

PRINTEMPS

Radis
Asperges
Bettes
Epinards
Oignons
Salade
Rhubarbe
Fraises
Artichaut
Basilic
Champignons
Fèves
Oseille
Petits pois
Ail frais



Salade de champignons crus :

Ingrédients:
500g de champignons de Paris frais blancs ou dorés
Ail frais
Citron
Graines de coriandre
Cumin en poudre
Huile d'olive
Sel et poivre

Préparation:
Laver et émincer finement les champignons
Ajouter le jus d'un citron afin qu'ils ne noircissent pas, 3 ou 4 gousses d'ail (ou plus !) passées au presse-ail ou émincer finement
Ajouter une cuillère à soupe de graines de coriandre, la même quantité de cumin et deux cuillères à soupe d'huile d'olive
Saler et poivrer à votre convenance, bien mélanger et laisser reposer au frigo afin que les arômes se développent
Rectifier l'assaisonnement en citron, cumin, sel et poivre au goût

L'astuce du chef :

Pour bien choisir ses champignons vérifiez que leur couleur, blanche ou dorée soit parfaitement uniforme, le chapeau doit être bien fermé autour du pied.



Gelée fraise rhubarbe :

Ingrédients pour environ 4 pots de 400 g

1 kg de rhubarbe
500 g de fraises
800 g de sucre
20 cl d'eau



Préparation :
Laver, éplucher la rhubarbe et couper en morceaux.
Mettre ces morceaux dans une casserole assez grande pour que la rhubarbe la remplisse à moitié.
Ajouter l'eau, couvrir et faire cuire 5 minutes.

Laver les fraises, couper en petits morceaux et ajouter à la rhubarbe.
Faites cuire à couvert 10 minutes.
Filtrer la préparation à travers un linge fin et recueillir le jus dans une marmite assez grande pour que la gelée ne déborde pas à la cuisson.
Ajouter le sucre et faites cuire une dizaine de minutes à partir de l'ébullition. Vérifiez la cuisson en versant une goutte de gelée sur une assiette : si elle reste solide, la gelée est cuite, si elle s'étale, poursuivez la cuisson quelques minutes.

Verser dans les pots, fermer puis les retourner pour chasser l'air.



L'astuce du chef :

On ajoute de l'eau et du sucre à la pulpe de fruit restée dans le linge pour obtenir une bonne compote, rien ne se perd !



A vos agendas !

Le Festival de L'Europe

Vendredi 12 mai à 19H
Entrée Libre
Projection de films de "Milad-my planet" et de "Nedjo".

Fête de la Nature

19, 20 et 21 mai au jardin des plantes, 57 rue Cuvier 75005 Paris, à partir de 14H.
Animations sur le thème des agents doubles.
Entrée Libre

Pollution lumineuse à 21H

Dans les locaux du Centre, nous organisons une soirée "Pollution lumineuse". Entre "Créations dansées" et "Conférences scientifiques" nous allons vous éclairer, sur des principes écologiques.
Entrée libre - sur inscription

Exposition du mois

Ce mois-ci, nous présentons des artistes de l'association "L'Arche à Paris". Du 9 au 24 mai, des tableaux, des photos.
Entrée libre.
(voir article)

Prochainement...

Expo Anne Cacciti en juin
plus d'infos :
facebook.com/anne.cacitti



Centre Paris Anim' Montparnasse

n°9

sur mon
perchoir

Mai 2017

SOUVENIRS...SOUVENIRS.



L'équipe Paris Anim'



