



Communiqué de presse - Idées recettes // Quand Jean Imbert revisite les légumes Prince de Bretagne

10 juillet 2017 - 16h19



RECOMMANDÉ PAR
le chef **JEAN IMBERT**

Retrouvez des idées recettes 'libres de droit presse'* Prince de Bretagne, marque des producteurs de légumes frais 100% bretons.

Ce mois-ci, Prince de Bretagne propose 3 recettes inédites concoctées par le chef Jean Imbert ! Des recettes parfaites pour cet été ou pour aborder la rentrée de septembre en toute légèreté.

Au menu avec Jean Imbert : une association tomates quinoa, une tarte de tomates renversante et de l'artichaut farci. Deux légumes de saison, peu caloriques et riches en vitamines (C, A et B9) qui allient bienfaits nutritionnels et plaisir gustatif.

Artichauts poivrade farcis

Ingrédients - pour 4 personnes :

4 artichauts petits violets
1 escalope de veau
2 carottes
1 échalote traditionnelle
1 oignon
10 cl de vin blanc sec
Huile d'olive
Sel, poivre

Tournez les artichauts, c'est-à-dire enlevez les feuilles extérieures violettes au couteau pour révéler le cœur et les feuilles tendres, coupez la pointe de la tête d'artichauts pour ne conserver que la partie basse et épluchez la tige que vous conserverez sur environ 3 cm. Coupez-les en deux dans le sens de la hauteur.

Saisissez ces demi-artichauts petits violets à la poêle dans l'huile d'olive avec les carottes et les oignons en rondelles. Ajoutez 10 cl de vin blanc et 20 cl d'eau et cuire à couvert pendant 15 minutes.

Taillez le veau en tartare, ajoutez une échalote traditionnelle ciselée, de la bonne huile d'olive et du sel puis farcir les artichauts.

Recette de Jean Imbert – juin 2017 / Stylisme culinaire : Edith Possien / Photographie : Jean-Luc Courchelle

Salade de tomates au quinoa

Ingrédients - pour 4 personnes :

20/25 petites tomates cocktail
1 courgette
1 demi-oignon de Roscoff ou rosé de Bretagne
350 g de quinoa
1 échalote traditionnelle
Persil
Cerfeuil
Coriandre
Ciboulette
1 citron vert
Vinaigre de Xérès

Versez dans une casserole le quinoa et le double de son volume en eau. Portez-le tout à ébullition, baissez le feu et laissez frémir 10 minutes. Hors de l'eau, laissez gonfler le quinoa 5 minutes. Egouttez puis ajoutez l'échalote traditionnelle ciselée et une cuillère à soupe environ du mélange des quatre herbes hachées. Ajoutez quelques zestes de citron vert et son jus. Assaisonnez de sel et de quelques gouttes d'un bon vinaigre de xérès.

Coupez les tomates cocktail en quartiers. Passez les courgettes et les oignons à la mandoline pour avoir de fines tranches, puis passez-les 30 secondes à la poêle. Roulez les courgettes en petits rouleaux. Recouvrez le quinoa de tomates et de petits rouleaux de courgettes. Décorez de fines rondelles d'oignons et servez.

Recette de Jean Imbert – juin 2017 / Stylisme culinaire : Edith Possien / Photographie : Jean-Luc Courchelle

Tarte tatin de tomates

Ingrédients - tarte de 4 à 6 personnes

1 à 2 tomates charnues
300 gr de sucre

100 gr de beurre

Pâte sablée :

150 gramme de beurre

135 g de sucre

270 g de farine

1 citron jaune

1 œuf

Sel

Dans un bol, mélangez l'œuf avec le sucre et une pincée de sel.

Mettez la farine sur le plan de travail et faites un puits au centre. Versez le mélange œuf-sucre et ajoutez des zestes de citron. Ajoutez le beurre mou et malaxez le tout jusqu'à obtenir une pâte homogène. Etalez la pâte sur un centimètre d'épaisseur et coupez une forme ronde de la taille de la poêle.

Coupez les tomates en deux. Démarrez un caramel à sec : dans une poêle antiadhésive, faites chauffer le sucre. Une fois les tomates caramélisées, ajoutez le beurre et laissez confire. Recouvrez les tomates de la pâte sablée à l'aide de votre rouleau à pâtisserie. Faites cuire au four à 180°C pendant 20 minutes.

Recette de Jean Imbert – juin 2017 / Stylisme culinaire : Edith Possien / Photographie : Jean-Luc Courchelle

**Toutes reproductions même partielles doivent obligatoirement s'accompagner des crédits photo et recette ainsi que de la mention 'Une recette Prince de Bretagne'. Pour une reprise sur Internet, le renvoi vers www.princedebretagne.com est obligatoire*

