



Mardi 29 avril

Pluie de Saint-Hugues à Sainte-Sophie, remplit les granges et les barils.

Vendredi 2 mai 2014

Chaleur au mois de mai, de tout l'an fait la beauté.

Cette semaine, nous verrons à la distribution, à partir de 18h45 :

Mardi : LE MOUILLOUR / ROGEON x2 / LAGABBE

Vendredi : PICARELLA / BLACHON x 2 / ?

Pas de nouvelles des éleveurs de bovins à Ongles, la famille MONIER. Peut-être les reverrons-nous bientôt à Saint Giniez ?

Les recettes :

En entrée : Mikado de carottes citron-cumin

1 kg de carottes – 4 gousses d’ail – 1 citron – 1 cuillère à café de cumin en poudre – 1 petit bouquet de coriandre – 3 cuillères à soupe d’huile d’olive – Sel et poivre

Pelez et hachez l’ail. Pressez le citron. Rincez et ciselez finement la coriandre. Pelez les carottes et détaillez-les en julienne. Mettez-les à cuire dans une grande casserole d’eau bouillante sale avec l’ail, pendant 15 minutes puis quand elles sont cuites, égouttez-les et disposez-les dans un saladier. Versez l’huile, le jus de citron, le cumin et la coriandre. Poivrez et mélangez.

En plat : Tomates garnies au cabillaud – acidulé de kiwis et ciboulette

4 tomates – 250g de cabillaud - 4 kiwis – 2 échalotes – 1 cuillère à soupe d’huile d’olive – 1 cuillère à soupe de vinaigre balsamique – 10 brins de ciboulette – Sel et poivre

Faites cuire 5 minutes le cabillaud dans une casserole d’eau salée. Pendant ce temps, rincez les tomates, essuyez-les et coupez les chapeaux. Evidez les tomates, gardez la pulpe. Epluchez les kiwis et détaillez-les en dés. Pelez et émincez les échalotes. Dans un saladier, versez le cabillaud émietté, les kiwis, la pulpe de tomates, le sel, le poivre, l’huile, le vinaigre et la ciboulette ciselée. Mélangez bien et remplissez les tomates de ce mélange, reposez les chapeaux et placez au frais.

Bonne semaine
Danielle

RETROUVEZ TOUTES LES INFORMATIONS UTILES SUR LE SITE <http://fandecarotte.free.fr/>