

### LES RECETTES estivales des Jardiniers en Essonne

#### **Cake apéritif à la bourrache de Martine**

3 œufs  
150 g de farine  
1 sachet de levure  
10 cl d'huile  
12,5 cl de lait  
50 g de parmesan  
50 g de gruyère râpé  
1 barquette de dés de bacon  
1 poignée de graines de courge ou de noix  
1 échalotte et une gousse d'ail  
20 feuilles de bourrache (ou une grosse poignée)

Laver et sécher les feuilles de bourrache  
Les faire cuire 5 mn avec l'échalotte et l'ail hachés, et un peu d'eau  
Bien égoutter  
Dans un saladier fouetter les œufs, la farine, la levure  
Ajouter l'huile et le lait  
Puis le parmesan, le gruyère, la bourrache, les graines de courge, ou les noix, et le bacon  
Poivrer, goûter avant de saler  
Verser dans un plat à cake beurré et fariné  
Cuire 45 mn à 190°



#### **Pour éplucher les poivrons, rien de plus facile :**

Tourner autour du pédoncule avec un couteau pointu pour l'enlever  
Couper les poivrons en 2, ôter les pépins, les étaler sur une plaque et les placer sous le grill du four, peau vers le haut.  
Surveiller, lorsque la peau est boursouflée, les envelopper d'une feuille de papier sulfurisé et les laisser refroidir, il suffit alors d'enlever la peau avec les doigts et de rincer les poivrons.

#### **Ballotins de poivron**

Il vous faut : des lanières de poivrons préparés (voir plus haut) de 4 cm de large ou un peu plus, du fromage de chèvre frais, ou de la feta, et de la tapenade d'olives noires.  
Placez vos lanières sur une planche, chair vers le haut, les garnir d'un peu de fromage et de tapenade puis faire des petits paquets que vous conserverez au frais sur une belle assiette .

Pour déguster, conseillez aux convives de découper les petits paquets le long de la ficelle plutôt que de chercher à la retirer

#### **Des poivrons à la folie**

Pour Michèle, les poivrons c'est déjà commencer par les transformer en jolis vases pour en faire une composition florale de circonstance

On peut ensuite en garnir des sandwiches  
Il suffit de choisir un bon pain, de beurrer les tranches puis d'ajouter des lamelles de gruyère et des lanières de poivron, salez, poivrez, ajoutez un filet de jus de citron.  
Il ne reste plus qu'à l'envelopper et vous obtenez un délicieux sandwich estival.

*Les variantes sont nombreuses, vous pouvez ajouter un peu de thon, ou de la viande finement coupée ...*



## RECETTE DE POULET À L'ESTRAGON de Michèle

Ce poulet à l'estragon peut se manger chaud ou froid, ce qui en fait une recette précieuse pour l'été

Pour 4 à 6 personnes, il vous faut :

un poulet de 1,5 à 2 kg prêt à cuire, 1 litre d'eau bouillante, du beurre ramolli, 2 cuillerées à soupe d'estragon haché fin, sel, poivre, 60 ml de vin blanc sec, 150 g de crème fraîche, des champignons de Paris

J'utilise un « Römertopf » pour faire cette recette, cela donne un plat très moelleux. Si vous n'en n'avez pas, adaptez à une cocotte allant au four.

Posez le poulet dans la partie inférieure du Römertopf, et versez dessus l'eau bouillante. Ceci a pour effet de resserrer la peau de l'oiseau et lui permet de mieux garder sa saveur en cuisant. Sortez le poulet de l'eau, mais laissez celle-ci dans le Römertopf, puisqu'il doit être bien imbibé d'eau pour la cuisson. Séchez le poulet avec du papier-torchon.

Travaillez le beurre avec la moitié de l'estragon, du sel et un peu de poivre. Glissez ce mélange entre la peau et la viande sur la poitrine et les cuisses.

Placez le poulet ainsi préparé dans le Römertopf (après l'avoir vidé). Disposez tout autour les champignons de Paris, lavés et coupés en 4 ou 6 selon leur grosseur. Versez dessus le vin blanc.

Mettez à cuire à four moyen (180°C) pendant 1h à 1h ½ (vérifiez).

Quand il est cuit, découpez-le et mettez les morceaux sur le plat de service, entourez-les avec les champignons.

Versez le jus de cuisson dans une casserole, ajoutez-y la crème et le restant d'estragon et chauffez délicatement pour épaissir la sauce (on peut ajouter un beurre manié pour faciliter l'épaississement).

Les champignons peuvent constituer le seul légume, ou être complétés par du riz, dans ce cas, il vaut peut-être mieux que la sauce ne soit pas trop épaisse.

## VIN DE PECHE sans pêches de Dany

Il vous faut :

Plus d'une centaine de feuilles de pêcher, 4 noyaux, ½ l d'eau de vie, 150g de sucre, 1c à s de sucre vanillé, 1 bâton de vanille, 1 clou de girofle, 2l de bon vin rosé.

*Si on veut mettre un peu de miel, il faut enlever du sucre*

Lavez et séchez les feuilles de vigne que vous mettez dans un grand bocal ou une dame-jeanne.

Ajoutez les autres ingrédients et mélangez.

Laissez macérer un mois minimum dans une pièce fraîche et sombre, en agitant le récipient de temps en temps.

Filtrez, mettez en bouteille et attendez plusieurs mois avant de déguster, normalement 1 an .

*A déguster avec modération !*



## Tarte fine aux abricots de Brigitte

Il vous faut : 1 pâte feuilletée rectangulaire, du sucre roux, 750 g environ d'abricots (ou plus), 70g de poudre d'amande, 1 œuf, 1 sachet de sucre vanillé, 50 g de beurre, 1 petit pot de crème fraîche épaisse

Prendre une plaque de cuisson, la recouvrir d'un rectangle de papier sulfurisé, le saupoudrer légèrement de sucre, y poser le rectangle de pâte feuilletée.

Mélanger le sucre vanillé avec l'œuf, la crème, 2 c à s de sucre, la poudre d'amande.

Etaler cette crème sur la pâte sans aller jusqu'au bord.

Y disposer les oreillons d'abricots (lavés et séchés), face bombée vers le bas.

Saupoudrer légèrement de sucre et éparpiller des petits morceaux de beurre (facultatif) .

Enfourner 15 mn à 200° puis 15 mn à 180°

Peut se déguster tiède avec une boule de glace à la vanille.