

LES RECETTES DE PIERRE LEFEBVRE POUR LUTTER CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE



Rillettes de poisson

300 g de restes de poisson cuit (saumon, lieu, colin...)
100 g de cream cheese (type Saint Moret, Philadelphia...)
1 citron vert
Ciboulette

Oter les éventuelles arêtes et écraser le poisson à la fourchette, incorporer le cream cheese, du zeste rapé et du jus de citron à votre goût, de la ciboulette ciselée, saler et poivrer. Servir à l'apéritif avec des toasts ou en entrée accompagné de salade.

Bouillon de volaille maison

1 carcasse de poulet rôti (ou cru) et les os des membres
1 carotte
1 vert de poireau
1 branche de céleri
1 oignon
1 gousse d'ail
5 tiges de persil
1 brin de thym
5 grains de poivre

Taillez les légumes en petits dés. Placez la carcasse et les os dans une casserole, recouvrez d'eau froide et portez à ébullition, écumez les impuretés remontant à la surface. Ajoutez le reste des ingrédients et cuire 20 minutes à feu doux. Passez le tout au chinois fin pour récupérer le bouillon.

Vitello tonnato

Un reste de rôti de veau cuit (environ 400g)
Une boîte de thon (environ 280g)
1 jaune d'oeuf
20 cl d'huile de tournesol
2 cuillère à soupe de vinaigre de citron (ou jus de citron)
1 cuillère à soupe de moutarde
4 cuillères à soupe d'olives vertes
2 cuillères à soupe de câpres
40 g de parmesan en copeaux
Quelques brins de ciboulette
Sel, fleur de sel, poivre, piment d'Espelette
Huile d'olive vierge extra

Réalisez une mayonnaise avec le jaune d'œuf, le vinaigre, la moutarde, l'huile de tournesol. Assaisonnez à votre goût. Emiettez le thon et incorporez la mayonnaise. Tranchez très finement le rôti de veau, disposez ces tranches sur 4 assiettes, comme un carpaccio. Ajoutez quelques cuillères de mayonnaise au thon, garnissez harmonieusement de câpres, d'olives, de copeaux de parmesan et de ciboulette ciselée. Terminez par un peu de fleur de sel, de piment d'Espelette et un cordon d'huile d'olive. Dégustez cette entrée bien fraîche avec une salade de roquette !

Retrouvez de nombreux autres conseils sur le site de l'ANIA JeuxNeGaspillePas