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 !

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 !

Tarte aux Carottes et aux Lardons

Pour 6/8 personnes :

- **1 pâte brisée (recette ici !) ou feuilletée (recette ici !)**

- **4 carottes**
- **250 g de lardons**
- **70 g de crème fraîche épaisse ou fromage frais**
- **1 cuillère à café de cumin**
- **sel, poivre**

1. Peler et laver les carottes puis les faire cuire à la vapeur ou dans une casserole d'eau bouillante pendant 30 minutes.

2. Mettre les carottes dans un saladier puis les réduire en purée à l'aide d'une fourchette ou d'un presse purée.

3. Ajouter ensuite la crème fraîche, le cumin, du sel et du poivre puis mélanger le tout.

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

5. Disposer la pâte brisée dans un moule à tarte puis piquer généreusement le fond à l'aide d'une fourchette.

6. Verser ensuite la préparation à base de carottes puis l'étaler de manière équitable.

7. Disperser l'ensemble des lardons sur la tarte.

8. Enfourner pour 30/40 minutes de cuisson jusqu'à ce que les lardons soient bien grillées : c'est prêt !

   Voilà une très bonne recette de tarte qui sort de l'ordinaire !
   Si vous n'êtes pas amateur de cumin, vous pouvez le remplacer par du curry et même ne mettre aucune épice et forcer un peu plus sur le poivre !

Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

Tarte aux Courgettes, Carottes et Ricotta

Pour 6/8 personnes :

- **1 pâte brisée (recette ici !)**
- **3 carottes**
- **3 courgettes**
- **250 g de ricotta**
- **1 cuillère à café de pesto (ou basilic)**
- **1 œuf**
- **de l'huile d'olive**
- **du poivre et du sel**

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

2. Étaler la pâte brisée dans un moule à tarte, piquer le fond généreusement à l'aide d'une fourchette puis l'enfourner pour 10 minutes de cuisson.
   La sortir du four puis la réserver.

3. Laver et éplucher les carottes et les courgettes puis les tailler en fines lamelles dans le sens de la longueur ; soit à l'aide d'une mandoline soit avec l'épluche légumes qui fera très bien l'affaire.

4. Faire cuire les bandes à la vapeur, ou dans de l'eau bouillante salée, pendant une dizaine de minutes pour les courgettes et pour une quinzaine de minutes pour les carottes.
   A la sortie il faut que les bandes soient assouplies de manière à bien les travailler. Une cuisson trop longue les ferait devenir cassantes.

5. Mettre la ricotta dans un saladier puis ajouter l'œuf et le pesto. Mélanger puis assaisonner en sel et en poivre.

6. Étaler cette préparation sur le fond de tarte de manière équitable.

7. Rouler les bandes de légumes une à une autour d'un doigt puis les ranger sur tout le pourtour de la tarte en alternant les légumes à chaque rangée.

8. Continuer ainsi jusqu'à arriver jusqu'au centre de la tarte.

9. Badigeonner le tout d'huile d'olive à l'aide d'un pinceau puis assaisonner généreusement en sel et en poivre.

10. Enfourner pour 30 minutes de cuisson : c'est prêt !

    Cette délicieuse tarte se dégustera chaude tout comme froide.
    On peut remplacer la ricotta par du fromage type Saint Môret ou Philadelphia.

Velouté de Panais

Pour 8/10 personnes :

- **3 gros panais**
- **1 grosse carotte**
- **1 grosse pomme de terre**
- **1 oignon**
- **1 cuillère à café de graisse de canard (facultatif)**
- **5 cuillères à soupe de crème fraiche épaisse**
- **sel, poivre**

1. Éplucher et laver tous les légumes puis les couper en morceaux.

2. Mettre le tout dans une cocotte minute puis mouiller avec 3 ou 4 litres d'eau.

3. Ajouter la graisse de canard puis fermer la cocotte et la mettre sur le feu.

4. Une fois que la cocotte commence à siffler, compter 1 heure de cuisson.

5. Découvrir la cocotte, ajouter la crème fraîche puis remettre sur le feu pendant une quinzaine de minutes.

6. Mixer le tout jusqu'à obtenir une préparation bien homogène et un velouté bien onctueux, assaisonner : c'est prêt !

   Ce velouté se dégustera accompagné de tranches de pain grillées et agrémenté de gruyère ou de compté râpé !
   Il est également possible de l'assaisonner avec **du sel au piment d'Espelette d'exception de la "Maison Petricorena"** !

Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

Œufs Durs Poule de Pâques

Pour 4 personnes :

- **4 œufs**
- **3 ou 4 carottes**
- **8 grains de poivre**
- **de la mayonnaise**

1. Mettre à cuire les œufs dans une casserole d'eau bouillante pendant 20 minutes pour obtenir des œufs durs.
   Réserver au frais.

2. Éplucher les carottes et les laver.

3. Tailler 5 tranches fines (2 ou 3 mm d'épaisseur) dans la partie la plus large d'une carotte.

4. Avec 4 tranches former une crête en taillant tout le tour en dents de scie.

5. Avec la 5ème tranche, tailler des triangles pour former le bec.

6. Râper le reste de carottes puis disposer dans un plat pour former le nid.

7. Prendre un œuf, tailler la base pour qu'il tienne droit.

8. Entailler ensuite le dessus de l'œuf puis disposer la crête et le bec.

9. Faire un trou de chaque côté avec la pointe du couteau puis mettre dans chacun un grain de poivre.

10. Disposer une cuillère à café de mayonnaise sur les carottes râpées puis y mettre l'œuf dur poule.

11. Renouveler les étapes précédentes pour les autres œufs : c’est prêt !

    En voilà une recette amusante qui servira d’entrée pour le célèbre repas Pascal de Pâques en famille !

Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

Nouilles Chinoises Sautées aux Légumes

Pour 4 personnes :

- **250 g de nouilles Chinoises aux oeufs**
- **1 cube de bouillon de volaille**
- **1 grosse courgette**
- **1 blanc de poireau**
- **1 grosse carotte**
- **1 gros oignon**
- **4 champignons de Paris**
- **1/2 brocolis**
- **des poids gourmands**
- **de l’huile d’olive (ou graisse de canard)**
- **sel, poivre**

1. Dans une casserole d’eau bouillante, ajouter le cube de bouillon de volaille puis faire cuire les nouilles pendant 5/6 minutes. Égoutter et réserver.

2. Éplucher et laver les différents légumes : courgette, carotte, oignon…

3. Tailler à la mandoline (voir à la fin de la recette, je vous indique celle que j’utilise) les différents ingrédients : courgette, carotte, oignon, poireau, champignons, brocolis et pois gourmands.

4. Dans un wok ou une poêle, verser l’huile d’olive puis faire revenir à feu doux l’ensemble des éléments précédents pendant une vingtaine de minutes.

5. Ajouter ensuite les nouilles puis mélanger pour obtenir une préparation bien homogène.

6. Laisser le tout cuire à feu doux pendant 15 minutes en prenant soin de bien remuer.

7. Assaisonner à votre convenance : c’est prêt !

   Ces nouilles sautées se dégusteront en plat unique ou en accompagnement d’une viande. On peut également rajouter des filets de poulet taillés finement ou encore des crevettes !

Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

Le Hérisson de l’Apéritif

Pour 1 hérisson :

- **1 boule de pain (petite ou grosse suivant vos besoins)**
- **1/2 citron**
- **des tomates cerises de toutes les couleurs**
- **des carottes coupées en rondelles**
- **des radis**
- **des avocats coupés en morceaux**
- **des olives vertes et noires**
- **de la saucisse sèche**
- **des dés de gruyère**
- **des cure-dents**

1. Disposer la boule de pain puis ajouter le demi citron à l’une des deux extrémités afin de former la tête. A l’aide d’un marqueur, dessiner les yeux et la bouche.

2. Piquer les tomates avec les cure-dents puis les disposer en une rangée sur la boule de pain.

3. Faire de même avec tous les autres ingrédients jusqu’à recouvrir l’ensemble de la boule de pain : c’est prêt !

   Nombreux sont les choix de garnitures, suivant les saisons et surtout les goûts de chacun !
   Une idée de sauce rapide pour y tremper les différents légumes : de la crème fraîche épaisse mélangée à du jus de citron, de la ciboulette ciselée et enfin sel et poivre. A servir bien fraîche au moment de la dégustation !

Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

Merci au blog [Passion et Gourmandise](#) pour cette idée de recette !

Velouté de Carottes au Roquefort

Pour 8/10 personnes :

- **1 kg de carottes**
- **150 g de Roquefort**
- **3/4 litres d’eau**
- **20 cl de crème fraîche liquide**
- **1 oignon (type Mulhouse)**

- **1 cube de bouillon de volaille**
- **sel, poivre**

1. Éplucher et laver les carottes et l'oignon puis les couper en gros morceaux.

2. Dans une cocotte minute, ajouter les carottes avec les oignons puis le cube de bouillon.

3. Mouiller à hauteur avec l'eau.

4. Mettre la cocotte sur le feu puis laisser cuire pendant 45 minutes à partir du moment où la cocotte commence à siffler.

5. Une fois cuit, découvrir et remettre sur le feu. Ajouter le Roquefort coupé en gros morceaux ainsi que la crème fraîche et assaisonner généreusement.

6. Laisser mijoter pendant une quinzaine de minutes.

7. Mixer le tout jusqu'à obtenir un velouté bien lisse : c'est prêt !

   Le goût légèrement sucré de la carotte se mariera à merveille avec le Roquefort.
   A déguster accompagné de croutons de pain et de gruyère râpé !

Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

Velouté de Potiron au Curry et Crème de Soja

Pour 6/8 personnes :

- **1,5 kg de courge (type musquée ou butternut)**
- **1 grosse pomme de terre**
- **4/5 litres d'eau**
- **40 cl de crème de soja cuisine**
- **1 grosse cuillère à café de curry en poudre**
- **1 cube de bouillon de volaille**
- **1 cuillère à café de graisse de canard ou porc (facultatif)**
- **2 pincées de gros sel**
- **poivre**

1. Éplucher et laver l'ensemble des légumes puis les couper en gros morceaux.

2. Dans une cocotte minute, ajouter l'eau avec le gros sel puis plonger les légumes.
   Ensuite, mettre le cube de bouillon avec la graisse.

3. Fermer puis mettre à cuire le tout pendant 1 heure à partir du moment où la cocotte commence à siffler.

4. Découvrir puis remettre sur le feu en ajoutant le curry, la crème de soja et le poivre.

5. Laisser bouillir pendant 15 minutes.

6. Mixer le tout jusqu'à obtenir un velouté parfaitement onctueux : c'est prêt !

   A déguster en entrée ou en plat principal, nature ou avec des croûtons de pain et du gruyère râpée !

Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

Quiche aux Carottes et Gruyère

Pour 6/8 personnes :

- **1 pâte brisée (recette ici !)**
- **5 ou 6 carottes (panache de variétés possibles)**
- **200 g de lardons natures ou fumés**
- **150 g de gruyère râpé**
- **25 cl de crème fraîche liquide**
- **3 œufs**
- **1 petit bouquet de persil**
- **sel, poivre**

1. Éplucher et laver les carottes puis les faire cuire à la vapeur ou dans une casserole d'eau bouillante pendant 20 minutes. Réserver.

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

3. Disposer la pâte dans le moule puis piquer le fond à l'aide d'une fourchette.

4. Tailler les carottes en fines rondelles puis les déposer sur le fond de tarte en alternant avec des lardons. Réserver.

5. Dans un saladier, battre les œufs en omelette puis ajouter la crème fraîche et enfin 100 g de gruyère. Assaisonner généreusement en sel et en poivre.

6. Verser la préparation sur les carottes et les lardons.

7. Hacher finement le persil et l'éparpiller sur la tarte en finissant par le reste de gruyère.

8. Enfourner pour 35/40 minutes de cuisson jusqu'à ce que cela soit gratiné sur le dessus : c'est prêt !

   Cette recette sublimera l'ingrédient principal : la carotte. Prenez des carottes bio et de variétés anciennes pour jouer avec les différentes saveurs.
   Gros coup de cœur pour cette quiche ! A réaliser sans attendre !

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

Velouté de Potiron

Pour 6/8 personnes :

- **800 g de potiron (ici courge de musquée, idéale pour les veloutés)**
- **1 pomme de terre**
- **1 carotte**
- **5 litres d'eau**
- **3 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse**
- **1 cuillère à soupe de gros sel**
- **1 cuillère à café de graisse de porc ou de canard (facultatif)**

1. Éplucher et laver les légumes puis les découper en morceaux.

2. Les verser dans un autocuiseur (cocotte minute) puis ajouter le sel et la graisse de porc.

3. Mouiller grâce aux 5 litres l'eau.

4. Mettre à chauffer le tout et lorsque la cocotte commence à siffler, laisser cuire pendant 50 minutes.

5. Découvrir, ajouter la crème fraiche puis mettre à nouveau 15 minutes sur le feu.

6. Une fois cuit, mixer le tout : votre velouté est prêt !

   Ce velouté se dégustera sur le champ et se conservera facilement une semaine au frais dans une boite hermétique.
   On peut l'accompagner de croutons de pain et de gruyère ou encore avec un fromage Kiri coupé en morceaux !

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