

Journal : Bretons en cuisine

Date : Printemps 2021

Numéro : 0018 (Hors-série) - ISBN 4357

Titre : Cuisine bien-être, 65 recettes plaisir

Sous titres : Des recettes saines et faciles pour toutes les saisons

Classement : Armoire de la chambre

Sommaire :

ENTRÉES

- Bouddha bowl végétarien
- Bouillon Soba aux champignons
- Carpaccio de tomates
- aux pêches de vigne
- Gaspacho de tomates et de fraises
- Salade Coleslaw
- Salade de quinoa au melon
- Petit-gris de Rennes
- Rouleaux de printemps sauce aux algues
- Tartare de Saint-Jacques
- Velouté de butternut aux oignons de Roscoff

SNACKING

- Beignets de légumes
- Bigorneaux
- Bruschetta
- Crackers châtaigne et houmous breton
- Focaccia au sarrasin et au Petit Breton
- Gaufres salées aux légumes
- Mini-brochettes de raisin au fromage
- Pain sans gluten au lait ribot
- Palourdes gratinées au beurre d'amandes
- Pancakes salés
- Pizza végétarienne
- Rillettes de poisson
- Tapas d'endive à la bretonne
- Tarte aux oignons de Roscoff
- Toast de galette de sarrasin, saumon, radis red meat

PLATS

- Arancini
- Aubergines grillées au sarrasin
- Cocotte de la mer
- Cassolette de Saint-Jacques...
- Dhall de lentilles corail au chou-fleur
- Frittata aux oignons de Roscoff...
- Galette saucisse revisité
- Gratin de poulet et patates douces
- Légumes confits
- Minestrone
- Moules au chorizo (NDLR PatCat : pas bon!)

- Oignons de Roscoff farcis
- Papillote de maquereau au citron
- Petites courges farcies
- Polenta crémeuse aux artichaut
- Pomme farcie au boudin noir
- Risotto de sarrasin aux champignons
- Rôtis de lotte
- Rouelle de porc confite
- Rougaille
- Sardines grillées
- et son tian de légumes
- Soba au boeuf
- Tarte salée sarrasin champignons
- Wok de courgettes

DESSERTS

- Brownie
- Cake sarrasin, chocolat et noix
- Carotte cake
- Crème de chia aux fraises
- Crêpes
- Far aux pruneau
- Fondant chocolat au beurre salé
- Gâteau de courgettes
- Gaufre au sarrasin
- Pancake
- Panna cotta
- Poire pochée au safran, fondant
au chocolat et sorbet au lait ribot
- Porridge de sarrasin aux fruits
- Sablés aux noix et aux figues
et caramel au beurre salé
- Sorbet au lait ribot et sarrasin
- Tarte aux pommes
de ma grand-mère
- Tarte fine au melon Petit Gris