

# Les Paysans de Rougeline

*10 recettes fantastiques,  
pour tous les jours !*

## Salade de tomates et de fraises

Pour 4 personnes :

Une quarantaine de tomates cerises et de fraises Gariguette (comptez 10 tomates cerises et 10 fraises par personne),  
1 citron, huile d'olive, feuilles de basilic et fleur de sel

Rincez délicatement les tomates et les fraises à l'eau fraîche. Préparez une émulsion à partir d'un demi-citron pressé et 6 cuillères d'huile d'olive (base pour 6 personnes) en fouettant le mélange. Ajoutez-y quelques zestes de citron très fins et laissez infuser à température ambiante 1 heure. Coupez les fruits en 2 au moment de servir, assaisonnez avec l'huile citronnée, ajoutez quelques grosses feuilles de basilic détaillées en lanières, parsemez de quelques grains de fleur de sel.

## Gaspacho au gingembre

Pour 6 personnes :

6 tomates, 2 concombres, 3 oignons blancs, 1 botte de basilic grosses feuilles, 20 g de gingembre frais,  
10 cuillères à soupe de vinaigre balsamique, 10 cuillères à soupe d'huile d'olive, sel et poivre

Enlevez la peau des tomates après les avoir ébouillantées une demi-minute, coupez-les et enlevez les pépins. Épluchez les concombres et enlevez le cœur après l'avoir coupé en 4 dans la longueur. Conservez 1/2 concombre à découper en petits dés auxquels vous ajouterez 3 feuilles de basilic hachées. Hachez très finement les oignons et le gingembre. Mixez le concombre et demi et les tomates avec le basilic, le vinaigre et l'huile, salez et poivrez. Ajoutez les oignons et le gingembre sans mixer, mélangez bien. Au moment de servir, parsemez des petits dés de concombre au basilic agrémentés d'un filet d'huile d'olive de type fruité vert !

## Crème de concombre

Pour 4 personnes :

1 concombre et demi (épluché), 1 gros oignon, 3 bouillons Kub Knorr bœuf, 20 cl de crème fraîche, 1/2 litre d'eau

Mixez tous les éléments qui ont cuit dans l'eau pendant 1/4 d'heure. Au moment de servir ajoutez 2 poignées de persil (le persil ne doit pas cuire). Mixez encore, ajoutez la crème fraîche. Servir aussitôt avec une feuille de persil en décor.

100 % SUD DE LA FRANCE

*Des fruits et légumes cultivés avec amour*

## Tomates farcies au chèvre frais et à la ciboulette

Pour 6 personnes :

6 belles tomates fermes et mûres, type Marmande, 200 g de chèvre frais, 1 botte de ciboulette, 2 gousses d'ail, huile d'olive, sel et poivre

Plongez les tomates 30 secondes dans l'eau bouillante afin de les éplucher facilement après les avoir passées sous l'eau froide. Coupez le sommet de la tomate et creusez pour retirer la pulpe à l'intérieur. Lavez et ciselez la ciboulette. Pelez et hachez l'ail. Dans un saladier écrasez le fromage de chèvre à la fourchette. Ajoutez la ciboulette, la pulpe de tomate, l'ail et 3 cuillères à soupe d'huile d'olive corsée. Salez et poivrez les tomates (au dernier moment afin qu'elles ne rendent pas d'eau) et remplissez chaque tomate avec la préparation au chèvre. Arrosez d'un filet d'huile d'olive et décorez de quelques brins de ciboulette... Vous pouvez remplacer l'ail et la ciboulette par d'autres herbes ou de petits oignons blancs émincés !

## Bricks tomate mozzarella

Pour 4 personnes :

4 feuilles de bricks, 3 belles tomates, 1 boule de mozzarella (di buffala), sel, poivre, origan, huile d'olive

Épluchez, videz et épépinez les tomates, coupez-les en tous petits dés et salez le tout. Laissez reposer dans une passoire pendant au moins 15 minutes pour les faire dégorger.

Faites chauffer le four à 180 degrés.

Découpez la mozzarella en tous petits dés également et mélangez-la aux dés de tomates. Aromatisez avec l'origan (ou autres herbes de votre choix) et le poivre. Huilez très légèrement à l'aide d'un papier essuie-tout imbibé, les deux côtés des feuilles de brick.

Divisez la farce en 4 parts égales et garnissez le centre de chaque brick. Pliez pour enfermer la farce, ne serrez pas trop sinon la feuille risque de percer. Déposez le tout délicatement dans un plat antiadhésif allant au four et faites chauffer 15 minutes. Servez chaud ou tiède accompagné d'une belle batavia par exemple.

## Petits flans à la tomate fraîche et au basilic

Pour 6 personnes :

20 tomates bien mûres, 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, 4 gousses d'ail, 1 botte de basilic, 4 feuilles de gélatine, gros sel, poivre du moulin

Plongez les tomates 1 minute dans l'eau bouillante afin de les éplucher facilement puis passez-les sous l'eau froide. Épluchez-les, épépinez-les, puis découpez-les en petits dés.

Dans une poêle, faites revenir pendant 25 minutes la chair des tomates dans l'huile d'olive avec l'ail finement émincé, le basilic haché (gardez quelques feuilles pour la décoration), le sel et le poivre en remuant régulièrement.

Faites ramollir les feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide, égouttez-les, puis mixez-les avec les tomates. Huilez 6 petits ramequins avec de l'huile d'olive et garnissez-les de la préparation à la tomate.

Laissez prendre ces petits flans au réfrigérateur pendant 2 heures, puis démoulez-les sur des assiettes. Arrosez-les d'un léger trait d'huile d'olive et décorez-les de feuilles de basilic.

## Clafoutis de tomates cerises au basilic

Pour 6 personnes :

400 g de tomates cerises (soit une trentaine de petites tomates), 150 g de farine, 50 g de beurre, 3 œufs, 1/2 verre de lait entier, 4 branches de basilic, sel, poivre

Préchauffez le four à 180 °C. Versez la farine dans un saladier, ajoutez les œufs, le beurre fondu et le lait, salez, poivrez et fouettez le tout. Ajoutez les tomates équeutées et les feuilles de basilic ciselées. Mélangez bien à la pâte. Beurrez un moule à manquer et versez-y la préparation. Enfourez pendant 40 minutes à four moyen. Servez chaud ou tiède.

## Soupe de concombre

Pour 6 personnes :

2 concombres, 2 cubes de bouillon, 6 pommes de terre, 1 gros oignon, 1 litre d'eau (voir plus, selon le goût et l'épaisseur), 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, sel, poivre et herbes de Provence

Lavez les concombres, coupez-les en dés en laissant la peau. Coupez aussi les pommes de terre et l'oignon en dés. Plongez tous les ingrédients dans l'eau bouillante. Ajoutez l'huile, une pincée d'herbes de Provence, une pincée de sel et beaucoup de poivre. Laissez mijoter pendant ¾ d'heure avec un couvercle. Tournez de temps en temps avec une cuillère en bois.

Après la cuisson, passez le tout au mixeur. Chauffez encore 5 minutes, c'est prêt ! Vous pouvez ajouter 2 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse pour plus d'onctuosité...

## Tian de légumes méditerranéens au chèvre frais

Pour 4 personnes :

1 tomate, 1 courgette, 2 oignons rouges, 1 poivron rouge, 150 g de chèvre frais, 2 gousses d'ail hachées, 2 branches de thym frais, sel, poivre du moulin, huile d'olive.

Préchauffez le four à 180 °C. Pelez et émincez les oignons puis rincez tous les légumes. Coupez la tomate et la courgette, en rondelles régulières de 1/2 cm d'épaisseur et le poivron en carrés de 2 cm, sans les éplucher. Détaillez le chèvre frais en tranches de 2 mm d'épaisseur. Faites suer les oignons dans 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, à feu doux jusqu'à ce qu'ils soient transparents. Huilez un plat en terre puis faites un lit d'oignons. Disposez à la verticale, sur la tranche en alternance les rondelles de tomate, de courgette, et de poivron. Salez, poivrez, parsemez l'ail haché et arrosez d'huile d'olive. Enfourez pour 30 minutes. À l'aide d'une spatule en bois, écrasez les légumes devenus plus tendres de façon à ce qu'ils soient immergés dans le jus de cuisson. Incorporez les tranches de chèvre à l'issue des 30 minutes, déposez les branches de thym au-dessus et remettez le plat au four pour 20 minutes. Servez froid ou tiède.

## Salade de jeunes pousses et fruits rouges

Pour 4 personnes :

200 g de jeunes pousses (épinard, roquette...), 100 gr de fraises Gariguettes, 100 gr de framboises, 3 cuillères à soupe d'huile d'olive, 2 cuillères à soupe de vinaigre de framboise, sel, poivre du moulin.

Dans un saladier, préparez la vinaigrette en émulsionnant le vinaigre de framboise et l'huile d'olive, salez et poivrez. Lavez et égouttez les jeunes pousses, les fraises et les framboises. Disposez le mesclun dans un saladier, ajoutez les fraises coupées en deux et les framboises entières. Mélangez et servez immédiatement.