

<http://clg-celestin-freinet-sainte-maure-de-touraine.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/spip.php?article955>

LES RECETTES DU SELF DE LA 205

- ULIS -



Publication date: vendredi 17 octobre 2014

Copyright © Collège Célestin Freinet - Sainte Maure de Touraine (37) - Tous

droits réservés

Les recettes du mois d'octobre :

GASPACHO VERT

Ingrédients (6 personnes) :

100g de concombre, 500g de tomates vertes, 1 poivron vert,
2 gousses d'ail, 80g de mie de pain rassis, 15cl d'huile d'olive, 7,5cl de vinaigre de xérès, 50 cl d'eau glacée,
ciboulette, basilic, sel, poivre

Réalisation :

Plongez les tomates pendant 20 secondes dans l'eau bouillante, puis égouttez-les et retirez la peau.

Retirez le pédoncule et les graines du poivron. Épluchez le concombre et pelez les gousses d'ail. Coupez ces légumes en morceaux.

Mouillez la mie de pain avec le vinaigre et mélangez avec les légumes.

Mixez l'ensemble en ajoutant lentement l'huile d'olive pour les réduire en crème onctueuse.

Délayez avec l'eau glacée jusqu'à l'obtention d'une consistance très fluide. salez, poivrez. versez les herbes ciselées.

[<http://clg-celestin-freinet-sainte-maure-de-touraine.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-celestin-freinet-sainte-maure-de-touraine/local/cache-vignettes/L400xH236/gaspacgojpg-e7db-2158f.jpg>]

CLAFOUTIS AU RAISIN BLANC

Ingrédients (6 personnes) :

400g de raisins blancs (sans pépins), 3 oeufs, 37,5 cl de lait
90 g de sucre, 60 g de farine avec levure incorporée,
1 cuillère à soupe de cannelle, 20 g de beurre (fondu),
1 pincée de sel

Réalisation

Préchauffez votre four à 200°C (thermostat 6-7).

Pendant ce temps, tapissez le fond de votre plat avec des raisins coupés en deux.

Dans un plat à part, mélangez tous les autres ingrédients pour former une pâte homogène. Ensuite, il vous suffit de verser la pâte sur les raisins.

Il ne vous reste plus qu'à le mettre 40 min au four (à 200°C).

[<http://clg-celestin-freinet-sainte-maure-de-touraine.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/sites/clg-celestin-freinet-sainte-maure-de-touraine/local/cache-vignettes/L400xH201/claoiftisjpg462a-a24cb.jpg>]