

# Risotto au chou frisé et citron

## Ingrédients

2 échalotes  
15 feuilles de chou frisé  
2 citrons bio, zeste et jus  
3 Cà soupe d'huile d'olive  
375 g de riz Arborio  
12,5 cl de vin blanc  
1,5 l de bouillon de volaille  
100 g de parmesan râpé

## Déroulement

Pelez et ciselez finement les échalotes. Rincez, séchez et enlevez la partie dure centrale des feuilles de chou. Zestez et pressez les citrons.

Faites cuire les feuilles de chou dans une grande casserole d'eau bouillante pendant 6 mn, puis égouttez-les soigneusement. Hachez-les grossièrement à l'aide d'un couteau.

Dans un faitout, faites revenir les échalotes dans un peu d'huile, à feu doux 3 mn, ajoutez le riz et laissez cuire 3 mn sans cesser de mélanger jusqu'à ce que les grains soient translucides. Ajoutez le vin blanc et laissez cuire jusqu'à ce qu'il soit totalement absorbé en mélangeant. Versez ensuite 25 cl de bouillon et laissez cuire à feu doux. Une fois le bouillon absorbé, versez à nouveau 12,5 cl de bouillon et répétez cela jusqu'à la cuisson complète du riz, 20 mn environ. Le riz doit être cuit et crémeux. Ajoutez enfin le chou haché et mélangez soigneusement.

Hors du feu, ajoutez le jus de citron ainsi que le zeste, le parmesan et mélangez à nouveau. Ajustez l'assaisonnement en sel et poivre du moulin selon vos goûts et dégustez sans attendre.

**NB :** Garder le reste de chou pour potage, se congèle très bien

# Beignets aux pommes

## Ingrédients

4 pommes  
200 grammes de farine  
2 jaunes d'œuf  
4 grammes de sel  
200 grammes de lait  
3 cuillères à soupe d'huile de tournesol  
3 blancs d'œuf  
1 sachet de levure chimique  
1 sachet de sucre vanillé  
1 pincée de cannelle en poudre

## Déroulement

Versez dans un saladier la farine, la levure chimique et la pincée de sel et creusez un puit au centre. Versez-y les jaunes d'œuf et l'huile de tournesol. Mélangez à l'aide d'un fouet. Ajoutez progressivement le lait tout en continuant de mélanger. Passez le tout au tamis si vous avez quelques grumeaux pour que la pâte soit lisse.

Montez les blancs d'œuf en neige avec un batteur électrique. Avec une cuillère, prenez les blancs en neige et disposez-les délicatement dans la préparation antérieure, puis réservez. Épluchez et coupez les pommes en rondelles d'environ 1 cm d'épaisseur et épépinez-les. Disposez-les dans un saladier et couvrez-les de sucre vanillé. Réservez.

Versez l'huile de friture dans une grande poêle et faites chauffer. Lorsque l'huile est bien chaude, plongez les rondelles de pommes dans la pâte à beignet, puis plongez le tout dans l'huile chaude. Attention, cette étape est dangereuse et n'est pas conseillée à faire avec vos enfants. Retournez les beignets à mi-cuisson et laissez-les bien dorer.

Sortez les beignets de l'huile et déposez-les sur du papier absorbant. Saupoudrez les beignets de sucre. Placez-les sur une plaque et passez-les au four en position grill à mi-hauteur pendant 3 à 4 minutes pour les caraméliser. Surveiller attentivement la cuisson et sortez-les dès qu'ils commencent à roussir.

# Beignets aux pommes de Tréguier

## Ingrédients

4 pommes type Reinettes

60 g de farine

60 g de sucre

4 œufs

330 ml de lait

Déroutement

65 ml de rhum ou lambig (eau de vie de cidre bretonne) ou calvados

## Déroutement

Laver et éplucher les pommes. Couper en deux et enlever les pépins.

Hacher les pommes finement, mettre dans un bol et arroser de rhum.

Dans un bol, ajouter la farine, les œufs, le sucre et le lait.

Fouetter jusqu'à obtenir une préparation homogène, puis ajouter les morceaux de pomme.

Dans une poêle, faire fondre un morceau de beurre et verser 1/2 louche de pâte.

Laisser cuire 2 à 3 min et retourner comme une crêpe puis laisser cuire.

Mettre dans un plat allant au four et saupoudrer de sucre.

Préchauffer le four en mode statique à 180°C, le grill allumé.

Enfourner durant 5 à 10 min.

**Les recettes sont données pour 4 personnes**