

Les recettes de la Ferme

Légume de la semaine : Le CELERI-RAVE. Riche en vitamines K et B6.

Recette rapide

Purée de céleri-rave à l'ail et au thym

- Peler au couteau un gros céleri-rave, et couper en morceaux.
- Mettre les morceaux dans une casserole avec 250 ml d'eau ou de lait, une branche de thym et 5 gousses d'ail, cuire à feu doux 20min.
- Écraser ou mixer la purée, saler et poivrer.

Soupe délicieuse

Crème de céleri-rave et croûtons.

- Cuire 20 min dans 1l d'eau ou bouillon 1 gros céleri-rave pelé et coupé en morceaux avec 1 oignon, 1 poireau, 2 gousses d'ail et 1 carotte.
- Mixer et ajouter 200ml de crème épaisse, 50g de beurre, sel et poivre.
- Servir avec des croûtons et/ou des bouts de bacon grillés.

Pour recevoir

Petits dés de céleri-rave grillés au four.

- Peler et couper en petits cubes un gros céleri-rave.
- Mélanger les dés avec de l'huile d'olive du sel et du paprika dans un bol. (ou tout autre type d'épices)
- Placer les dés sur une plaque de cuisson et enfourner à 200°C +/- 30 minutes, jusqu'à bien dorer le céleri-rave.
- Servir seul ou avec une sauce à l'ail.

Recette technique

Bouillabaisse végétarienne de céleri-rave, et légumes d'automne.

Ici nous revisitions une soupe de poisson version végétarienne. Un délice !

Préparer un tas de bons légumes d'automne, comme par exemple : 1 carotte, 1 navet, 1 radis noir, 1 panais, quelques branches de chou-fleur, quelques feuilles de chou kale, 1 patate, un quart de chou vert, etc., et couper tout ça en petits cubes.

Faire la purée de la recette n°1 au verso.

Dans une grosse cocotte, faites toaster du boulgour à l'huile d'olive, à petit feu 5 minutes.
Ajouter 1 branche de thym et les légumes racines en dés pour les colorer +/- 15 minutes à feu moyen. Recouvrir, mais mélanger toutes les 5 minutes.

Couvrir d'eau, ajouter les choux et autres légumes qui ne sont pas des racines et cuire 20 minutes à petit bouillon et couvert.

Ajouter la purée de céleri-rave à la soupe et ajouter une grosse quantité de poivre noir et un peu de sel au goût. Servir comme une bouillabaisse, avec croûtons et rouille.