

Approprié pour le quotidien et adaptable à la saison

# Légumes en croûte

Avec le climat peu clément de la vallée de la Brévine les légumes poussent un peu plus tard. Le temps venu, toute la famille se réjouit des «légumes en croûte», un menu tiré du nouveau livre de cuisine «la cuisine des paysannes neuchâteloises».

## Croûtes aux légumes

En tant qu'entrée ou repas léger pour 4 personnes



Préparation des «panniers» de pain.

- 1 pain toast rond (p. ex. du boulanger)
- 60g de beurre
- 400-500g de légumes divers (p. ex. carottes, asperges vertes, chou-rave)
- 1 dl de bouillon
- 2 dl de crème entière
- sel
- poivre
- persil

Couper le pain en tranches de 5 cm. Entailler les tranches le long du bord jusqu'à une profondeur de 4 cm et graver légèrement l'intérieur du pain en forme de losange. Beurrer la surface et poser sur une plaque à gâteau préchauffée, recouverte d'un papier sulfurisé.



Approprié au quotidien et adaptable à la saison.

Faire dorer durant 10 à 15 minutes dans le four préchauffé à 200°C. Couper les légumes en morceaux et cuire dans le bouillon chaud jusqu'à ce qu'ils soient croquants. Egoutter et garder un bon décilitre de jus. Porter le jus à ébullition, ajouter la crème et laisser frémir jusqu'à ce que la sauce soit épaisse, éventuellement lier avec un peu de beurre froid. Ajouter les légumes à la sauce et réchauffer, assaisonner avec du sel et du poivre. Avant de servir, écraser le pain au milieu afin qu'il ait la forme d'un vol-au-vent, dresser sur les assiettes, remplir avec les légumes et décorer avec du persil haché. ■

## Barbara Saisselin



Barbara Saisselin vit avec sa famille dans le hameau «Le Cachot» dans la vallée de la Brévine. Il y a plus de 20 ans elle a quitté l'Oberland bernois pour venir vivre avec son mari Mathias dans le canton de Neuchâtel où ils gèrent une exploitation laitière (Gruyère AOP). Entre-temps, leurs enfants Davia (19), Joana (17) et Christian (15) ont choisi leur voie professionnelle et il lui reste donc un peu plus de temps pour ses projets personnels.

Un de ces projets est la collaboration au sein du groupe d'apéro «Les Fermières de l'Orée des Joux» (foj-apero.ch). Cuisinière passionnée, Barbara en fait partie depuis sa fondation en 2005. Avec d'autres collègues, elle organise des apéros dans tout le canton de Neuchâtel. Le groupe d'apéro propose de délicieux plats de fromage ou de viande ainsi qu'une large gamme de canapés, de pâtisseries et de gâteaux, préparés à base de produits locaux. A chaque fois qu'elle a l'occasion d'organiser un apéro de mariage ou un vernissage, Barbara se réjouit de faire la connaissance de toutes sortes de gens.

Barbara est particulièrement fière de «la cuisine des paysannes neuchâteloises», un livre de cuisine bilingue qu'elle a aidé à concevoir en tant qu'auteure et membre de l'Union des paysannes neuchâteloises. On y trouve 145 délices neuchâteloises pour toute l'année, pour chaque occasion et pour tous les goûts.

Intéressées? Commandez-le sur [www.paysannes-neuchateloises.ch](http://www.paysannes-neuchateloises.ch)

### Auteure de la recette

Barbara Saisselin, *La Chaux-du-Milieu*  
Source: Livre de cuisine «la cuisine des paysannes neuchâteloises», Rédaction Landfrauen kochen, Allmendweg 16, 3653 Oberhofen, [redaktion@landfrauenkochen.ch](mailto:redaktion@landfrauenkochen.ch), [www.landfrauenkochen.ch](http://www.landfrauenkochen.ch), [www.paysannes-neuchateloises.ch](http://www.paysannes-neuchateloises.ch)

### USPF – une union profilée

Nous sommes l'Union professionnelle pour les paysannes. Nous défendons les intérêts des femmes et des familles de la campagne. [www.paysannes.ch](http://www.paysannes.ch)

