

Panier de légumes du 18 avril



Le panier à salade

Vous avez peut-être connu les paniers à salade métalliques, sortes de boules de grillage avec des poignées et destinées à secouer la salade mouillée afin de l'essorer.

De ces paniers, il faut garder l'idée d'un récipient à claire-voie dans lequel la salade est extrêmement secouée.

Or, les premières voitures cellulaires du XIXe siècle, tirées par des chevaux, étaient constituées de parois à claire-voie (ce n'est qu'un peu plus tard qu'elles ont été remplacées par des parois pleines).

Les routes de l'époque n'ayant pas encore la surface lisse des nôtres, les prisonniers qui étaient transportés dans ces véhicules pendant de longs trajets sur des routes en partie défoncées y étaient tellement secoués, qu'ils ont vite été assimilés à cette pauvre salade dans son panier.

Par extension, le véhicule est devenu lui-même un panier à salade, et les parois pleines et le confort qu'ont aujourd'hui ces moyens de transport (personnellement, je n'ai jamais essayé...) n'a pas suffi à leur faire perdre leur surnom !

A cuisiner : cannellonis aux épinards

Pour 2 personnes

Préparation : 15mn

Cuisson : 25mn

Ingrédients :

- 12 cannellonis secs
- 400g d'épinards en branches
- 200g de faisselle à 6% de MG
- 2 tranches de pain de mie
- sel et poivre
- 1 gousse d'ail écrasée
- 1 bocal de sauce tomate.
- Chapelure (facultatif)

Préparation:

Hacher grossièrement les épinards (au mixer ou à la main).

Verser la faisselle dans un saladier et l'assouplir en la battant avec une fourchette. Saler légèrement, poivrer et ajouter l'ail.

Couper la croûte des tranches de pain de mie, mixer pour obtenir une chapelure fine. L'ajouter au saladier, avec les épinards hachés. Bien mélanger le tout.

Verser le mélange aux épinards dans un sac congélation et en couper un coin aux ciseaux. Vous pourrez ainsi remplir les cannellonis de farce plus facilement.

Déposer les cannellonis farcis dans un plat et bien les recouvrir de sauce tomate (diluée avec un peu d'eau si nécessaire). Vous pouvez saupoudrer le tout de chapelure pour gratiner au four.

Enfourner à 200°C pour 25 minutes.

Bon appétit !