



Potage aux fanes de navets et salade de moules aux agrumes

Potage aux fanes de navets (pour 4 personnes)

- 2 bottes de navets nouveaux
- 2 grosses pommes de terre
- 1l de fond de volaille
- 100 g de beurre
- 100 gr de parmesan à râper
- 2 dl de crème fraîche
- 2 jaunes d'œufs
- Muscade
- Sel, poivre

1/ Coupez les fanes des navets et lavez-les soigneusement.

2/ Dans une casserole, faites fondre le beurre et faites suer les fanes. Salez et poivrez.

3/ Mouillez avec le fond de volaille. Ajoutez les pommes de terre épluchées et coupées en morceaux et portez à ébullition. Laissez cuire à feu doux pendant +/- 45'.

4/ Pendant ce temps, tournez les navets et faites-les confire dans une noix de beurre et un fond d'eau. Ajoutez sel et poivre.

5/ Lorsque vos fanes sont cuites, passez-les au mixeur et redonnez un bouillon.

6/ Faites une liaison jaunes d'œufs-crème, versez dans le potage en fouettant vivement sans faire recuire. Ajoutez les navets confits, râpez un peu de muscade et saupoudrez de parmesan râpé.

Salade de moules aux agrumes (pour 4 personnes)

- 1 kg de moules
- 1 oignon rouge
- 1 citron
- 4 càc d'huile d'olive
- 2 càs de ciboulette ciselée
- 1 orange
- 1 pamplemousse
- Sel et poivre du moulin



- 1/ Rincez les moules et cuisez-les à la casserole avec une branche de céleri et un tour de moulin.
- 2/ Pelez l'oignon et émincez-le très finement.
- 3/ Pelez le pamplemousse et l'orange à vif et levez les quartiers dans un saladier.
- 4/ Pressez le citron dans un bol et mélangez-le avec l'huile d'olive, l'oignon émincé, la ciboulette ciselée, salez et poivrez.
- 5/ Lorsque vos moules sont cuites, décortiquez-les et réservez dans leur jus chaud.
- 6/ Au moment de servir, égouttez les moules et versez la vinaigrette par-dessus les quartiers d'agrumes, la ciboulette et l'oignon émincé. Mélangez délicatement. Rectifiez l'assaisonnement et servez tiède.

Regardez la préparation en vidéo : http://www.rtb.be/tv/emission/detail_un-gars-un-chef/actualites/article_potage-aux-fanes-de-navets-et-salade-de-moules-aux-agrumes?id=8549385&emissionId=5931