

Petits toasts à la fourme d'Ambert et à la compotée de poire

Ingrédients

1 poire conférence
20 g de beurre
1 cuillère(s) à soupe de cassonade
1 cuillère(s) à soupe de mélange de quatre-épices
1 Citron
8 tranches fines de pain aux graines
Huile d'olive
120 g de fourme d'Ambert
Quelques brins d'aneth
1 petite poignée d'amandes fumées

Déroulement

Pelez, épépinez et coupez
et coupez la poire en petits dés. Faites fondre le beurre dans une casserole, ajoutez
la poire, la cassonade, les épices et un trait de jus de citron. Laissez compoter à feu
doux jusqu'à ce que les dés de poire soient translucides. Ôtez du feu et laissez
refroidir.

Chili con Carne facile

Ingrédients

2 oignons
2 gousses d'ail
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
500 g de boeuf haché
1 grosse boîte de haricots rouges (800 g en boîte et 500 g égouttés)
1 cuillère à café de chili en poudre
2 cuillères à café de cumin en poudre
400 g de tomates concassées ou en pulpe
Sel et poivre
Persil plat finement ciselé
Riz pour servir(40g/pers)

Déroulement

Epluchez et hachez finement l'oignon et l'ail.
Faites revenir doucement dans une cocotte (en fonte) avec l'huile d'olive.
Ajoutez le boeuf et faites cuire 10 minutes.
Ajoutez le chili, le cumin, le concassé de tomate et incorporez le tout au boeuf.

Salez, poivrez et faites mijoter 10 minutes.
Ajoutez enfin les haricots rouges égouttés et faites cuire encore 5 à 10 minutes.
Vous pouvez servir avec du riz et un peu de persil plat ciselé.

Tarte aux poires, citron et coco

Ingrédients

Pâte(s) feuilletée(s)

Poire(s) 6

Oeuf(s) entier(s) 2

Sucre 100 g

Jus de citron 1

Noix de coco râpée(s) 150 g

Beurre 100 g

Déroulement

Préchauffez le four th.5/6 (160 °C).

Étalez la pâte et piquez le fond à la fourchette. Laissez au frais pendant la préparation de l'appareil.

Faites fondre le beurre. Cassez les 2 oeufs et mélangez-les avec le sucre, la noix de coco, le jus de citron et le beurre refroidi.

Étalez l'appareil sur la pâte et coupez les poires en tranche fines.

Posez-les en éventail sur la tarte. Enfournez à four chaud 40 min.