



LES JARDINS DU GIESSEN



ROUGE VIF D'ESTAMPES

SOUPES

Ingrédients :
- 1 POTIRON (ou autre courge)
- Légumes au choix

Variante 1 : POTIRON + POIREAUX

Faire revenir les poireaux dans un peu de matière grasse (huile d'olive ou autre). Rajouter les dés de potiron. Recouvrir d'eau salée et laisser cuire une vingtaine de minutes.

Variante 2 : POTIRON + HARICOTS SECS

Cuire les haricots secs après trempage, de manière classique. Cuire le potiron (coupé en dés) couvert d'eau avec éventuellement une ou deux gousses d'ail. Passer au moulin à légumes. Lier avec un peu de crème fraîche. Rajouter Les haricots cuits. Assaisonner selon les goûts et saupoudrer de persil haché, comté râpé, etc.

Variante 3 : POTIRON (variété aqueuse) + POMMES DE TERRE + OIGNON

Faire cuire le potiron et les pommes de terre épluchés et coupés en dés avec l'oignon émincé dans de l'eau salée pendant 30 minutes environ. Passer au mixer.

Dans la soupière, on peut battre 2 jaunes d'œufs avec 6 cuillerées à soupe de crème fraîche, puis verser peu à peu la soupe chaude. Servir aussitôt en saupoudrant éventuellement de persil haché.

Variante 4 : POTIRON + FEUILLES DE CHOU

Débiter le potiron en dés. Couper le chou en fines lanières et le faire cuire quelques minutes dans un peu de matière grasse. Rajouter les dés de potiron, éventuellement de l'ail. Mouiller avec ½ à 1.5 litres d'eau environ. Laisser mijoter pendant 1 heure. Puis mixer légèrement.

On peut servir avec des tranches de pain grillé que l'on fait tremper dans la soupe.

Variante 5 : POTIRON + PANAIS... ou

Variante 6 : POTIRON + CÉLERI...

Penser à servir votre soupe en l'agrémentant de petits croûtons, d'ail frit, de persil haché, de basilic ou de pistou.



LES
JARDINS
DU
GIESSEN



ROUGE VIF D'ESTAMPES

CROQUETTES DE COURGE

Ingrédients pour 4 pers. :
- 600 g de purée de courge
- 4 œufs
- Sel, poivre

Faire une purée très sèche et très fine en cuisant la courge à la vapeur puis en la passant au moulin à légumes.

Casser les œufs un à un. Bien mêler le tout. Le mélange doit être très épais. Au besoin, rajouter un peu de farine.

Laisser reposer la préparation au réfrigérateur, elle sera plus ferme et plus facile à mettre en forme. Confectionner des boulettes ou des petits rouleaux comme des quenelles, les rouler dans la farine ou la chapelure.

Faire cuire dans une friture très chaude sur toutes les faces, sortir et faire égoutter sur du papier absorbant.

Accompagner d'une salade verte.

GNOCCHI DE COURGE

Ingrédients pour 4 pers. :
- 600 g de purée de courge très sèche
- 2 œufs
- Sel fin
- Environ 150 g de farine
- 70 g de beurre

Peler les courges, ôter les graines, débiter en dés et faire cuire à la vapeur à découvert.

Mixer pour obtenir une purée très sèche.

Ajouter alors les œufs et le sel, la moitié de la farine, et bien travailler le tout avec une cuillère en bois. Ajouter le reste de la farine petit à petit jusqu'à l'obtention d'une pâte.

Sur une tôle légèrement farinée, rouler la pâte en boudin, débiter en tronçons, comme des quenelles.

Faire cuire à l'eau bouillante salée, jusqu'à ce que les gnocchis remontent à la surface. Les retirer à l'écumoire.

Servir avec du beurre fondu et du fromage râpé, que l'on peut éventuellement faire gratiner.



LES
JARDINS
DU
GIESSEN



ROUGE VIF D'ESTAMPES

TARTE MARBRÉE POTIRON-CHOCOLAT

- Ingrédients :
- 900 g potiron
 - 400 g pâte brisée
 - 35 cl jus d'orange frais
 - 20 cl jus de citron frais
 - 8 cuillères à soupe sucre roux
 - 3 œufs
 - 100 g chocolat à cuire.

Peler, émincer le potiron. Le mettre à cuire sur feux doux avec les jus de fruits. Lorsqu'il commence à se réduire en purée, ajouter le sucre roux.

Pendant ce temps, étaler la pâte dans un moule à tarte à bords hauts beurré et piquer le fond. Cuire au four (th.7) 10 minutes environ.

Mélanger les œufs à la purée potiron-agrumes refroidie. Verser sur le fond de tarte cuit. Faire fondre le chocolat au bain-marie et le faire couler sur la tarte en décrivant des zigzags. Faire cuire environ 45 minutes au four (th.7). Déguster froid.

SOUFFLÉ DE COURGE.

- Ingrédients :
- 600 g de purée de courge
 - 4 dl de lait
 - 80 g de farine
 - 4 œufs
 - 60 g de gruyère râpé (facultatif)
 - 1 cuillère à café de paprika
 - Sel, poivre
 - 4 cuillères à soupe d'huile.

Faire chauffer l'huile, y ajouter la farine, bien mélanger avec une cuillère en bois. Laisser gonfler la farine sans cesser de remuer, sur feu doux.

Hors du feu, ajouter les jaunes d'œufs, le gruyère râpé, saler et poivrer.

Verser le lait froid, replacer sur feu doux et laisser épaissir tout en tournant, ajouter la purée de courge choisie et le paprika.

Battre les blancs en neige ferme, les incorporer délicatement à la préparation en soulevant la pâte. Verser ce mélange dans un moule à soufflé graissé et fariné.

Faire cuire 20 minutes à four moyennement chaud (th.5). Remonter la température à th.7 et laisser monter le soufflé encore 5 à 10 minutes.

Vérifier la cuisson à l'aide d'un couteau.

Servir immédiatement.



LES
JARDINS
DU
GIESSEN



ROUGE VIF D'ESTAMPES



Recette



Recette