

LA RECETTE DU CHEF

LIONEL RAWAY,
DE CUISINE
SAUVAGE ASBL



VERRINE DE PÂQUERETTES



Difficulté : facile

Temps de préparation : 20 minutes

Pour 4 personnes

Prix : ●

Ingrédients : 12 x 4 fleurs de pâquerettes – 1 fleur de ciboule – 1 œuf cuit dur – 70 gr de chèvre frais – 20 g de crème fraîche – 1 avocat – citron – harissa – sel – poivre

1. Détendez le fromage frais avec la crème fraîche, salez et poivrez. Émiettez la fleur de ciboule et incorporez-la au fromage avec le blanc d'œuf écrasé à la fourchette.

2. Pelez l'avocat et détaillez la chair en dés. Écrasez les morceaux. Citronnez et épicez avec le harissa.

3. Pour les pâquerettes : lavez, égouttez les fleurs (et les feuilles). Séchez-les entre 2 essuies. Hachez grossièrement les fleurs et mélangez-les au jaune d'œuf écrasé.

4. Remplissez les verrines : avec une poche à douille, dressez une couche de préparation à l'avocat. Déposez des pâquerettes hachées avec le jaune d'œuf. Dressez une couche de préparation au fromage et recommencez les 3 opérations.

LA RECETTE DU LECTEUR

NIYA GANCHEVA



CROUSTILLANT DE RENOUÉE DU JAPON



Difficulté : moyen

Temps de cuisson : 12 minutes

Prix : ●

Ingrédients (pour 4p.) : 8 tiges de renouée du Japon (Jeunes tiges encore tendres) – 70 g de beurre (50 pour la crème d'amande, 20 pour le croustillant) – 50 g de sucre – 20 g de poudre d'amande – 1 œuf – 4 feuilles de brick – 20 g de sucre glace – 1 c.à.c. de farine – eau

1. Lavez les tiges et taillez-les en petits dés d'un demi-cm.

2. Préparez la crème d'amandes : mélangez le beurre pomade, le sucre, la poudre d'amande et ajoutez progressivement les œufs. Ajoutez les tiges de renouée et mélangez.

3. Badigeonnez les feuilles de brick de beurre fondu et saupoudrez légèrement de sucre glace. Partagez les feuilles en deux et déposez le mélange sur chaque demi-feuille. Rabattez les côtés et enroulez la pâte. Badigeonnez d'un peu de farine délayée dans l'eau et saupoudrez avec le reste de sucre impalpable.

4. Enfourez à 180° pendant environ 12 minutes

AGENDA

DIMANCHE 19 JUIN

Vivez une expérience gastronomique insolite en participant à « L'Équipée sauvage » !

Une descente inédite de la citadelle de Namur en cuistax, à la découverte de la cuisine des plantes comestibles.



Cueillez, roulez et goûtez aux dégustations des chefs au long du parcours !

La descente débute au Château de Namur, s'arrête au Panorama et à Terra nova (le chef Olivier Bourguignon du Darville vous y attend), avant de poursuivre par un arrêt à L'Agathopède (Carl Gillain) et de s'achever par un dessert sur le Belrive au grognon.

Une navette vous remonte ensuite au point de départ. Infos et réservations via la page Facebook de Cuisine sauvage ASBL



Retrouvez tous les conseils, les recettes et les actualités du moment

sur la page Facebook :

 www.facebook.com/cuisinesauvage.org