



# 10 idées de recettes pour le mois de Mai

Par les Editions  
Cuisine du Potager



**Recettes de Saison**



# Sommaire

Sommaire -----	page 1
Bienvenue -----	page 2
Avec un peu d'imagination -----	page 3
Croquettes de pommes de terre -----	page 4-7
Crème de radis roses -----	page 8-13
Roulés de blettes -----	page 14-20
Rissoto de fenouil -----	page 21-25
Verrines de crème de betterave et chèvre -----	page 26-30
Gratin dauphinois -----	page 31-34
Lasagnes chèvre et épinard -----	page 35-40
Feuilletés aux asperges et au lard -----	page 41-46
Salade concombre, tomates, féta -----	page 47-49
Tarte à la rhubarbe -----	page 50-54
Le saviez-vous ? -----	page 55

---



## Bienvenue aux Editions Cuisine du potager

Bienvenue et merci d'avoir commandé ce livret de recettes de la collection Recettes de Saison des Editions Cuisine du Potager.

### **Pourquoi consommer des fruits et légumes de saison ?**

1. En consommant local et de saison, vous ferez des économies. Vous trouverez également dans ce livret des astuces et idées pour utiliser toutes les parties consommables des fruits et légumes.
2. Les fruits et légumes de saison sont également adaptés aux besoins de votre corps en terme de vitamines et minéraux qui évoluent avec les différentes saisons.



**Avec un peu  
d'Imagination**

## **En manque d'idées pour cuisiner des fruits et légumes de saison ?**

Vous manquez peut-être d'idées ou ne savez pas comment cuisiner les fruits et légumes de saison ?

Vous trouverez dans ce livret 10 Idées de Recettes pour varier les plats et les plaisirs au cours du mois de Mai.



EDITIONS CUISINE DU POTAGER

*Croquettes  
de pommes  
de terre*



EDITIONS CUISINE DU POTAGER

## *Croquettes de pommes de terre*

### *Liste des ingrédients*

#### **Pour 4 personnes :**

- 5 pommes de terre
  - 1 oignon
- 2 cuillères à soupe de farine
  - 2 oeufs
- 2 branches de persil
  - 1 pincée de sel
  - 1 pincée de poivre
  - De l'huile d'olive



## *Croquettes de pommes de terre*

### 1. Préparation des pommes de terre

- Bien laver et éplucher les pommes de terre.  
Gardez les épluchures pour réaliser un bouillon de légumes par exemple.

- Râpez finement vos pommes de terre avec [une mandoline](#).

### 2. Préparation de l'oignon

- Pelez et émincez finement l'oignon.

Réservez les épluchures pour du bouillon de légumes.

### 3. Préparation du mélange

- Mélangez les pommes de terre, l'oignon, la farine, les œufs, le persil, le sel et le poivre.

### 4. Réalisation des croquettes

-Mettre de l'huile dans une poêle.

- Déposez des petites boules de votre préparation, aplatissez-les légèrement et faites les revenir de chaque côté jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.



*Servez vos croquettes accompagnées de quelques feuilles de laitue assaisonnées au vinaigre balsamique et à l'huile d'olive.*

EDITIONS CUISINE DU POTAGER

# *Crème de Radis Roses*



EDITIONS CUISINE DU POTAGER

## *Crème de Radis Roses*

### *Liste des ingrédients*

#### **Pour 2 personnes :**

- 2 bottes de radis roses
- 150 g de fromage blanc ou de mascarpone
- 1 pincée de poivre aux 5 baies moulues
  - 1 pincée de sel
- 1 cuillère à café de moutarde
- 1 cuillère à soupe de vinaigre balsamique
- 3 cuillères à soupe d'huile de tournesol ou de colza

## *Ingrédients pour le Fromage Blanc*

- 2 L de lait entier
- 1 cuillère à soupe de crème fraîche
- Le jus d'1 citron bio



Ou

## *Ingrédients pour la Mascarpone*

- 250 ml de crème liquide entière
- Le jus d'1 citron bio





## Crème de Radis Roses

### 1. Préparation des radis

- Lavez bien et équeutez les radis. Réservez les fanes de côté pour un bouillon ou une soupe.

- Mixez les radis

### 2.1. Préparation de la mascarpone (à préparer 2 jours avant)

- Pressez un citron bio pour en récupérer le jus.

Faire chauffer le crème au bain-marie à la casserole jusqu'à atteindre une température comprise entre 80 et 85°C.

- Rajoutez le jus de citron tout en remuant jusqu'à l'épaississement de votre préparation.

- Vous pouvez également préparer votre mascarpone au [robot cuiseur](#) si vous en avez un (crème liquide entière avec du jus de citron à 90°C à vitesse 2 ou 3 pendant une dizaine de minutes à adapter en fonction de la marque de votre appareil).

- Laissez reposer votre préparation pendant une journée au réfrigérateur.

- Au bout de 24h, prendre un chinois ou une passoire à maille très fine, posez un filtre à café ou papier essuie-tout dessus et faire égoutter votre préparation pendant encore une journée au réfrigérateur.

- N'oubliez pas de garder le petit lait d'égouttage qui pourra vous permettre de faire du pain ou de la brioche par exemple.

Ou

## 2.1. Préparation du fromage blanc

- Pressez un citron bio pour en récupérer le jus.
- Faire chauffer le lait entier à la casserole jusqu'à l'apparition de petites bulles tout en remuant (si vous avez un thermomètre de cuisine, la température idéale doit être comprise entre 45 et 60°C).
- Retirez la casserole du feu et ajouter le jus du citron.
- Vous pouvez également préparer votre fromage blanc au [robot cuiseur](#) si vous en avez un (lait avec du jus de citron à 90°C à vitesse 2 ou 3 pendant une dizaine de minutes à adapter en fonction de la marque de votre appareil).
- Prendre un chinois ou une passoire à mailles très fines, posez un filtre à café ou papier essuie-tout dessus et faire égoutter votre préparation pendant environ une heure (selon la consistance souhaitée plus ou moins ferme) au réfrigérateur. N'oubliez pas de garder le petit lait d'égouttage qui pourra vous permettre de faire du pain ou de la brioche par exemple.
- Rajoutez la crème fraîche à votre préparation pour plus d'onctuosité.



### 3. Préparation de la crème de radis

- Mélangez vos radis mixés avec le poivre aux 5 baies, le sel, le fromage blanc ou la mascarpone, la moutarde, le vinaigre balsamique et l'huile.



*Vous pouvez maintenant tartiner votre crème de radis sur du pain en apéritif ou en entrée ou bien la réchauffer pour accompagner un filet de poulet par exemple.*



EDITIONS CUISINE DU POTAGER

# *Roulés de Blettes*



EDITIONS CUISINE DU POTAGER

*Roulés de Blettes*  
*(bette ou bette à carde)*

*Liste des ingrédients*

**Pour 3 personnes :**

- 1 botte de blettes
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de poivre
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 6 tranches de jambon blanc
  - 150 g de gruyère
  - 50 g de parmesan râpé
  - 1 pâte feuilletée

## *Ingrédients pour la pâte feuilletée*

- 250 g de farine
- 200 g de beurre demi-sel bien froid coupé en dés
- 150 ml d'eau





## *Roulés de Blettes*

### 1. Préparation de la pâte feuilletée

- Mélangez la farine et l'eau puis pétrir le tout jusqu'à former une boule.
- Mettre votre pâton au réfrigérateur pendant une demi-heure.
- Incisez une croix sur le dessus de votre pâton afin de l'étaler en forme de croix.
- Mettre les morceaux de beurre à l'intérieur de votre « croix », rabattre les côtés et étaler le rectangle obtenu avec un rouleau à pâtisserie.
- Si vous avez un robot, vous pouvez mettre tous les ingrédients dedans directement à vitesse 2 ou 3 pendant 30 à 50 secondes (à adapter à votre appareil).
- Repliez votre rectangle en 3 parties sur lui-même et l'étaler de nouveau avec le rouleau (renouvelez l'opération 3 fois en tournant d'un quart de tour votre carré à chaque fois en laissant reposer votre pâte au frigo 20 minutes entre chaque étape).
- Laissez votre pâton reposer 30 minutes au réfrigérateur avant l'utilisation finale.
- Vous pouvez enfin étaler votre pâte à votre convenance pour l'utilisation de celle-ci (ici en forme de rectangle que vous découperez en 6 morceaux égaux pour préparer vos roulés).

## 2. Préchauffez votre four à 210°C

### 3. Préparation des cardes

- Bien laver les cardes.
- Séparez les feuilles des tiges blanches.
- Faire blanchir les feuilles dans l'eau bouillante pendant 5 minutes puis les égoutter.
- Emincez les tiges en petits dés et les faire revenir dans une poêle avec une cuillère à soupe d'huile d'olive et une pincée de poivre. Les réserver de côté.



## 4. Découpez le gruyère en petits dés



## 5. Montage des roulés

- Découpez votre pâte feuilletée en 6 rectangles.
- Déposez les feuilles entières sur chaque rectangle de pâte.
- Déposez une tranche de jambon sur chaque feuille de cardes.
- Mettre les dés des tiges de cardes et de gruyère sur chaque tranches de jambon. Parsemez-les de parmesan râpé.



- Roulez vos 6 morceaux et mettez les dans un plat à gratin puis parsemez-les de parmesan râpé.

## 6. Cuisson

- Mettre au four pendant 30 minutes à 210°C.



*Dégustez vos roulés accompagnés de laitue assaisonnée avec un peu d'huile d'olive et de vinaigre balsamique.*

EDITIONS CUISINE DU POTAGER

# *Risotto de Fenouil*



EDITIONS CUISINE DU POTAGER

## *Risotto de Fenouil*

### *Liste des ingrédients*

#### **Pour 4 personnes :**

- 1 fenouil
- 2 oignons
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
  - 200 ml de crème liquide
  - 1 pincée de sel
  - 1 pincée de poivre
  - 200g de riz arborio
- 750 ml de bouillon de légumes
- 50g de parmesan en morceaux

## *Ingrédients pour le bouillon de légumes*

- 400 g d'épluchures et fanes de légumes, bio de préférence
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
  - 1 pincée de sel
  - 1 pincée de poivre
- 2 feuilles de Laurier Sauce séché
  - 1 branche de cerfeuil
  - 1 branche de romarin





## *Risotto de Fenouil*

### 1. Préparation du bouillon de légumes (à préparer la veille si besoin)

- Récupérez vos fanes de légumes (carottes, fenouil, radis, tiges d'épinards ...) et épluchures diverses (carottes, oignons, ail, échalotes ...) que vous aurez gardés de côté.

- Rajoutez des aromates (Laurier sauce, cerfeuil, romarin ...), sel, poivre, huile d'olive.

- Faire bouillir le tout dans 2L d'eau pendant 2 ou 3 minutes puis laissez réduire à feu doux pendant environ 1h.

- Filtrez votre préparation. Et voilà votre bouillon de légumes est prêt.

### 2. Préparation du Fenouil

- Bien laver votre fenouil.

- Retirez les fanes que vous réserverez de côté.

- Emincez en fines lamelles le bulbe du fenouil.

- Epluchez et émincez finement les oignons.

- Faire revenir les oignons et les lamelles de fenouil dans l'huile d'olive à la poêle avec une pincée de sel et de poivre.

### 3. Préparation du bouillon de légumes

- Pendant que le fenouil se prépare, faire bouillir le bouillon de légumes (préparé à l'avance pour gagner du temps).

### 4. Cuisson du Risotto

- Rajoutez le riz sec à la précédente préparation, à feu doux.

- Versez les 750 ml de bouillon de légumes précédemment porté à ébullition en 4 étapes en laissant le riz absorber chaque portion entre temps tout en remuant le tout.

- Retirez la préparation du feu une fois tout le liquide absorbé par le riz.



*Servez votre risotto en rajoutant de fines tranches de parmesan en morceaux et régalez-vous !*



EDITIONS CUISINE DU POTAGER

# *Verrine de crème de betterave et chèvre*



EDITIONS CUISINE DU POTAGER

## *Verrine de crème de betterave et chèvre*

### *Liste des ingrédients*

#### **Pour 6 verrines :**

- 2 petites betteraves rouges
- 150 g de mascarpone
- 1 pincée de piment d'Espelette en poudre
- 1 cuillère à soupe de vinaigre balsamique
- 60 g de crottin de chèvre semi-frais

## *Ingrédients pour la Mascarpone*

- 250 ml de crème liquide entière
- Le jus d'1 citron bio





## *Verrine de crème de betterave et chèvre*

### 1. Préparation de la mascarpone (à préparer 2 jours avant)

- Pressez un citron bio pour en récupérer le jus.

- Faire chauffer la crème au bain-marie à la casserole jusqu'à atteindre une température comprise entre 80 et 85°C.

- Rajoutez le jus de citron tout en remuant jusqu'à l'épaississement

de votre préparation.

- Vous pouvez également préparer votre mascarpone au robot cuiseur si vous en avez un (crème liquide entière avec du jus de citron à 90°C à vitesse 2 ou 3 pendant une dizaine de minutes à adapter en fonction de la marque de votre appareil).

- Laissez reposer votre préparation pendant une journée au réfrigérateur.

- Au bout de 24h, prendre un chinois ou une passoire à maille très fine, posez un filtre à café ou papier essuie-tout dessus et faire égoutter votre préparation pendant encore une journée au réfrigérateur.

- N'oubliez pas de garder le petit lait d'égouttage qui pourra vous permettre de faire du pain ou de la brioche par exemple.

## 2. Préparation de la crème de betterave rouge

- Lavez-bien votre betterave.
- Retirez les fanes et réservez-les de côté : vous pourrez les utiliser pour du bouillon de légumes, une soupe, une quiche etc...
- Faites cuire votre betterave environ 1H30 à l'eau selon la taille de votre légume ou 30 minutes à la vapeur.
- Une fois cuite vous pouvez éplucher la peau de votre betterave (réservez l'épluchure pour réaliser du bouillon de légumes par exemple).
- Mixez votre betterave avec [un robot multifonction](#).
- Mélangez votre préparation de betterave avec la mascarpone, une pincée de piment d'Espelette et le vinaigre balsamique.

## 3. Emiettez le chèvre en petits morceaux

## 4. Montage des verrines

- Mettez votre crème de betterave dans le fond de chaque verrine.
- Parsemez-les de morceaux de chèvre.



*Servez vos verrines bien fraîches idéales pour un apéritif dinatoire ou en entrée !*



EDITIONS CUISINE DU POTAGER

*Gratin  
Dauphinois*



EDITIONS CUISINE DU POTAGER

## *Gratin Dauphinois*

### *Liste des ingrédients*

#### **Pour 6 personnes :**

- 1,5 Kg de pommes de terre
- 40 cl de crème liquide
  - 2 pincées de sel
  - 2 pincées de poivre
- 2 pincées de noix de muscade
  - 4 gousses d'ail



## *Gratin Dauphinois*

1. Préchauffez votre four à 150°C

2. Préparation des pommes de terre

- Lavez bien et épluchez vos pommes de terre (gardez vos épluchures de côté pour du bouillon de légumes).

- Faire cuire vos pommes de terre à l'eau ou la vapeur.

- Emincez vos pommes de terre en rondelles.

3. Préparation de la base

- Passez une gousse d'ail sur votre plat à gratin et beurrez-le.

- Emincez finement vos gousses d'ail.

- Mélangez la crème liquide, l'ail, le sel et la noix de muscade.

4. Montage de votre gratin

- Alternez une couche de pommes de terre et une couche de votre base à la crème.

## 5. Cuisson de votre gratin

- Mettre votre gratin au four pendant environ une heure à 150°C.



*Votre gratin dauphinois accompagné de feuilles de laitues assaisonnées au vinaigre balsamique et à l'huile d'olive vous fera un plat complet.*



EDITIONS CUISINE DU POTAGER

*Lasagnes  
chèvre et  
épinards*



EDITIONS CUISINE DU POTAGER

## *Lasagnes chèvre et épinards*

### *Liste des ingrédients*

#### **Pour 4 personnes :**

- Pâtes à lasagnes
- 500 g d'épinards frais en branche
- 20 cl de crème liquide (ou crème végétale) ou 4 grosses cuillères à soupe de crème fraîche
  - 2 pincées de noix de muscade
  - 2 pincées de poivre
- 250 g de chèvre frais ou en crottin mi-frais
- 150 g de gruyère râpé (plus ou moins à adapter à votre goût)

## *Ingrédients pour la pâte à lasagnes*

- 400g de farine de blé
- 4 oeufs
- 2 pincées de sel





# Lasagnes Chèvre-Epinards

## 1. Préparation de la pâte à lasagnes

- Vous pouvez préparer votre pâte à lasagnes la veille si vous disposez de peu de temps.
  - Mettre la farine dans un saladier.
  - Ajoutez les oeufs.
  - Ajoutez 2 pincées de sel.
- Mélangez le tout.
- Pétrir la pâte à la main et former une boule (ou au robot pétrisseur, si vous en avez un, pendant 2 ou 3 minutes à vitesse lente 1 ou 2 à adapter à votre robot jusqu'à ce que votre boule soit bien lisse).
- Laissez reposer votre pâton recouvert environ 1h au réfrigérateur.
- Pesez votre pâton afin de le découper en 8 boules de poids identiques pour faciliter l'aplatissage.
- Puis étalez chaque petit pâton avec un rouleau à pâtisserie pour en faire des rectangles (si vous avez [une machine à pâtes](#) avec laminoir, ce sera plus facile ! Vous n'aurez qu'à passer vos petites boules après les avoir légèrement aplaties dans votre appareil à plusieurs reprises en diminuant l'épaisseur au fur et à mesure pour obtenir des pâtes de même épaisseur).
- Si vous étalez vos pâtons au rouleau, pour éviter qu'ils ne collent, pensez à bien les fariner et vous pouvez les aplatir entre 2 feuilles de cuisson ou de silicone pour vous faciliter la tâche.
- Laissez ensuite sécher vos rectangles pendant une demi-heure de chaque côté à l'air libre (30 minutes au total si vous avez un séchoir à pâtes).



## 2. Préchauffez votre four à 200 °C pendant la préparation de votre garniture

### 3. Préparation de la garniture

- Equeutez vos épinards après les avoir bien lavés (pensez à réserver les tiges pour les réutiliser dans une soupe ou un cake par exemple).
- Faites blanchir vos feuilles dans l'eau bouillante pendant 5 minutes. Vous pouvez réserver vos feuilles entières ou les mixer selon votre goût.
- Rajoutez ensuite votre crème avec 2 pincées de noix de muscade. Mettez de côté.
- Emiettez votre chèvre et rajoutez le à votre préparation de crème et épinards.

### 4. Montage des lasagnes

- Alternier une couche de garniture et une couche de pâte.
- Parsemer votre dernière couche de pâte avec du gruyère râpé.

## 5. Cuisson de vos lasagnes

- Mettre à cuire au four à 200° pendant 30 minutes.



*Un plat complet qui ravira petits et grands et qui fera apprécier les épinards aux plus réticents !*

A close-up photograph of a bowl filled with feuilletés (small pastries) filled with asparagus and lard. The pastries are golden-brown and have a flaky texture. The bowl is dark-colored and sits on a grey, textured surface. A blue cloth is visible in the background. A white text box is overlaid on the image, containing the publisher's name and the recipe title.

EDITIONS CUISINE DU POTAGER

*Feuilletés  
aux asperges  
et au lard*



EDITIONS CUISINE DU POTAGER

*Feuilletés aux asperges  
et au lard*

*Liste des ingrédients*

**Pour 4 personnes :**

- 1 pâte feuilletée
- 12 asperges
- 12 tranches de lards
- 1 jaune d'oeuf

## *Ingrédients pour la pâte feuilletée*

- 250 g de farine
- 200 g de beurre demi-sel bien froid coupé en dés
- 150 ml d'eau



# *Feuilletés aux asperges et au lard*



## 1. Préparation de la pâte feuilletée

- Mélangez la farine et l'eau puis pétrir le tout jusqu'à former une boule.
- Mettre votre pâton au réfrigérateur pendant une demi-heure.
- Incisez une croix sur le dessus de votre pâton afin de l'étaler en forme de croix.
- Mettre les morceaux de beurre à l'intérieur de votre « croix », rabattre les côtés et étaler le rectangle obtenu avec un rouleau à pâtisserie.
- Si vous avez un robot, vous pouvez mettre tous les ingrédients dedans directement à vitesse 2 ou 3 pendant 30 à 50 secondes (à adapter à votre appareil).
- Repliez votre rectangle en 3 parties sur lui-même et l'étaler de nouveau avec le rouleau (renouvelez l'opération 3 fois en tournant d'un quart de tour votre carré à chaque fois en laissant reposer votre pâte au frigo 20 minutes entre chaque étape).
- Laissez votre pâton reposer 30 minutes au réfrigérateur avant l'utilisation finale.
- Vous pouvez enfin étaler votre pâte à votre convenance pour l'utilisation de celle-ci (ici en forme de rectangle que vous découperez en lamelles d'environ 2 cm de largeur pour réaliser vos feuilletés).

## 2. Préchauffez votre four à 180°C

## 3. Préparation des asperges

- Lavez bien vos asperges.
- Enlevez les bouts et pelez vos asperges. Gardez les épluchures pour réaliser une soupe ou un bouillon de légumes.
- Faire cuire les asperges 10 minutes à la vapeur ou pendant environ 7 minutes dans l'eau bouillante.

## 4. Préparation du lard

- Faire revenir légèrement vos lamelles de lard à la poêle.

## 5. Montage des feuilletés

- Enroulez chaque asperge avec un morceau de lard et un lamelle de pâte feuilletée.
- Badigeonnez vos feuilletés avec le jaune d'oeuf. Gardez votre blanc de côté pour faire des mousses sans jaune d'oeuf par exemple.

## 6. Cuisson des feuilletés

- Mettre vos feuilletés pendant 20 minutes au four à 180°C.



*Accompagnez vos feuilletées avec une sauce gribiche :*

- 1 œuf dur émiété*
- 1 cuillère à soupe de vinaigre de vin rouge*
- 3 cuillère à soupe d'huile de tournesol*
- 1 cuillère à café de moutarde*
- 1 pincée de sel*
- 1 pincée de poivre*
- Mélangez le tout et servez*





EDITIONS CUISINE DU POTAGER

*Salade de  
concombre,  
tomates et fêta*



EDITIONS CUISINE DU POTAGER

*Salade de concombre, tomates  
et féta*

*Liste des ingrédients*

**Pour 2 personnes :**

- 1 concombre
- 4 tomates
- 150 g de féta
- 2 oeufs dur
- 2 cuillères à soupe d'huile de sésame
  - 2 pincées de poivre
  - 1 pincée de sel
  - 2 pincées de curcuma
- 2 pincées de graine de sésame



# *Salade de concombre, tomates et fêta*

## 1. Préparation des légumes

- Lavez bien et équeutez vos tomates. Découpez-les en petits quartiers.

- Lavez et épluchez votre concombre.

Gardez les épluchures de côté pour réaliser du bouillon de légumes par exemple. Emincez-le en fines rondelles.

## 2. Préparation de la fêta

- Découpez votre fêta en petits cubes si vous l'avez acheté en bloc.

## 3. Préparation des oeufs durs

- Faites cuire 2 oeufs départ à l'eau froide puis pendant 10 minutes en moyenne à partir de l'ébullition pour des oeufs de taille normale (9 minutes pour des petits oeufs, 12 minutes pour des gros oeufs).

Une fois le temps de cuisson arrivé, plongez les dans l'eau froide.

- Ecalez vos oeufs et découpez-les en rondelles.

## 4. Montage et assaisonnement de la salade

- Montez votre salade et assaisonnez-la avec l'huile de sésame, le sel, le poivre, le curcuma et les graines de sésame.

*Servir frais en entrée, en apéritif ou en dessert.*



EDITIONS CUISINE DU POTAGER

*Tarte à la  
Rhubarbe*



EDITIONS CUISINE DU POTAGER

## *Tarte à la Rhubarbe*

### *Liste des ingrédients*

#### **Pour 6 personnes :**

- 1 pâte brisée
- 600 g de rhubarbe
- 45 g de sucre en poudre
- 2 œufs
- 30 ml de miel ou de sirop d'agave
- 5 ml de vanille liquide

## *Ingrédients pour la pâte Brisée*

- 250 g de farine
- 125 g de beurre demi-sel
- 50 ml d'eau glacée
- 1 jaune d'oeuf



# Tarte à la Rhubarbe



## 1. Préparation de la rhubarbe (à préparer la veille)

- Coupez l'extrémité du pied de rhubarbe.

- Fendez votre tige de rhubarbe en 2 et épluchez-la. Les épluchures pourront être utilisées pour faire une infusion.

**ATTENTION :** les feuilles de la rhubarbe ne sont pas consommables, elles sont toxiques.

- Coupez vos tiges de rhubarbe en petits rectangles.

Mettez-les dans un récipient et saupoudrez-les généreusement de sucre en poudre.

Laissez-les mariner toute la nuit dans le sucre pour éviter l'acidité de la rhubarbe.

## 2. Préparation de la pâte brisée

- Coupez 125 g de beurre en dés et laissez-les à température ambiante pendant environ 1h30 (votre beurre doit être bien mou).

- Mélangez la farine et le beurre.

- Pétrir pendant quelques minutes jusqu'à obtenir une texture sableuse.

- Ajoutez le jaune d'oeuf et l'eau.

- Réservez le blanc d'oeuf de côté pour réaliser des financiers par exemple.

- Pétrir et former une boule.
- Votre pâte peut également être réalisée au robot si vous en avez un.
- Laissez reposer votre pâton 30 minutes au réfrigérateur avant utilisation.

### 3. Préchauffez votre four à 200°C

### 4. Montage de la tarte à la rhubarbe

- Etalez votre pâte à tarte.
- Batte les œufs avec le miel (ou le sirop d'agave) et la vanille liquide.
- Rajoutez-y la rhubarbe.
- Versez votre préparation sur votre pâte à tarte.

### 5. Cuisson de la tarte

- Mettez votre tarte à cuire pendant une demi-heure à 200°C.



*Dégustez votre tarte accompagnée d'une boule de glace à la vanille.*

## Le saviez-vous ?

Vous trouverez dans ce livret des recettes avec du fromage de chèvre, du gruyère et de la féta.

Mais saviez-vous que les fromages ont aussi leurs saisons pour la consommation ?

Par exemple, le fromage de chèvre se consomme de Mai à Octobre.

Le gruyère se consomme de Mai à Janvier.

La féta se consomme de Janvier à Mai