Les Recettes au fil des saisons



au printemps

Blancs de poireaux tièdes à la vinaigrette

Préparation

Couper le vert des poireaux. Couper les blancs en deux, les nettoyer et les cuire à la vapeur (par exemple, dans un panier vapeur en métal). Pendant la cuisson, préparer la vinaigrette: dans un bol, mélanger au fouet la moutarde, le poivre, les vinaigres. Allonger progressivement avec l'huile de colza. Garder au frais.
Lorsque les poireaux sont cuits, les disposer sur les assiettes de service. Répartir la vinaigrette sur chaque assiette et servir tiède.

Ingrédients
pour 4 personnes

- *8 poireaux*
- *1 cuillère à soupe de moutarde de Dijon*
- *1 cuillère à soupe de vinaigre de Xérès*
- *1 cuillère à soupe de vinaigre de cidre*
- *2 cuillères à soupe d'huile de colza*
- *poivre selon le goût*



Astuces :
Utiliser le vert de poireaux pour réaliser un potage.

Adapté de lesfoodies.com

Procurez-vous vos légumes chez les producteurs locaux:
www.Hainaut-terredegouts.be

Province de HAINAUT – Observatoire de la Santé – HD Hainaut Développement
observatoiresante.hainaut.be - hainaut-developpement.be

Editrices responsables: Helen Barthe-Batsalle - Observatoire de la Santé du Hainaut - Rue de Saint-Antoine 1, 7021 Mons - Nathalie QUEVY, Province de Hainaut - Hainaut Développement, boulevard Initialis 22 - 7000 MONS - crédit photo: Shutterstock