

LES RECETTES BALADES DIMANCHE 27 MAI 2018

En Apéritif

Les petits palais de Babette

Amuses bouches aux Orties et Ails des Ours

Pour une trentaine de petits palais (300g)

Cuire les 100 g d'orties 10 mn maxi – gardez l'eau pour faire les makis
(cuisson de riz)

Salez légèrement après cuisson au gros sel de guérande

100 g farine bio - 20 g beurre - 2 œufs bio - 1 grosse cueillère d'huile olive bio
- 1 ayourt

2 c. café de levure - du levain fait maison 48 h cela donne un goût de noisette

Battre les blancs en neige + rajoutez 2 cueillères à café (20g) de pesto d'ail
des ours

Incorporez les avec la pate

Chauffez une poêle et faites cuire de petite cueillère de la pate en forme
ronde

Vous pouvez les présentez avec une fleur de trèfle fraîche sur le dessus ou
une olive ou autre selon votre goût du jour

***A servir avec une crème de sureau faite maison et Crémant de
Bourgogne***

Un entre deux

Les Maquis

(10 feuilles - 250 g Riz – 50/80 portions)

Aux trèfles rouges sur menthe fraîche, pétale de coquelicot, pignons de pin,
Riz Thaï, Algues Nori

Coupez et déposez un Câpre de pâquerettes au centre

A servir avec une boisson d'oxalis (cueillette autour de la campagne des Lavault)

En Dessert

Galette de Chataigne à la fleur d'acacias

75 cl de lait - 125 g farine de chataigne – 3 œufs

1 grosse cuillère de miel du Morvan - 1 cuillère de sucre roux

10/15 grappes de fleurs d'acacias selon la grosseur

Laissez tremper les fleurs d'acacias détacher de leur tige dans du lait pendant une nuit et verser le miel et le sucre roux

Le lendemain préparez retirez les fleurs du lait et intégrer la farine de chataigne, les 3 œufs et battez pour faire une galette

Présentez les galettes avec un pétale de fleur d'acacias et un pétale de coquelicot

A servir avec une boisson de menthe fraîche

Avec le reste des fleurs d'acacias, il est possible de les mixer avec 3 œufs pour les présenter en omelette car elles sont plus herbacées - salées et poivrées

ou Petits Gateaux individuels avec le reste de fleur d'acacias -

100 g farine blanche bio – 50 g beurre fondu – 3 œufs – graine de courges

Dégustez !