

Lettre d'information Quintessence du Gourmet #42

Bonjour à vous toutes et tous!

J'espère que vos papilles commencent à s'exciter avec les fruits et légumes frais de chez nous qui retrouvent enfin leur place dans nos assiettes! Pour leur faire honneur, vous retrouverez à la fin de cette lettre non pas une mais bien trois recettes originales à essayer. Elles sont toutes les trois faciles à exécuter et elles ont été testées sur quelques convives avec succès.

Mais avant, voici quelques nouveautés :

Tortas espagnoles Un régal... ce sont des galettes de pâte frite dans l'huile d'olive et aromatisées soit sucrées, soit salées. À la boutique, nous avons les versions sucre et anis ainsi que sucre et cannelle.



Agrumato : Agrumato pour huile d'olive aux agrumes. Plusieurs versions disponibles :

- Citron et fines herbes : pour vos marinades, salades, poissons et grillades
- Mandarine : pour vos volailles, poissons et superbe en mouillette avec un balsamique blanc.

Pour la fête des pères et les cadeaux offerts aux professeurs, nous sommes là pour vous aider à trouver ce que vous cherchez pour être original et de bon goût! Que ce soit des chocolats de Geneviève Grandbois, Christophe Morel ou une belle vinaigrette pour l'été, ils apprécieront! Et c'est sans parler des autres choix, plus variés les uns que les autres. N'hésitez pas, nous vous servirons avec plaisir.

Recettes de la semaine : Tzatziki minute!

1 t. yogourt à 8% matières grasses

1 à 2 concombres libanais hachés finement

2 c. à soupe d'huile Agrumato aux fines herbes et citron

Sel et poivre

Mélanger le tout. Délicieux en trempette avec légumes et croûtons de pain. Ou comme accompagnement avec du poulet grillé.



Recettes de la semaine : Salade verte... surprenante

1 laitue romaine

2 tomates en morceaux

½ oignon rouge coupé en lanières

3 tortas sucre et anis

½ t. d'huile d'olive de qualité

3-4 c. à table de vinaigre de Xérès

Sel et poivre

Mélanger le tout. J'ai douté mais quand j'ai essayé, j'ai adopté!

Recettes de la semaine : Verrine aux fraises

1 t. de fraises coupées en 4

2 c. à thé de Fragoli (alcool aux fraises à la SAQ) (facultatif)

1 c. à thé de jus de citron

1 c. à table de sucre

3 jaunes d'œuf

1/3 t. de sucre

1 t. mascarpone italien

½ t. de yogourt nature

3 blancs d'œuf

2 tortas au sucre et anis

Mélanger les fraises, le jus de citron, le sucre (1 c. à table) et le Fragoli. Diviser dans 6-8 verrines. Batre les blancs d'œuf jusqu'à formation de pics. Batre dans un autre bol les jaunes d'œufs avec le sucre jusqu'à ce que le mélange soit d'un jaune pâle. Incorporer le mascarpone et le yogourt au mélange de jaunes d'œuf. Incorporer les blancs d'œuf en pliant. Diviser dans les verrines. Écraser les tortas en morceaux grossiers et déposer sur les verrines. Servir.

Bon appétit!

* Les ingrédients soulignés sont disponibles à la boutique.