

CONFEDERATION SYNDICALE DES FAMILLES

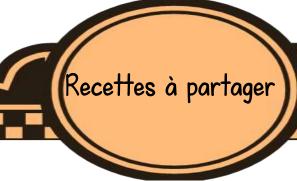
12 avenue Choron 02200 SOISSONS Fél. / Fax : 03 23 59 73 18

Tél. / Fax : 03.23.59.73.18 Email : csf.soissons@wanadoo.fr

N°13/2011

Info Panier de légumes





Céleri au bleu d'Auvergne

Anne-Catherine Bley, Soupes du jour, Marabout, 2003

Pour b personnes

<u>Ingrédients</u>:

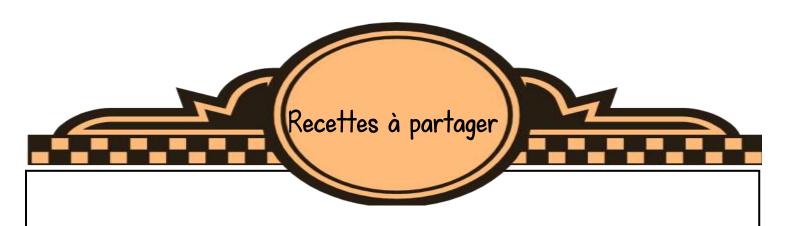
- I boule de céleri-rave
- 2 oignons
- 2 c. à café d'huile d'olive
- I litre d'eau
- 100 g de bleu d'Auvergne
- Sel, poivre

<u>Préparation:</u>

- I. Epluchez le céleri et coupez-le en morceaux. Pelez les oignons et émincez-les.
- 2. Dans une cocotte, faites revenir les oignons dans l'huile d'olive à feu doux et à couvert, jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides, en remuant de temps en temps.
- 3. Ajoutez les morceaux de céleri et l'eau. Salez légèrement.
- 4. Couvrez et portez à ébullition puis réduisez le feu et laissez cuire pendant 25 minutes environ, jusqu'à ce que le céleri soit bien tendre.
- 5. Retirez du feu et ajoutez les 3/4 du bleu d'Auvergne. Mixez finement et rectifier l'assaisonnement.
- 6. Coupez le reste du fromage en tout petits morceaux et ajoutez-les au moment de servir.

ldée : on peut également proposer des croûtons.





Moelleux à la courge spaghetti

<u>Ingrédients</u>:

- 60 g de beurre fondu
- 60 q de sucre non raffiné
- 100 g de farine
- lc. à café de levure chimique
- I œuf
- 200 g de courge spaghetti
- 1 c. à soupe de sirop de caramel

<u>Préparation:</u>

- 1. Mélanger le beurre et le sucre jusqu'à ce que ça blanchisse.
- 2. Ajouter la farine, la levure et l'œuf.
- 3. Incorporer la courge et le sirop.
- 4. Bien mélanger tous les ingrédients
- 5. Verser dans un moule à cake et mettre à cuire 20 minutes au four préchauffé à $230\,^{\circ}$ C.

Valérie DETAIN

A RETENIR!

Pour les personnes ayant pris les paniers d'hiver

A la CSF

Mercredi 4 janvier 2012

Mercredi I février 2012

Mercredi 7 mars 2012

Mercredi 4 avril 2012

A la ferme

vendredi 6 janvier 2012

vendredi 3 février 2012

vendredi 9 mars 2012

vendredi 6 avril 2012