

Potée du Lot

Pour 4 Personnes – Prep. 20 mn. – cuisson : 20 mn.

Ingrédients :

150 g de haricots verts
2 pommes de terre
¼ de chou vert
2 carottes
1 oignon
1 blanc de poireau
150g de jambonneau cuit
10 g de maïzena
2 cuillerées à soupe d'huile, sel, poivre

Préparation

1. Lavez et épluchez tous les légumes. Coupez-les en julienne, mettez-les dans une cocotte avec l'huile et faites-les cuire à couvert 10 mn.
2. Hors du feu ajoutez le jambonneau et la maïzena délayée dans un litre d'eau. Salez, poivrez et terminez la cuisson 10 mn. à couvert.
3. Présentez dans un plat de service chaud les légumes et le jambonneau au milieu. Servez chaud.

Tarte au citron meringuée

Difficulté | moyen

Recette pour | 6 personnes Cuisson | 35 min

Coût | économique Préparation | 30 min

Ingrédients

Pâte sablée: 250 g de farine, 1 sachet de sucre vanillé, 1 œuf, 1 pincée de sel, 125 g de beurre

Crème au citron: 5 jaunes d'œufs, 3 blancs d'œufs, 1 cuillère à soupe de maïzena, 5 cuillères à soupe de crème liquide, 100 g de sucre glace, 100 ml de jus de citron, 1 cuillère à café de zeste de citron râpé

Meringue: 3 blancs d'œufs, 100 g de sucre glace, 1 cuillère à café de zeste de citron râpé

Préparation Tarte au citron meringuée

Préparez une pâte sablée en mélangeant rapidement tous les ingrédients. Enveloppez-la dans un film plastique et laissez reposer 1 heure au frais.

Foncez un moule beurré de cette pâte, garnissez-la de papier sulfurisé et de haricots secs. Faites cuire à blanc 10 minutes à 200°C (chaleur tournante). Retirez les haricots secs et le papier et laissez complètement refroidir.

Battez les jaunes d'œufs avec la Maïzena, la crème liquide et 50 g de sucre glace au dessus d'un bain marie. Ajoutez le jus et le zeste de citron. Montez les blancs en neige ferme en incorporant au fur et à mesure le sucre glace restant.

Ajoutez les blancs en neige à la crème aux œufs en soulevant délicatement. Versez la crème sur la pâte refroidi et faites cuire 25 minutes au milieu du four à 150°C (chaleur tournante). Laissez refroidir.

Pour la meringue, montez les blancs en neige très ferme en ajoutant au fur et à mesure le sucre glace. Incorporez délicatement le zeste de citron. Recouvrez la tarte des blancs en neige et dessinez éventuellement des motifs avec une fourchette. Faites dorer à 250°C.