

Crème de Carottes aux Échalotes

Temps de Préparation : 15 minutes - Temps de Cuisson : 30 minutes - Difficulté : Facile

Pour 4 personnes :

- **1 dizaine de carottes moyennes**
- **2 échalotes**
- **6 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse**
- **4 pincées de thym frais**
- **1 bouquet de persil**
- **sel, poivre**

1. Éplucher et laver les carottes puis les couper en rondelles.
2. Émincer grossièrement les échalotes.
3. Placer les carottes et les échalotes dans une casserole et les recouvrir d'eau froide salée.
4. Ajouter le thym puis porter à ébullition et faire cuire le tout 20 minutes à partir du moment où cela bout.
5. Une fois cuit, égoutter le tout en prenant soin de bien récupérer l'eau de cuisson.
6. Mixer le tout dans un blender, ou à l'aide d'un mixeur, avec un peu d'eau de cuisson.
7. Assaisonner en sel et poivre, mettre la crème fraîche puis mixer à nouveau jusqu'à obtenir une crème bien onctueuse.
8. Dresser chaque assiette en y ajoutant des croûtons de pain, du persil finement ciselé ainsi qu'une cuillère à soupe de crème fraîche : c'est prêt ! ☐

☐ Grâce à cette recette, le goût de la carotte est tout simplement sublime ! ☐

Le secret et les saveurs de cette recette reposent sur la qualité et la variété de vos carottes.

Alors n'hésitez pas à les varier puisqu'on peut trouver très facilement des variétés anciennes chez nos producteurs ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation ! ☐

Cèpes en Persillade de ma Grand-Mère

Pour une belle poêlée de cèpes :

- **des cèpes fraîchement cueillis**

- **1 ou 2 gousses d'ail (type Rose de Lautrec)**
- **1 bouquet de persil frais**
- **sel, poivre**
- **fleur de sel**

1. Nettoyer les cèpes à l'aide d'une brosse souple humide : ne surtout pas les passer sous l'eau !
2. Couper les cèpes en morceaux puis réserver.
3. Hacher finement le persil et l'ail à la main ou tout simplement à l'aide d'un hachoir manuel ou électrique : réserver.
4. Faire chauffer une poêle avec une cuillère à soupe de graisse de canard ou deux d'huile de cuisson.
5. Une fois la poêle bien chaude, verser les cèpes puis couvrir le tout.
6. Cuire pendant une bonne vingtaine de minutes jusqu'à ce que les cèpes aient rendu leur eau et que celle-ci se soit évaporée.
7. Assaisonner en sel et en poivre puis poursuivre la cuisson entre 5 et 10 minutes jusqu'à ce que les cèpes aient la texture qui vous convient : fondants ou bien croustillants.
8. Terminer en versant l'ensemble de la persillade (persil + ail), mélanger le tout puis dresser en saupoudrant par de la fleur de sel : c'est prêt ! ☐

☐ Et bien voilà comment on prépare les cèpes par chez nous après une bonne cueillette en famille ! ☐
Simple, efficace, à accompagner avec une délicieuse viande grillée : c'est juste à tomber ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation ! ☐

[Pâtes Tagliatelles au Crumble de Chorizo](#)

Pour 4/5 personnes :

- **500 g de pâtes fraîches (ici des tagliatelles)**
- **50 g de chorizo doux ou fort ([ici un chorizo d'exception de la « Maison Petricorena »](#))**
- **50 g de chapelure**
- **3 échalotes**
- **1 gousse d'ail**
- **de l'huile d'olive**
- **sel, poivre**

1. Mettre à chauffer une poêle avec deux grosses noix de beurre.
2. Éplucher les échalotes et la gousse d'ail.

3. Enlever la peau du chorizo puis le couper grossièrement en morceau. Les mixer ensuite à l'aide d'un hachoir électrique jusqu'à obtenir de petites miettes de chorizo.
4. Une fois le beurre fondu dans la poêle, ajouter les échalotes ciselées ainsi qu'une pincée de sel. Faire revenir le tout pendant une dizaine de minutes à feu doux.
5. Ajouter ensuite le chorizo, la chapelure avec la gousse d'ail pressée ainsi que 3 cuillères à soupe d'huile d'olive.
6. Mélanger puis cuire le tout une dizaine de minutes jusqu'à ce que la préparation devienne croustillante et de la texture sablonneuse d'un crumble.
7. Pendant ce temps, faire cuire les pâtes dans un gros volume d'eau salée suivant les indications du paquet.
8. Une fois égouttées, dresser les pâtes puis saupoudrer le tout de crumble à base de chorizo et terminer par un filet d'huile : c'est prêt ! ☐

☐ En voilà une belle idée de recette pour accompagner de délicieuses pâtes fraîches, si possible artisanales ! ☐

Pour les gourmands, il est bien évidemment possible d'ajouter du parmesan râpé ou encore un filet de jus de citron : tout simplement succulent ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation ! ☐

[Brandade de Lieu Noir](#)

Pour 6/8 personnes :

- **1,5 kg de pommes de terre**
- **600 g de filet de lieu noir**
- **50 cl de lait demi-écrémé**
- **20 g de beurre demi-sel**
- **1 gousse d'ail**
- **1 bouquet de persil**
- **du parmesan râpé**
- **sel, poivre**

1. Éplucher et laver les pommes de terre puis les faire cuire à la vapeur pendant une vingtaine de minutes.
2. Pendant ce temps, mettre le lieu noir dans un plat en verre puis l'assaisonner d'un bon filet d'huile d'olive ainsi que de sel et de poivre.
3. Le mettre à cuire au micro-ondes à pleine puissance pendant 5 minutes environ.
A la sortie les filets doivent s'effeuiller et être parfaitement cuit.

4. En parallèle, faire chauffer le lait jusqu'à ébullition puis réserver.
5. Une fois les pommes de terre cuites, les passer au moulin à légumes en alternant avec le lait chaud.
6. Incorporer le beurre puis mélanger à l'aide d'un fouet jusqu'à obtenir une purée bien lisse.
7. Émietter ensuite le lieu noir puis l'ajouter à la préparation avec l'ail et le persil finement hachés. Mélanger le tout jusqu'à obtenir une préparation bien homogène.
8. Préchauffer le four à 200° en chaleur tournante.
9. Verser le tout dans un plat à gratin généreusement beurré puis saupoudrer légèrement le dessus de parmesan.
10. Enfourner pour 20 minutes de cuisson jusqu'à coloration de la brandade : c'est prêt ! ☐

☐ Ce plat est un réel coup de cœur ! On connaît tous la traditionnelle brandade de morue. Le lieu noir est une excellente alternative pour ceux qui n'aiment pas le goût assez fort de la morue. ☐
Il est également possible de varier les poissons avec notamment le cabillaud ou encore la perche ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



[Dos de Cabillaud au Chorizo](#)

Pour 4 personnes :

- **4 dos de cabillaud**
- **150 g de chorizo doux**
- **1 gousse d'ail**
- **1 cuillère à soupe de crème fraîche épaisse**
- **2 cuillères à soupe de sauce soja**
- **de l'huile d'olive**
- **du gros sel**
- **du sel fin au piment d'Espelette ([ici un sel au piment d'Espelette d'exception de la « Maison Petricorena »](#))**

1. Avec le gros sel, saler les dos de cabillaud généreusement sur les deux faces puis laisser reposer pendant une quinzaine de minutes.
Cela va permettre de raffermir la chair du poisson.
2. Préchauffer le four à 170° en chaleur tournante.
3. Rincer abondamment les dos de cabillaud à l'eau froide pour retirer la totalité du gros sel puis les sécher.
4. Placer les dos dans un plat à gratin puis les assaisonner d'un filet d'huile d'olive. Enfourner le tout pour une dizaine de minutes, la chair doit s'effeuiller une fois cuite. Réserver au chaud.

5. Couper le chorizo en petits dés et hacher l'ail très finement.
6. Dans une poêle bien chaude, faire revenir le chorizo avec l'ail jusqu'à ce que celui-ci soit légèrement grillé.
7. Dans une assiette chaude, disposer un dos de cabillaud puis y déposer quelques dés de chorizo. Renouveler l'opération pour les autres dos.
8. Une fois la poêle vidée des dés de chorizo, déglacer le tout avec la sauce soja puis y ajouter la crème fraîche et poursuivre quelques secondes la cuisson.
9. Verser le jus sur le dos de cabillaud puis assaisonner de sel fin au piment d'Espelette : c'est prêt ! ☐

☐ Quelle belle recette idéale pour un repas en amoureux ou de fête et alliant les saveurs de la Terre et de la Mer ! ☐

Pour un accompagnement gourmand, je vous conseille de réaliser des pommes de terre grenaille au four. C'est très simple à faire : des pommes de terre grenaille arrosées d'huile d'olive que vous disposer dans un plat à gratin avec des gousses d'ail et des branches de thym. Faites cuire tout cela pendant 50 minutes au four à 180° et le tour est joué ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



Cuisses de Grenouille en Persillade de ma Grand-Mère

Pour 4 personnes :

- **1 quarantaine de cuisses de grenouille (fraîches ou surgelées)**
- **3 gousses d'ail**
- **1 grosse botte de persil**
- **de l'huile d'olive**
- **de la farine**
- **sel, poivre**

1. Hacher finement les gousses d'ail puis le persil et réserver.
2. Rouler les cuisses de grenouille dans la farine. Cela va aider à les cuire afin qu'elles n'accrochent pas et

pour qu'elles puissent colorer.

3. Dans une poêle, faire chauffer l'huile d'olive.
4. Ajouter les cuisses farinées puis les saisir des deux côtés jusqu'à coloration complète (il faut compter environ une vingtaine minute de cuisson).
5. Une fois les cuisses cuites, verser l'ail et le persil puis assaisonner.
6. Poursuivre la cuisson à feu doux pendant 5 minutes en mélangeant de temps en temps : c'est prêt ! ☐

☐ Voilà une recette typiquement française qui nous vaut un surnom dans le monde entier à savoir "les mangeurs de grenouilles" ! ☐

Quoiqu'il en soit, c'est l'une de mes recettes préférées que ma grand-mère me fait depuis tout petit ! J'en raffole ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



[Cake au Poulet et au Curry](#)

Pour 4 à 5 personnes :

- **200 g de farine**
- **100 g de filets de poulet fermier**
- **70 g de beurre (à température ambiante)**
- **10 cl de lait demi-écrémé**
- **2 cuillères à café de curry en poudre**
- **3 œufs**
- **1 dizaine de brins de persil**

1. Préchauffer le four à 180° en chaleur tournante.
2. Couper les filets de poulet en morceaux puis ciseler finement le persil et réserver.
3. Travailler, du bout des doigts, le beurre mou puis ajouter la farine, la levure et le curry.
4. Ajouter les œufs puis le lait et mélanger le tout jusqu'à obtenir une pâte bien lisse.
5. Incorporer les morceaux de poulet et le persil puis mélanger à nouveau.
6. Dans un moule à cake généreusement beurré, verser la préparation.
7. Enfourner pour 50 minutes de cuisson : c'est prêt ! ☐

☐ N'oubliez pas de contrôler la cuisson au bout des 50 minutes à l'aide de la lame d'un couteau : si elle ressort propre, c'est cuit ! ☐

Ce délicieux cake se dégustera accompagné d'une salade verte ou agrémentera à merveille un apéritif entre amis ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



Poêlée Campagnarde

Pour 4 personnes :

- **1 kg de pommes de terre**
- **8 tranches de lard salé ou fumé (ou 400 g de lardons)**
- **1 dizaine de champignons de Paris**
- **2 oignons doux (type Mulhouse)**
- **1 bouquet de persil**
- **sel, poivre**

1. Éplucher et laver les pommes de terre puis les mettre à cuire une vingtaine de minutes à la vapeur ou dans de l'eau bouillante salée puis les réserver.
2. Tailler les tranches de lard en lardons puis émincer finement les oignons ainsi que les champignons de Paris.
3. Dans une poêle bien chaude, ajouter un filet d'huile de cuisson puis y faire revenir les oignons pendant 5 minutes environ.
4. Verser ensuite les lardons puis cuire une dizaine en remuant de temps en temps.
5. Ajouter enfin les champignons de Paris et poursuivre la cuisson pendant une dizaine de minutes supplémentaires.
6. En parallèle, tailler les pommes de terre en gros morceaux puis les ajouter à la préparation.
7. Terminer la cuisson au bout d'une dizaine de minutes.
8. Assaisonner généreusement en sel et en poivre puis finaliser le tout en saupoudrant de persil finement haché : c'est prêt ! ☐

☐ Le secret de cette recette réside dans la qualité des produits utilisés. Préférez de bonnes pommes de terre du producteur du coin avec du lard de chez votre charcutier habituel ! ☐

Ultra simple à réaliser vous pourrez également l'agrémenter ou même la mélanger avec une délicieuse salade verte de saison ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



Pâtes Sautées aux Girolles et aux Lardons

Pour 6/8 personnes :

- **500 g de pâtes (type Linguine ou Spaghettis)**
- **500 g de girolles (lavées et triées)**
- **400 g de lardons**
- **3 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse**
- **1 petit bouquet de persil**
- **sel, poivre**

1. Dans une casserole d'eau bouillante faire cuire les pâtes comme indiqué sur le paquet, jusqu'à ce qu'elles soient "al dente".
2. Égoutter les pâtes puis réserver.
3. Dans une poêle faire revenir les lardons à feu doux pendant 5 minutes.
4. Ajouter ensuite les girolles puis cuire le tout pendant 15/20 minutes en prenant soin de bien mélanger de temps en temps.
5. Une fois les lardons et girolles cuits, ajouter la crème fraîche puis mélanger. Laisser épaissir pendant quelques minutes.
6. Verser les pâtes dans la poêle et mélanger le tout jusqu'à obtenir une préparation bien homogène.
7. Assaisonner en sel et poivre puis incorporer le persil finement ciselé et faire revenir le tout quelques minutes : c'est prêt ! ☐

☐ Grâce à cette recette simple et authentique, toutes les saveurs de la girolle exploseront en bouche. Il est possible d'agrémenter le tout de parmesan ou gruyère râpé. ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



Pâtes Penne aux Courgettes

Pour 6/8 personnes :

- **500 g de pâtes "Penne" ([ici des pâtes Tarnaises "Ba Pla" : Pennhelous](#))**
- **6 courgettes**
- **1 sachet de mélange d'épices pour pâtes (ail + basilic + origan + paprika + persil + tomate)**

1. Dans une casserole d'eau bouillante, mettre à cuire les pâtes pendant une dizaine de minutes.
Les égoutter puis réserver.
2. Laver puis découper finement à la mandoline les courgettes (voir à la fin de la recette, je vous indique celle que j'utilise).
3. Dans une poêle bien chaude, verser un filet d'huile d'olive puis ajouter les courgettes.
Les faire revenir pendant une vingtaine de minutes.
4. Saupoudrez ensuite avec le mélange d'épices puis laisser cuire 2/3 minutes de plus en prenant soin de bien remuer.
5. Verser les pâtes dans la casserole ayant servie à la cuisson, ajouter ensuite les courgettes puis mettre à nouveau sur le feu pendant 2/3 minutes en mélangeant constamment.
6. Dresser dans chaque assiette puis saupoudrer de gruyère ou de parmesan : c'est prêt ! ☐

☐ Pour obtenir un plat plus complet, il est également possible d'y ajouter des aiguillettes de poulet grillées ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



Galettes de Courgettes Râpées

Pour 4 personnes :

- **1 grosse courgette (ou 3 petites)**
- **4 œufs**
- **6 cuillères à soupe de farine**
- **2 gousses d'ail**
- **1 gros bouquet de ciboulette**
- **70 g de gruyère râpé**
- **sel et poivre**

1. Laver puis râper les courgettes. Les mettre dans une passoire en les salant généreusement. Les laisser dégorger pendant une heure minimum.
2. Une fois que les courgettes ont bien rendu leur eau, les rincer abondamment à l'eau. Les égoutter puis les essorer en les mettant dans un torchon et en serrant très fort. Réserver le tout dans un saladier.
3. Trier et hacher finement l'ail puis l'ajouter aux courgettes avec les œufs. Bien mélanger.
4. Ajouter à la préparation la ciboulette finement ciselée puis la farine. Mélanger à nouveau.
5. Saler et poivrer généreusement puis terminer en ajoutant le gruyère râpé.

6. Dans une poêle bien chaude, ajouter de l'huile d'olive ou de l'huile normale de cuisson.
7. Déposer à l'aide d'une cuillère à soupe des petits tas de préparation puis laisser cuire et dorer 3 à 4 minutes de chaque côté : c'est prêt ! ☐

☐ Ces petites galettes se dégusteront avec de la fleur de sel ou encore avec de la moutarde. On peut également les manger en accompagnement d'une viande ou d'une grillade ou encore agrémentées de fromage frais ! ☐



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 !



Cœurs de Canard en Persillade de ma Grand-Mère

Pour 6 personnes :

- **1 kg de cœurs de canard**
- **3 gros oignons doux (type Mulhouse)**
- **1 bouquet de persil**
- **3 cuillères à café de graisse de canard**
- **sel, poivre**

1. Couper les cœurs de canard en deux en prenant soin d'enlever la grosse veine. Les rincer légèrement à l'eau du robinet. Réserver.
2. Éplucher et émincer les oignons puis réserver.
3. Laver le persil puis le ciseler finement. Réserver.
4. Dans une poêle bien chaude, faire fondre la graisse de canard puis ajouter les cœurs.
5. Faire dorer les cœurs de chaque côté puis ajouter les oignons, baisser le feu.
6. Laisser cuire le tout en remuant de temps en temps jusqu'à ce que les oignons soient légèrement confits : les cœurs seront parfaitement cuits !
7. En fin de cuisson et au dressage, ajouter le persil et assaisonner à votre convenance : c'est prêt ! □

□ Comme dans le cochon, tout est bon dans le canard ! □ Ce plat régional et absolument succulent, se dégustera soit en apéritif en guise de tapas ou encore en plat principal avec du bon pain ! □



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 !



Poulet aux Champignons de Paris

Pour 4 personnes :

- **6 filets de poulet**
- **1 quinzaine de champignons de Paris (assez gros)**
- **4 ou 5 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse**
- **2 ou 3 cuillères à soupe de bouillon de volaille (ou d'eau)**
- **1 bouquet de persil**

- **2 oignons**
- **sel et poivre**

1. Trier et émincer les oignons puis les faire revenir à feu doux dans une poêle bien chaude pendant une dizaine de minutes.
2. Pendant ce temps, couper les filets de poulet en aiguillettes (en long), puis en morceaux de 2 à 3 cm. Réserver.
3. Laver et émincer les champignons de Paris. Réserver.
4. Ajouter les morceaux de poulet dans la poêle puis cuire le tout pendant une quinzaine de minutes en prenant soin de bien remuer.
5. Verser ensuite l'ensemble des champignons puis cuire à nouveau pendant une quinzaine de minutes en mélangeant régulièrement.
6. Incorporer la crème fraîche puis laisser mijoter 5 minutes.
7. Verser enfin le bouillon (ou l'eau) puis laisser mijoter en mélangeant constamment pendant une dizaine de minute jusqu'à ce que le tout s'épaississe légèrement.
8. Saupoudrer le tout de persil finement ciselé : c'est prêt ! ☐

☐ Ce délicieux plat de saison, réconfortant, se dégustera accompagné de riz ou encore de pâtes. ☐
L'avantage c'est que si vous en préparez une quantité conséquente, vous pourrez conserver le tout une semaine au frais pour la "gamelle" du midi ! ☐

➔ Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation ! ☐

Champignons de Paris Farcis au Tartare

Pour 4/6 personnes :

- **Une vingtaine de champignons de Paris (petits ou moyens)**
- **1 boîte de Tartare ail et fines herbes (250 g)**
- **1 gros bouquet de persil**
- **1 petit bouquet de ciboulette**
- **3 cuillères à soupe d'huile d'olive**
- **sel et poivre**

1. Préchauffer le four à 180° en chaleur tournante.
2. Ôter la queue des champignons puis les rincer légèrement à l'eau claire et les mettre à égoutter sur un papier absorbant.

3. Dans un saladier, verser le Tartare avec l'huile d'olive et le bouquet de persil finement émincé.
4. Assaisonner généreusement en poivre et en sel.
5. Mélanger jusqu'à obtenir une crème onctueuse.
6. Retourner les chapeaux des champignons et les garnir avec la préparation.
7. Disposer dans un plat puis enfourner pendant 20 minutes jusqu'à ce le dessus soit légèrement gratiné.
8. Dresser et parsemer de ciboulette émincée : c'est prêt ! ☐

☐ En amuse bouche à l'apéritif ou bien en entrée, ces champignons farcis amèneront de la convivialité et de la légèreté lors de vos repas entre amis ou en famille ! ☐

Je vous conseille de les déguster légèrement tiède pour que toutes les saveurs explosent en bouche ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



La Sanquette de ma Grand-Mère

Pour 3/4 personnes :

- **Le sang de deux volailles (poulet, canard...) ou l'équivalent en sang de porc**
- **2 gousses d'ail**
- **100 g de lardons**
- **1 œuf**
- **1 bouquet de persil**
- **1/4 de baguette peu rassis**
- **sel et poivre**

1. Hacher les gousses d'ail et le persil grossièrement puis réserver.
2. Couper le morceau de baguette en tranches fines puis réserver.
3. Faire revenir les lardons dans une poêle jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés.
4. Battre l'œuf puis l'incorporer au sang.
5. Dans un plat creux, étaler le pain avec les lardons, l'ail et le persil. Verser ensuite le sang par dessus jusqu'à recouvrir l'ensemble. Assaisonner généreusement en sel et en poivre.
6. Mettre le tout au frais, recouvert d'une feuille de papier aluminium, pendant 1h au minimum. Vous pouvez également effectuer cette préparation la veille de la cuisson.
7. Dans une poêle bien chaude, faire glisser la galette de sang coagulé. Cuire 8 à 10 minutes sur chaque face jusqu'à ce qu'elles soient bien grillées.

8. Assaisonner de nouveau en sel et en poivre : c'est prêt ! ☐

☐ Pensez à servir le tout bien chaud, accompagné d'une salade verte de saison ! ☐

C'est une recette qui m'a été transmise par ma Grand-mère et je dois vous avouer que c'est certainement un de mes plats préférés ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !