

RECETTE 1 : Soupe terroir (pour réchauffer les hivers)

Pour 4 personnes

Préparation : 15 min - Cuisson : 1h15

Ingrédients :

- 3 carottes
- 5 pommes de terre
- 2 poireaux
- 2 oignons
- 5 gousses d'ail
- 1,5 l d'eau froide
- 30 g de beurre demi-sel
- 100 g de lardons
- 20 cl de crème liquide
- 4 tranches de pain grillé
- 100 g d'emmental râpé
- Sel et poivre du moulin

Préparation :

Laver et éplucher les carottes. Peler et laver les pommes de terre. Les disposer dans un saladier rempli d'eau froide. Laver et émincer les poireaux. Eplucher et émincer les oignons. Eplucher et écraser les gousses d'ail. Dans un faitout, faire fondre le beurre, ajouter les carottes, les poireaux et les oignons. Faire suer quelques minutes, ajouter les lardons, poursuivre la cuisson 2 minutes. Verser un litre d'eau, ajouter les gousses d'ail écrasées, assaisonner. Couvrir et laisser cuire 1h15 à feu doux. Egoutter et couper les pommes de terre en dés. Les ajouter 30 minutes avant la fin de la cuisson. 5 minutes avant la fin de la cuisson, verser la crème, mélanger et rectifier l'assaisonnement. Servir accompagné des tranches de pain grillé et d'emmental râpé.

RECETTE 2 : Cocktail pour l'apéritif : Le « Cidre à l'angevine » - recette proposée par les Vergers de la Hanère – Aviré – Segré-en-Anjou bleu

Facile – 6 personnes

Ingrédients :

- 1 bouteille [75 cl] de cidre brut
- 1 louche [15 cl] de Cointreau
- 1 louche [15 cl] de sirop de canne liquide
- 1 louche [15 cl] de jus de citron

Préparation :

Mélanger dans une carafe, ou un saladier haut, le Cointreau, le sirop de canne et le jus de citron. Ajouter en mélangeant délicatement la bouteille de cidre frais. Servir à l'apéritif, en flûtes ou en coupes. Eventuellement, préparer et mettre au frigo la base 4 h à l'avance puis ajouter le cidre frais au moment de servir.

RECETTE 3 : Bruschetta au chèvre frais, miel et amandes

Pour 4 personnes

Préparation : 10 min - Cuisson : 10 min

Ingrédients :

- 8 tranches de pain de campagne
- 150 g de fromage de chèvre frais
- 2 cuillères à soupe de miel liquide
- 50 g d'amandes effilées
- Sel et poivre du moulin

Préparation :

Couper les tranches de pain en deux. Les faire légèrement griller. Couper le fromage de chèvre en rondelles. Répartir sur les tranches de pain les rondelles de fromage, verser le miel et parsemer d'amandes effilées. Passer quelques instants sous le grill du four jusqu'à ce que le fromage commence tout juste à fondre. Poivrer et servir sans attendre.

Volailles et œufs

RECETTE 4 : Tajine de cane aux poires - recette proposée par la Ferme-Auberge de la Touche – Le Tremblay – Ombree d'Anjou

Pour 6 personnes

Préparation : 20 min - Cuisson : 1h20 min

Ingrédients :

- 6 cuisses de cane
- 4 poires coupées en quartier
- 50 g de raisins blancs et noirs
- 2 gros oignons
- 50 cl de jus de pomme
- 50 g de beurre demi-sel

Préparation :

Dans le tajine, saisir la viande sur toutes ses faces à l'huile et la réserver. Colorer les oignons coupés en quartier et les poires et replacer la viande dans le tajine. Ajouter le beurre, couvrir de jus de pomme et compléter d'eau si nécessaire. Couvrir et enfourner le tajine 1h20 à 180° C. Servir avec les raisins.

Pains, Farine, pâtes et huiles

RECETTE 5 : Gratin de pâtes Matsaroni – recette proposée par la Ferme des Pâtis – Combrée – Ombrée d'Anjou

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min - Cuisson : 20 min

Ingrédients :

- 150 g de lardons
- 2 à 3 poireaux
- 200 g de champignons
- 320 g de matsaronis
- beurre, farine, lait, sel, poivre
- gruyère râpé

Préparation :

Dans une poêle, faire revenir les lardons dans du beurre, les réserver. Laver et couper les poireaux en rondelles. Laver et couper les champignons. Dans la même poêle, faire revenir les rondelles de poireau et les champignons puis ajouter les lardons en fin de cuisson. Pendant ce temps, faire cuire les pâtes pendant 7 minutes. Préparer une béchamel avec du beurre, de la farine et du lait puis saler et poivrer. Mélanger tous les ingrédients puis mettre dans un plat allant au four. Parsemer de gruyère râpé. Faire gratiner au four à 180°C pendant 15 minutes. Servir avec une salade fraîche assaisonnée de vinaigre balsamique.

Viandes

RECETTE 6 : Bœuf à l'angevine – Recette proposée par le Domaine des Rues – Chenillé-Champteussé

Pour 4 personnes

Préparation : 30 min – Cuisson : 2h environ - Temps de repos : 24 à 48 h

Ingrédients :

- 1 kg de viande de bœuf AOP Maine Anjou dans un morceau à braiser (de type paleron)
- 2 carottes
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- 1 branche de thym
- 2 feuilles de laurier
- Quelques grains de poivre
- 2 clous de girofle
- 1 bouteille de vin d'Anjou
- 5 cl d'eau de vie de vin d'Anjou
- 3 cuillère à soupe d'huile
- 1 litre de jus de rôti de viande

Marinade :

Déposer la viande dans un plat assez creux. Ajouter le thym, le laurier, les oignons émincés, les carottes coupées en 4 dans la longueur puis en rondelles, le poivre et les clous de girofle. Ajouter le vin d'Anjou et l'eau de vie. Couvrir d'un film alimentaire et placer au réfrigérateur 24 à 48 heures.

Préparation :

Après le temps de repos, égoutter le bœuf. Faire chauffer l'huile dans une grande cocotte. Passer la marinade au chinois et conserver les légumes dans un autre plat. Mettre le bœuf dans l'huile frémissante et le faire dorer de chaque côté. Après coloration, le retirer. Mettre ensuite les légumes dans l'huile chaude et laisser cuire quelques minutes. Ajouter le bœuf aux légumes et laisser encore cuire quelques minutes. Ajouter la marinade filtrée. Dès les premiers bouillons faire flamber.

Retourner la viande et laisser cuire. Préparer un litre de jus de rôti de viande et l'incorporer au mélange. Laisser cuire à feu doux pendant 2 heures environ. En fin de cuisson vérifier l'assaisonnement. Découper la viande en tranches et la servir sur assiette nappée de sauce avec les légumes de la marinade.

Petits trucs : vous pouvez également servir la viande en morceaux type bourguignon. Pour les gourmets qui préfèrent une sauce plus épaisse, utiliser un liant (farine, fécule...). En accompagnement, vous pouvez servir un gratin dauphinois ou des haricots verts.

Miel

RECETTE 7: Pigeonneaux au miel et au gingembre – recette proposée par Dominique FOUCHARD – Champigné – Les Hauts-d'Anjou

Pour 4 personnes

Préparation : 10 min - Cuisson : 20 à 25 min

Ingrédients :

- 4 pigeonneaux en crapaudine
- 6 cuillères à soupe d'huile
- 3 cm de racine de gingembre frais
- 1 blanc de poireau coupé en julienne
- 4 grosses c à soupe de miel liquide
- 1 botte de coriandre
- Sel et poivre

Préparation :

Assaisonner les pigeonneaux de sel et de poivre. Dans deux grandes poêles, faire chauffer l'huile à feu assez vif et y faire colorer les oiseaux, côté peau pendant 10 min environ. Lorsqu'ils sont bien dorés, les retourner et poursuivre la cuisson pendant 7 à 8 min. Vider la graisse de cuisson de la poêle. Ajouter les 2/3 du gingembre et du poireau et laisser cuire pendant 3 min. Verser le miel et laisser bouillir jusqu'à caramélisation, sans laisser brûler. Enlever la poêle du feu. Déglacer avec la sauce soja et ajouter le reste du gingembre et de poireau. Servir les pigeonneaux dans des assiettes bien chaudes. Les napper du jus de cuisson et décorer avec de la coriandre. Accompagner avec du riz blanc parfumé nature.

RECETTE 8 : Flan gourmand au miel

Pour 4 personnes

Préparation : 15 min - Cuisson : 20 min

Ingrédients :

- 6 œufs frais
- 200 g de miel
- 160 g de farine
- 80 cl de lait

Préparation :

Préchauffer le four th.7 (210°C). Dans un saladier, verser la farine, ajouter les œufs, et un demi verre de lait, mélanger jusqu'à l'obtention d'un mélange lisse. Dans une casserole, ajouter le reste du lait et le miel et faire chauffer jusqu'à ébullition. Retirer du feu et mélanger les 2 préparations. Verser dans des ramequins ou un plat à gratin beurré. Enfourner pendant 20 min.

Autres gourmandises

RECETTE 9 : Tiramisu au caramel au chocolat et aux poires – recette proposée par Caramélie

Pour 8 personnes

Préparation : 45 min – Temps de repos : 24h

Ingrédients :

- 500 g de mascarpone
- 4 œufs
- 100 g de sucre en poudre
- 1 paquet de biscuits spéculoos
- Caramel au chocolat de chez Caramélie
- 1 boîte de poires au sirop
- Quelques cuillères de cacao en poudre

Préparation :

Mettre 500 g de mascarpone dans un grand plat. Séparer les 4 blancs d'œufs des 4 jaunes d'œufs. Mélanger les jaunes avec le mascarpone. Battre les blancs en neige. Incorporer les blancs au mélange mascarpone, sucrer selon votre goût. Préparer des verrines. Emietter un paquet de biscuits spéculoos au fond, ajouter du caramel au chocolat, les poires au sirop égouttées et coupées en gros dés, et terminer par la préparation mascarpone. Saupoudrer de cacao. Placer au frigo pendant au moins une journée et servir bien frais.