

Carpaccio de saumon à la mangue

ingrédients (pour 12 personnes)

- 1 pavé de saumon (125 g)
- 50 g de mangue
- 1 fruit de la passion
- 20 g d'échalote
- 8 feuilles de coriandre
- 2 cs d'huile d'olive
- Sel et poivre balsamique
- huile d'olive

préparation

Retirez la peau du poisson : Posez le saumon côté peau contre la planche à découper, appuyez avec votre main le pavé et découpez à ras la peau. Coupez des petits cubes et réservez. Coupez en cubes votre mangue et découpez en brunoise. Ciselez l'échalote et la coriandre finement. Mélangez l'ensemble. Dressez sur votre assiette (il est possible de prendre un emporte-pièce pour faire plus joli). Mélangez l'huile d'olive, les grains du fruit de la passion, un peu de sel et de poivre. Assaisonnez votre carpaccio et déguste

Potiron farci aux marrons et champignons

ingrédients (pour 2 personnes)

- ½ potiron (600 g)
- 200 g marrons appertisés
- 100 g champignons de Paris
- 40 g d'oignons jaune
- 2 cs d'huile d'olive
- Cumin
- Sel et poivre

préparation

Préchauffez votre four à 220°C à chaleur tournante. Pendant ce temps, coupez le potiron en deux. Retirez les graines à l'aide d'une cuillère. A l'aide d'un couteau entailler la chair du potiron sans trouer la peau. Versez un filet d'huile d'olive, salez et poivrez. Déposez-le dans un plat allant au four et enfournez 35 minutes. En parallèle, préparez la farce. Coupez les champignons de Paris en tranches. Emincez l'oignon. Dans une sauteuse, faites chauffer un filet d'huile d'olive à feu moyen. Faites revenir l'oignon 3 minutes. Ajoutez les champignons et un peu de cumin selon votre goût, et poursuivez la cuisson 5 minutes. Salez, poivrez. Une fois le potiron cuit, ajoutez dans le creux (initialement où étaient les graines) les légumes et les marrons, et continuer de cuire au four 10 minutes. Servir chaud.

Pommes au four aux saveurs de pain d'épices

ingrédients (pour 1 2 personnes)

- 2 pommes Canada
- ½ cc de mélange pour pain d'épices
- 20 g de poudre d'amande
- 20 g de beurre doux

préparation

Préchauffez le four à 180°C. Mélangez la poudre d'amande, le beurre fondu et le mélange pour pain d'épices. Lavez les pommes. Coupez le haut de la pomme et évider cette dernière. Les farcir avec le mélange précédent. Disposez les pommes dans un plat allant au four et enfournez 20 à 25 minutes, jusqu'à ce que les pommes soient cuites. Dégustez tiède