

- Pommes de terre et oignons farcis
- Pommes de terre Otéro
- Pommes de terre sautées
- Pommes de terre sautées au chorizo
- Purées aux légumes
- Quenelles de pommes de terre
- Ragoût d'oignons
- Ragoût de légumes à la périgourdine
- Risotto à la milanaise
- Rissoles aux légumes
- Soufflé au chou-fleur
- Soufflé aux épinards
- Tomates à la provençale
- Tomates grillées
- Utilisation des restes de légumes

Artichauts farcis aux champignons

Pour 4 personnes.

4 gros artichauts bretons.

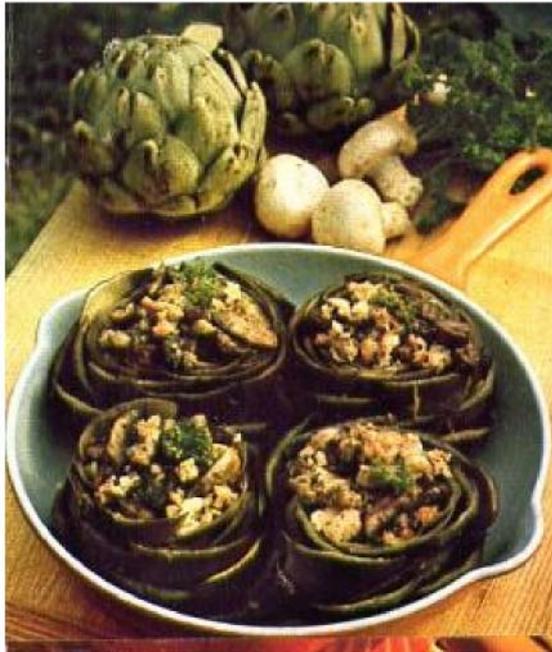
Farce : 250 g de lard frais, 100 g de jambon cuit, 300 g de champignons de couche, 4 échalotes, 50 g de beurre, sel, poivre, 1 c à soupe de chapelure, 1 poignée de persil et cerfeuil hachés.

4 bardes de lard. 1 noix de beurre, 1/2 dl de vin blanc, 1 dl de bouillon, sel, poivre, thym, laurier.

Parer les artichauts et les faire cuire à l'eau bouillante salée. Ils sont cuits lorsque les feuilles se détachent facilement du cœur. Les égoutter, les tailler en ne gardant que le bas des feuilles, comestible. Retirer le foin.

D'autre part, hacher grossièrement le lard et le jambon, au couteau. Faire revenir dans le beurre les champignons nettoyés et émincés et les échalotes hachées. Ajouter lard et jambon, poivrer, saler peu.

Saupoudrer de chapelure. Farcir les artichauts de cette préparation. Les barder et les faire cuire en cocotte avec le beurre, le vin, le bouillon et le bouquet garni, pendant 30 mn. Le feu doit être vif et la cocotte couverte aux trois quarts. Arroser souvent en cours de cuisson. Oter la barde pour servir.



[Retour à l'index](#)

Artichauts froids farcis à la grecque

Pour 4 personnes.

4 gros artichauts bretons.

Farce : 1 kg de tomates bien mûres, 500 g de petits champignons « boutons de guêtre », 70 g de raisins de Corinthe, sel, poivre, poivre de Cayenne, 50 g d'olives noires, 50 g d'olives vertes.

Parer les artichauts : couper la tige, enlever les plus grosses feuilles du tour, couper les autres au ras de la partie comestible. Les faire cuire dans beaucoup d'eau bouillante salée, jusqu'à ce que les feuilles se détachent facilement. Egoutter les artichauts, en retirer le foin et les petites feuilles du centre.

Passer les tomates crues à la moulinette. Les mettre sur le feu et laisser épaissir. A près 10 mn de cuisson vive, ajouter les champignons nettoyés, les raisins lavés, le sel, le poivre et le poivre de Cayenne. Lorsque le coulis de tomates a bien épaissi, le laisser refroidir. En remplir les artichauts refroidis également, et servir le reste à part, ainsi que des olives vertes et noires.

Variante : on peut farcir les artichauts froids d'une salade de crevettes à la mayonnaise.



[Retour à l'index](#)

Aubergines frites

Pour 4 personnes.

4 aubergines

250 g de farine

sel, poivre, 2 dl d'eau

3 œufs

persil, une touffe de cresson

un bol de sauce tomate bien relevée.

Peler les aubergines.

Les tailler en biais en tranches de 2 cm d'épaisseur.

Délayer la farine avec l'eau.

Y ajouter les jaunes d'œufs, du sel et du poivre.

Incorporer les blancs battus en neige bien ferme.

Laisser reposer une dizaine de minutes.

Tremper les tranches d'aubergines dans la pâte à frire et les plonger dans la friture chaude.

Disposer ces beignets en buisson et garnir avec du persil et du cresson.

Servir avec une sauce tomate bien relevée.

[Retour à l'index](#)