

Idées Recettes Anti-Gaspi

Omelette Campagnarde

Ingrédients Pour 4 Personnes: 8 Œufs, 600 g de Pommes de Terre, 1 Boîte de Champignon de Paris, 1 Oignon, Paprika, Sel et Poivre

Préparation:

- Dans une poêle, faire revenir les champignons et les oignons en morceaux et une pincée de paprika.
- Pendant ce temps, faire cuire les pommes de terre à l'eau. Une fois la cuisson terminée, éplucher et couper les en rondelles. Ajouter les aux champignons.
- Dans un bol, battre les œufs en omelette. Verser le mélange champignons-pommes de terre dans un saladier, ajoute les œufs, saler et poivrer. Bien mélanger.
- Verser le tout dans une grande poêle. Laisser cuire à feu doux sans retourner. Servir avec une bonne salade.

Galettes de Pommes de Terre au Thon

Ingrédients Pour 4 Personnes: 2 Boîtes de Thon au Naturel, 1 Oignon, 6 Grosses Pommes de Terre, 1 Œuf, 50 g de Farine, Huile, Sel et Poivre

Préparation:

- Égoutter le Thon.
- Éplucher les pommes de terre et l'oignon et les râper finement. Il faut retirer l'excédent d'eau.
- Ajouter le thon, la farine, l'œuf, saler et poivrer. Bien mélanger l'ensemble.
- Dans une poêle préalablement huilée, y déposer 4 cuillères à soupe de la préparation.
- Faire bien dorer les galettes d'un côté, les retourner et laisser dorer sur l'autre face.
- Recommencer jusqu'à épuisement de la pâte.

Variante : « Rösti au Thon » (Pour 6 Personnes) : 2 Boîtes de Thon au Naturel, 2 c. à s. d'Huile, 1 Oignon, 6 Pommes de Terre, Jus d'1/2 Citron, Sel et Poivre.

Égoutter le thon. Hacher l'oignon et le faire revenir à feu doux avec un peu d'huile. Éplucher et râper les pommes de terre. Ajouter le thon, les pommes de terre râpées et le jus de citron dans la poêle et bien mélanger. Saler, Poivrer et aplatir le mélange pour former une galette. Laisser cuire 15 min. Retourner et cuire encore 15 min. Servir Chaud.

Crumble Pommes-Pêches

Ingrédients Pour 4 Personnes: 4 Pommes, 1 Boîte de Pêche au Sirop, 100 g de Farine, 70 g de Sucre de Canne Blond, 120 g de Beurre, Quelques Gouttes d'Extrait de Vanille

Préparation:

- Couper les fruits en dés. Les mettre dans un plat allant au four et les arroser de quelques gouttes d'extrait de vanille.
- Couper le beurre en dés. En disposer 20 g sur les fruits.
- Mélanger la farine et le sucre et incorporer du bout des doigts les dés de beurre sans trop travailler la pâte.
- Disposer la pâte sur les fruits.
- Mettre au four à 200°C (thermostat 6-7) sans préchauffer le four et surveiller (environ 35 minutes) : le crumble ne doit pas noircir !

