

3eme RANDONNEE GOURMANDE

DE SAINT-LAURENT



Les membres de l'association « les copains de la table » vous remercient de votre participation et ont le plaisir de vous offrir les recettes des plats qui ont accompagnés cette randonnée gourmande. Nous espérons que vous avez passé un agréable moment en notre compagnie et nous vous convions d'ores et déjà à la randonnée gourmande 2016.

Retrouvez toutes nos recettes sur le site communal : <http://www.saint-laurent08.fr/>

BON APPETIT

CACASSE RACULOTTÉE

Ingrédients :

pour 10 personnes
250 g d'oignons
1 litre d'eau
100 g de lard gras
150 g de lardons fumés
Dix saucisses de Montbeliard ou de Toulouse
50 g de farine
50 g de fond de sauce brune
2 kg 500 de pommes de terre charlotte ou amandine
sel, poivre



Faire fondre les lardons fumés et gras dans une cocotte en fonte de préférence. Pendant ce temps éplucher les oignons et émincer les en lanières.

Ajouter les oignons aux lardons qui seront bien rôtis et les faire fondre.

Une fois les oignons bien fondus ajouter le fond de sauce dilué dans le litre d'eau froide ainsi que les saucisses. Faire bouillir et baisser le feu. Faire mijoter pendant 40 mn à couvert.

Pendant ce temps éplucher les pommes de terre et faire cuire à l'eau durant 10 mn. Les égoutter et les ajouter au mélange de la cocotte. Faire mijoter 30 mn en mélangeant bien. Ajouter de l'eau si nécessaire et surveiller bien, la cacasse attache facilement, la sauce doit être liquide mais pas trop. Saler, poivrer selon votre goût. Servir très chaud.

. Les saucisses peuvent être entières ou coupées en rondelles.

CAKE EN CROUTE DE THON

Ingrédients :

pour 6 personnes
2 boîtes de thon au naturel de 140 g égouttés
3 œufs
25 ml de moutarde
200 ml de crème liquide
240 g tomates séchées
25 ml de maïzena
100 g de comté râpé
250 g de pâte feuilletée
Poivre 5 baies du moulin à volonté
1 œuf pour dorer



Faire préchauffer le four à 210°C.

Egoutter le thon.

Verser les œufs, la moutarde, la crème et la maïzena dans un cul de poule et bien mélanger.

Ajouter le thon égoutté et émietté, la moitié des tomates séchées égouttées, 75 g de comté râpé et 3 tours de moulin de poivre 5 baies.

Chemiser un moule à cake avec la pâte feuilletée et verser y la préparation. Répartir le reste des tomates séchées et saupoudrer du reste de comté râpé. Rabattre la pâte sur le dessus pour enfermer la préparation et dorer au jaune d'œuf.

Faire cuire dans le four préchauffé 45 mn ou 210°C. Laisser tiédir avant de démouler et déguster avec une salade. Se consomme également froid.

TARTE RUSTIQUE AUX POMMES

Ingrédients :

pour 8 personnes
300 g de pâte feuilletée
600 g de pommes
Crème d'amande :
65 g de sucre
65 g de poudre d'amandes
65 g de beurre ramolli
65 g d'œufs
5 g de cannelle en poudre
Strudel :
50 g de beurre
50g de sucre
50 g de farine



Rouler les bords de la pâte feuilletée sur ½ cm pour faire un trottoir.

Faire une crème d'amandes en mélangeant au fouet et dans l'ordre le sucre, la poudre d'amandes, le beurre ramolli, les œufs entiers et la cannelle.

Eplucher et épépiner les pommes. Les couper en morceaux pas trop petit puis les mélanger avec la crème d'amandes. Garnir le fond de tarte.

Faire un strudel en mélangeant grossièrement du bouts des doigts le beurre, le sucre et la farine. Cela ne doit pas faire une pâte. Emitter sur la tarte.

Enfourner à 220 °c pendant 40 à 45 mn.