de 0,5 cm d'épaisseur.
2. Dans un saladier, verser le chèvre frais avec la ciboulette finement ciselée puis l'huile d'olive.
3. Remuer jusqu'à ce que le mélange soit bien lisse. Assaisonner généreusement en sel et en poivre.
4. Tapisser avec du film alimentaire, un ramequin du diamètre des tranches de betterave.
5. Commencer par mettre une tranche de betterave puis ensuite une couche de préparation au fromage puis une autre tranche de betterave.

6. Renouveler l’opération puis rabattre le film alimentaire des bords sur le dessus.

7. Effectuer à nouveau les étapes 4 à 6 pour 5 autres ramequins.

8. Mettre au frigidaire au minimum 2 heures avant dégustation puis démouler et servir : c’est prêt !

   Vous pouvez recouvrir ces millefeuilles avec une petite préparation très facile à réaliser. Une dizaine de feuilles de basilic, quelques brins de ciboulettes et 2 cuillères à soupe d’huile de noix ou d’olive. Mixer le tout et étaler à l’aide d’une cuillère.

Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !