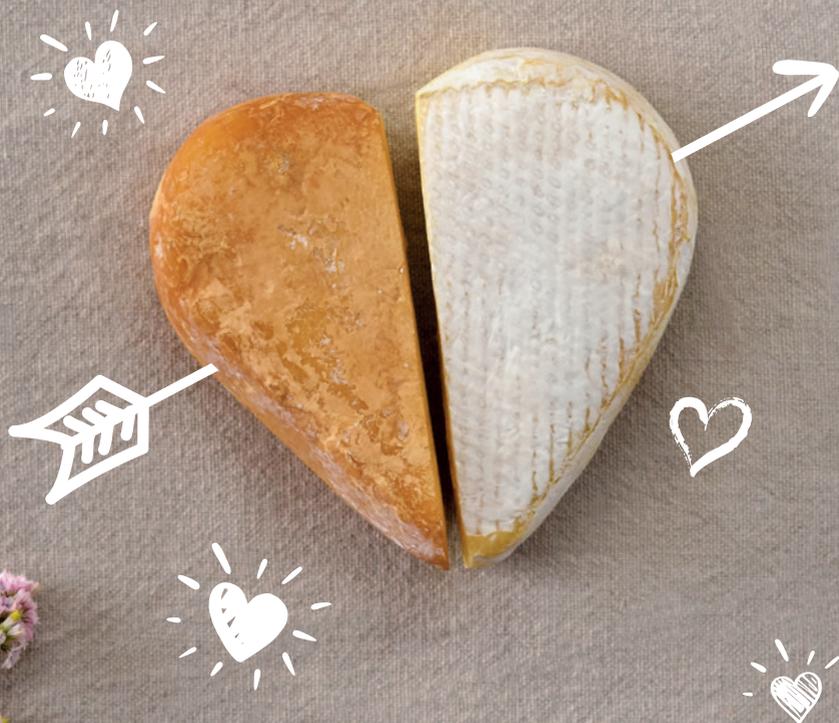


Des recettes pour les amoureux de fromages



**Découvrez nos recettes
créatives et originales**

Avec les fromages de chez nous, tous les goûts sont permis.

#jecuisinelocal
durable et de saison

 **Apaq-W**



Saviez-vous que la Wallonie compte plus de 175 producteurs de fromages ? Des entreprises artisanales qui proposent 700 variétés de fromages de chez nous ! Retrouvez-les près de chez vous sur le site touslesgoutssontpermis.be/oulestrouver.

J'aime les manger tels quels, en solo, en duo ou sur un magnifique plateau, mais j'aime aussi les incorporer dans de délicieuses préparations. Dans les pages qui suivent, je vous propose de vous balader dans le sud de la Belgique avec 20 recettes qui font la part belle à ce magnifique produit.

Du fromage frais, en passant par la croûte fleurie ou lavée, la pâte dure ou persillée, chacun a son caractère et sa spécificité. Elle lui vient tant du savoir-faire de l'homme ou la femme qui le réalise, que de l'herbe que broutent les animaux et la saison. Car oui, les fromages comme les fruits et légumes sont des produits saisonniers. Les goûts diffèrent également, le lait des vaches, chèvres ou brebis nourries d'herbes fraîches durant l'été ne donnera pas la même saveur que lorsqu'elles se nourrissent du foin l'hiver.





Si je devais retenir un mot de ce voyage gustatif, ce serait 'passion'. La passion des agriculteurs pour leurs bêtes, la confection du produit et l'affinage.

Allez à leur rencontre dans leurs fermes, sur les marchés et osez demander à votre fromager du fromage de chez nous.

Plus nous serons nombreux à les solliciter, mieux seront distribuées ces pépites.

J'espère que vous prendrez autant de plaisir à explorer notre patrimoine laitier et à découvrir notre magnifique terroir que j'en ai eu.

Et n'oubliez pas de composer principalement votre panier de produit locaux et de saison.



Tomate-Cerise

Calendrier fruits et légumes*

	Jan.	Fév.	Mar.	Avr.	Mai	Juin	Juil.	Août	Sept.	Oct.	Nov.	Déc.
blette							✓	✓	✓	✓		
carotte	✓	✓	✓			✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
champignon	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
chicon	✓	✓	✓									✓
concombre							✓	✓	✓	✓		
courgette							✓	✓	✓	✓		
épinard				✓	✓	✓						
fraise					✓	✓	✓					
framboise						✓	✓	✓	✓	✓		
mâche	✓	✓	✓								✓	✓
mûre							✓	✓				
noisette	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
oignon	✓	✓	✓				✓	✓		✓	✓	✓
poire	✓	✓	✓					✓	✓	✓	✓	✓
poireau	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
poivrons						✓	✓	✓	✓			
pomme de terre	✓	✓	✓	✓			✓	✓	✓	✓	✓	✓
pomme	✓	✓	✓					✓	✓	✓	✓	✓
potimarron	✓	✓	✓					✓	✓	✓	✓	✓
radis					✓	✓	✓	✓	✓	✓		
salade				✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
tomate						✓	✓	✓	✓	✓		

*période de récolte

*période de conservation



Roulés de concombre au fromage frais et à la truite fumée	p.9
Bruschetta croûte lavée et jambon d'Ardenne	p.11
Carré de cubes au Bleu, pomme et pain d'épices	p.13
Sablés au fromage à pâte pressée cuite	p.15
Gaufres salées au potimarron	p.17
Terrine de fromage de chèvre	p.19
Fromage en croûte	p.21
Salade de mâche au Bleu des Grottes	p.23
Croque au Fromage de Herve AOP et épinards	p.25
Burger maison au fromage à pâte pressée non cuite	p.27
Tarte aux oignons et croûte fleurie	p.29
Un peu comme une tartiflette	p.31
Champignons farcis au fromage de chèvre	p.33
Pomme de terre au four et fromage frais	p.35
Feuilles de blettes farcies	p.37
Carottes rôties à la Boulette de Wallonie	p.39
Fromage à croûte fleurie aux framboises, noix et miel	p.41
Bocaux de chèvre mariné	p.43
Brownies cheesecake	p.45
Le meilleur gâteau au fromage blanc	p.47

Il existe autant de fromages frais de chez nous qu'il existe de producteurs... ou presque. N'hésitez pas à demander à votre crémier, ou votre producteur sa propre version.

Il vous reste un peu de mousse de truite fumée ? Proposez-la comme un dips avec quelques crackers.



Roulés de concombre au fromage frais et à la truite fumée



12
bouchées



20 min
de préparation



0 min
de cuisson



0 h
de repos

INGRÉDIENTS

- > 1 concombre non traité
- > 150 g de fromage frais
- > 1 c à s de mayonnaise
- > 125 g de truite fumée de nos Ardennes
- > 2 c à s de jus de citron
- > 1 c à s d'estragon finement ciselé
- > Sel et poivre du moulin

PRÉPARATION

1. Mélangez la truite fumée, le fromage frais, le jus de citron et l'estragon. Salez légèrement et poivrez. Réservez au frais.
2. Détaillez, à l'aide d'un économe ou d'une mandoline, le concombre lavé non pelé en 12 longues et fines tranches.
3. Tartinez délicatement les lamelles de concombre avec la préparation de fromage frais.
4. Roulez chaque lamelle de concombre sur elle-même en serrant pour former des roulades. Piquez un cure-dent pour les maintenir.

C'est aussi délicieux avec des lamelles de courgettes cuites. N'hésitez pas à couper les roulés en deux pour en faire des mini bouchées.



Bruschetta croûte lavée et jambon d'Ardenne



12
bruschettas



15 min
de préparation



0 min
de cuisson



0 h
de repos

INGRÉDIENTS

- > 1 fromage à pâte molle croûte lavée (ex. : le pavé de Stoumont)
- > 12 tranches de jambon d'Ardenne tranchées finement
- > Confiture de mûres ou autres fruits rouges
- > 1 pain type baguette
- > 12 mûres
- > Brin de menthe pour la déco

PRÉPARATION

1. Découpez le pain en tranches d'environ 1,5 cm d'épaisseur. Tartinez-les de confiture.
2. Déposez une demi tranche de pavé de Stoumont et ajoutez une tranche de jambon d'Ardenne roulée.
3. Maintenez les garnitures à l'aide d'une pique et d'une mûre.
4. Décorez avec un brin de menthe.

Pour plus de croustillant, passez le pain dans le grille-pain ou quelques minutes sous le grill du four.



Comme tous les goûts sont permis, pourquoi ne pas oser une association sucrée salée qui laisse une jolie place au pavé de Stoumont?

Le pavé de Stoumont est un fromage à croûte lavée, ce qui signifie qu'il a subi au court de son affinage des lavages et brossages qui lui confèrent un goût plus prononcé et une jolie couleur orangée.



Du fromage bleu de chez nous ?
Oui, oui, il est possible de trouver du fromage bleu tout près de chez vous.

Ce fromage bio, au lait cru de vache, est une pâte persillée. Son goût fort se marie très bien avec le pomme et le pain d'épices.

Carré de cubes au Bleu, pomme et pain d'épices



9
bouchées



30 min
de préparation



0 min
de cuisson



0 h
de repos

INGRÉDIENTS

- > 1/2 fromage à pâte persillée (ex. : Mamé Vi Bleu) 
- > 2 pommes
- > 4 tranches de pain d'épices
- > Quelques noix pour la déco

PRÉPARATION

1. Coupez des cubes de fromage, de pain d'épices et les pommes de la même épaisseur, environ 1,5 cm.
2. Montez votre carré en alternant les 3 ingrédients.
3. Placez-le au réfrigérateur jusqu'au moment de servir.

Décorez-le dessus avec quelques noix.



Sablés au fromage à pâte cuite, pour l'apéro!



16 sablés



20 min
de préparation



10 min
de cuisson



1 h
de repos

INGRÉDIENTS

- > 100 g de fromage à pâte pressée cuite rapé (ex. : Le Sarté)
- > 200 g de farine
- > 2 jaunes d'œufs
- > 120 g de beurre à t° ambiante
- > 3 c à s d'eau
- > Sel et poivre du moulin
- > Herbes fraîches pour la déco : sauge, romarin, origan, thym,...

PRÉPARATION

1. Mélangez tous les ingrédients jusqu'à ce que la pâte soit homogène.
2. Enroulez la pâte, comme un boudin, dans un film alimentaire et réservez-la au frais pendant 1 heure.
3. Coupez des rondelles de 4-5 mm. Déposez vos sablés au fromage sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé. Décorez-les avec des herbes fraîches.
4. Enfourez 10 minutes dans un four préchauffé à 200°C.

*Si vous les désirez plus parfumés, vous pouvez insérer des herbes finement émincées directement dans la pâte.
Pour une version plus colorée, remplacez les herbes par des fleurs comestibles.*



Ces jolis biscuits salés ont été préparés avec du fromage à pâte pressée cuite, au lait cru, Le Sarté. Sa fabrication artisanale, dans un chaudron en cuivre, en fait un fromage à pâte dure de type alpage. Son goût dépend de son affinage qui est de minimum 6 mois. Plus il sera affiné, plus il sera riche en arômes et son goût sera intense.

Dans cette recette, il s'agit de fromage Le Sarté de 18 mois d'affinage.



Gaufres salées au potimarron



14
gaufres



30 min
de préparation



25 min
de cuisson



1 h
de repos

INGRÉDIENTS

- › 1 potimarron
- › 25 cl de lait
- › 75 g de fromage à pâte pressée râpé (ex. : l'Ardenner) 
- › 1 c à s de brins de romarin
- › 2 œufs
- › 150 g de farine
- › 3 cl d'huile + un filet
- › 1/2 sachet de poudre à lever
- › Sel et poivre

PRÉPARATION

1. Pelez, épépinez et coupez le potimarron en cubes.
2. Déposez les cubes de potimarron sur une plaque de four recouverte de papier de cuisson et arrosez-les d'un filet d'huile d'olive. Enfourez pendant 25 minutes à 200°C.
3. Mixez 250 g de cubes de potimarron avec le lait et le fromage. Gardez le reste pour la déco.
4. Séparez les blancs des jaunes. Montez les blancs en neige.
5. Travaillez la farine, l'huile, la poudre à lever, les jaunes d'œufs, le sel et le poivre. Incorporez la préparation à base de potimarron. Mélangez jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène. Incorporez délicatement les blancs d'œufs. Laissez reposer à couvert pendant 1 heure.
6. Faites cuire la pâte dans un gaufrier bien chaud et légèrement huilé.

Le fromage Ardenner est un fromage à pâte pressée dont les meules sont affinées pendant 5 à 10 semaines.

Ces gaufres salées au potimarron se mangent aussi bien chaudes que froides. Elles s'emportent en pique-nique, sont parfaites dans les boîtes à tartine des petits comme des grands et, en version mini, elles seront les stars de vos apéros!

Servez avec les dés de potimarron restants, une maquée parfumée de citron et ciboulette, un délice !
N'hésitez pas à tester la recette avec d'autres cucurbitacées.
Si vous choisissez un potimarron non traité, inutile de le peler, juste bien le laver.



Terrine de fromage de chèvre



8
personnes



30 min
de préparation



15 min
de cuisson



12 h
de repos

INGRÉDIENTS

- > 350 g de fromage de chèvre frais
- > 20 cl de crème
- > 4 g d'agar
- > 1 poivron rouge
- > 1 courgette
- > 2 c à s d'huile d'olive
- > Poivre du moulin
- > Une terrine d'environ 15 cm, du papier film

PRÉPARATION

1. Détaillez le poivron et la courgette en petits dés. Faites revenir dans l'huile d'olive. Couvrez et poursuivez la cuisson pendant 10 minutes. Salez et poivrez. Laissez refroidir.
2. Dans un cul de poule, fouettez le fromage de chèvre.
3. Chauffez la crème liquide à la limite de l'ébullition, ajoutez l'agar.
4. Versez la crème sur le fromage en fouettant jusqu'à l'obtention d'une crème bien lisse. Poivrez généreusement.
5. Tapissez une terrine avec du film étirable. Remplissez la moitié de la terrine avec le fromage. Incorporez les légumes et l'autre moitié. Rabattez le film.
6. Réservez au frais jusqu'au lendemain et démoulez.

Décorez comme vous aimez.



Lorsqu'on parle de produits de saison, on pense généralement aux fruits et légumes. Et pourtant, certains fromages sont aussi des produits de saison !

Le plus souvent, les chèvres et brebis ne produisent pas de lait pendant la période hivernale car il s'agit classiquement de la période de fin de gestation des mères. Pour les fabrications fromagères fermières, le lait de chèvre est généralement disponible de février à novembre et celui de brebis d'avril à novembre.

Un extérieur croustillant, un intérieur fondant... Plongez votre fourchette dans la croûte et le fromage se mélange à la fondue de poireau, le tout parfumé d'une pointe de moutarde. Un délice !

Le Petit Gabriel utilisé dans cette recette est un fromage à pâte molle à croûte fleurie au lait cru au goût ni trop fort, ni trop subtil.

Fromage en croûte



4
personnes



30 min
de préparation



15 + 20 min
de cuisson



0 h
de repos

INGRÉDIENTS

- › 350 g de fromage à pâte molle croûte fleurie (ex. : Le Petit Gabriel)
- › 1 gros blanc de poireau
- › 10 g de beurre
- › 1 petite pomme de terre
- › 4 petites c à c de moutarde
- › 1 jaune d'œuf
- › Sel et poivre

PRÉPARATION

1. Préparez la pâte en mélangeant tous les ingrédients. Réservez 1 heure au frais.
2. Faites fondre à feu doux le beurre et le poireau finement émincé. Salez et poivrez.
3. Étalez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné. Découpez la base avec un emporte-pièce de 15 cm.
4. Tranchez très finement la pomme de terre en rondelles. Disposez-les comme une rosace au centre de la pâte, en laissant un pourtour de 1,5 cm. Déposez la moutarde.
5. Découpez le fromage Le Petit Gabriel en deux et déposez-le, côté croûte, au centre de la rosace. Chapeautez-le avec la fondue de poireau.
6. Découpez un deuxième rond de pâte et recouvrez le fromage. Repliez les pourtours sur eux-mêmes, vers l'intérieur, en appuyant avec le doigt afin de bien souder les deux pâtes, ceci pour éviter que le fromage ne s'échappe pendant la cuisson.
7. Si vous le souhaitez, réalisez des décors avec le reste de pâte.
8. Badigeonnez la croûte avec un œuf battu.
9. Enfournez 20 min à 200°C.

*Pas envie de faire votre pâte vous-même ?
Achetez une pâte feuilletée prête à l'emploi.*

*Envie d'un petit goût fumé ? Ajoutez 50 g de lardons
à la cuisson des poireaux.*



Salade de mâche au Bleu des Grottes



4
personnes



15 min
de préparation



0 min
de cuisson



0 h
de repos

INGRÉDIENTS

- › 200 g de mâche
- › 1 carotte
- › 2 poires fermes
- › 200 g de Bleu (ex. : le Bleu des Grottes) 
- › 50 g de noisettes décortiquées
- › Quelques croutons
- › Quelques herbes pour la déco

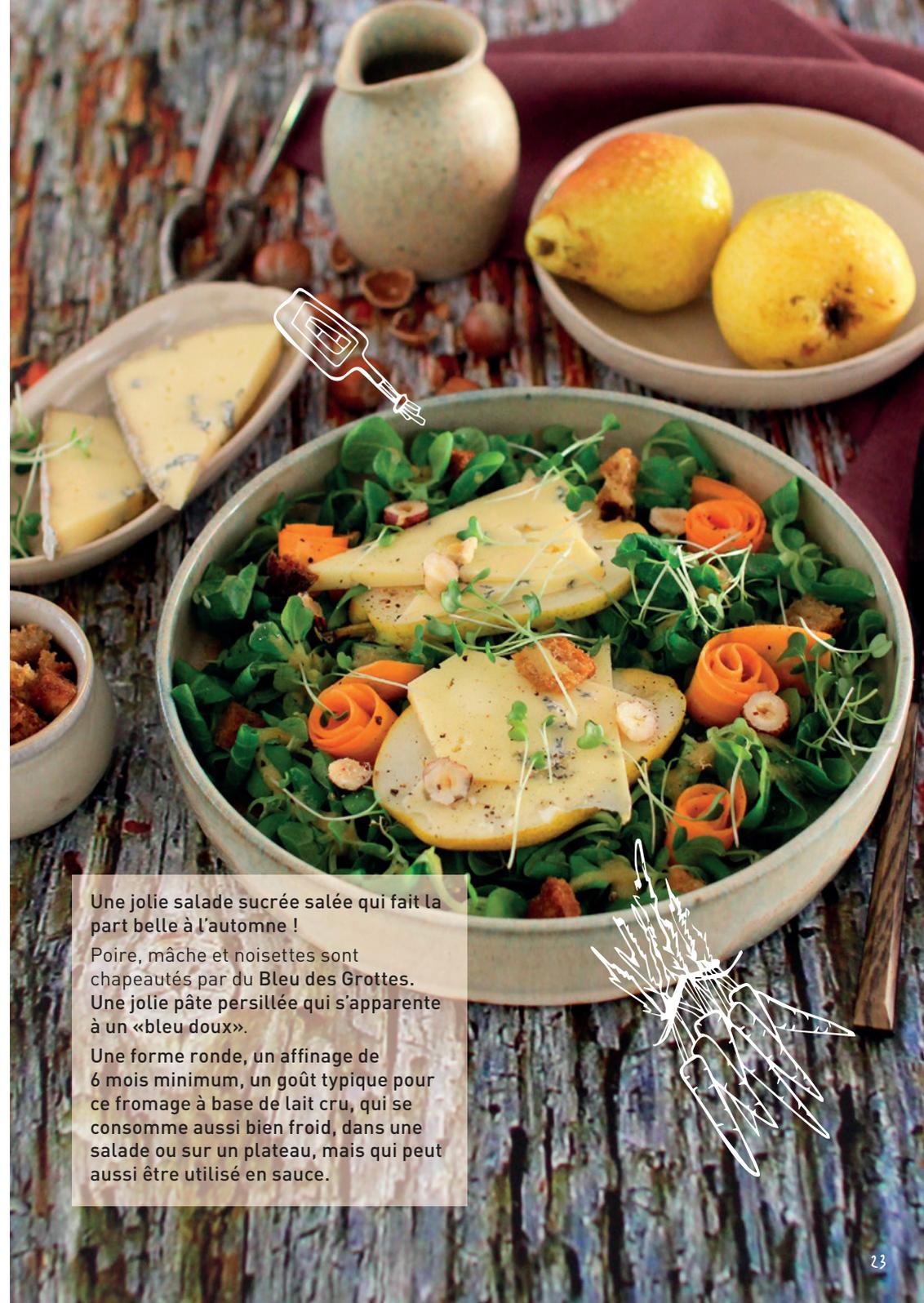
Pour la vinaigrette

- › 1 c à c de moutarde
- › 1 c à c de miel de chez nous
- › 1 c à s de vinaigre
- › 2 c à s d'huile
- › Sel et poivre

PRÉPARATION

1. Lavez soigneusement la mâche et essorez-la délicatement. Lavez et détaillez les poires en fines lamelles.
2. Torréfiez les noisettes quelques minutes à sec dans une poêle antiadhésive. Réservez.
3. Préparez la vinaigrette en mélangeant tous les ingrédients.
4. Disposez les ingrédients dans des assiettes individuelles et servez.

Vous aimez le fromage fondant ? Passez vos poires recouvertes de Bleu des Grottes quelques minutes sous le grill du four avant de les déposer sur la salade.



Une jolie salade sucrée salée qui fait la part belle à l'automne !

Poire, mâche et noisettes sont chapeautés par du Bleu des Grottes. Une jolie pâte persillée qui s'apparente à un «bleu doux».

Une forme ronde, un affinage de 6 mois minimum, un goût typique pour ce fromage à base de lait cru, qui se consomme aussi bien froid, dans une salade ou sur un plateau, mais qui peut aussi être utilisé en sauce.

Saviez-vous que le fromage de Herve est le seul fromage AOP de Belgique ?

AOP est un label européen signifiant « Appellation d'Origine Protégée ».

La production, la transformation et l'élaboration doivent avoir lieu dans une aire géographique déterminée avec un savoir faire reconnu et constaté. Depuis 1996, le fromage de Herve porte fièrement ce label.

Croque au Fromage de Herve AOP et épinards, une recette de chez nous !



4
croques



15 min
de préparation



20 min
de cuisson



0 h
de repos

INGRÉDIENTS

- > 8 tranches de pain
- > 1 oignon rouge
- > 1 Fromage de Herve AOP
- > 200 g de jeunes pousses d'épinards
- > 10 g de beurre
- > Sel et poivre

PRÉPARATION

1. Préchauffez l'appareil à croques ou à défaut le four à 180°C.
2. Faites suer l'oignon dans le beurre pendant 5 minutes. Lavez les épinards et faites-les tomber dans la poêle. Salez et poivrez.
3. Découpez le Fromage de Herve AOP en tranches.
4. Répartissez les épinards puis le fromage sur la moitié du pain. Couvrez avec une 2^e tranche de pain.
5. Faites griller les croque-monsieur soit au four en position gril soit dans un appareil à croques.

Servez chaud !



Burger maison au fromage à pâte pressée non cuite



4
personnes



40 min
de préparation



20 min
de cuisson



1 h
de repos

INGRÉDIENTS

Pour la garniture

- > 4 steaks hachés de bœuf
- > 4 feuilles de salade
- > 4 rondelles de tomates
- > Un oignon rouge finement émincé
- > Un peu d'oignon frits
- > 4 belles tranches de fromage à pâte pressée non cuite de chez nous (ex: Tomme de Stavelot)

Pour la sauce

- > 100 g de mayonnaise
- > 2 c à s de cornichons doux émincés
- > 1 c à s de moutarde douce
- > 1/2 c à c de poudre d'ail
- > 1 c à s de vinaigre
- > 1 c à c de paprika

Pour le pain

- > 10 cl de lait
- > 1/2 c à s de jus de citron
- > 10 cl d'eau chaude
- > 10 g de levure fraîche
- > 400 g de farine
- > 30 g de sucre
- > 1/2 c à c de sel
- > 15 g de beurre
- > 1 œuf + 1 jaune d'œuf
- > Graines de sésame

PRÉPARATION

1. Mélangez le lait et le jus de citron. Diluez la levure dans l'eau chaude. Dans la cuve du robot muni du mélangeur, versez l'eau et la levure, la farine, le sucre, le sel, le lait, le beurre coupé en morceaux et l'œuf. Mélangez 5 minutes. La pâte doit être homogène et se décoller facilement. Recouvrez la cuve d'un essuie propre et laissez reposer 1 heure.
2. Façonnez 4 boules de pain et badigeonnez-les du jaune d'œuf. Saupoudrez d'un peu de graines de sésame. Enfournez dans un four préchauffé à 200°C pendant 20 minutes. Laissez refroidir sur une grille.
3. Grillez le steak haché de bœuf. Déposez-y une tranche de Tomme de Stavelot pour qu'elle fonde légèrement.
4. Garnissez le pain avec la viande chapeauté de fromage fondu, une rondelle de tomate, d'oignon rouge, une feuille de salade et une généreuse cuillère de sauce. Saupoudrez avec quelques oignons frits.



Comment résister à un bon gros burger au fromage fondant et filant ? Et plus précisément à la **Tomme de Stavelot, affinée au Peket pour un fondant parfait !**



Tarte aux oignons et croûte fleurie



6
personnes



30 min
de préparation



45 min
de cuisson



0 h
de repos

INGRÉDIENTS

Pour la pâte

- › 250 g de farine
- › 125 g de beurre doux à température ambiante
- › 1 œuf
- › 1 c à s d'eau
- › Un peu de sel

Pour la garniture

- › 500 g d'oignons pelés
- › 2 c à s de sucre
- › 3 c à s d'huile de colza
- › 1 c à c de thym
- › Sel et poivre du moulin
- › 200 g fromage à pâte molle croûte fleurie (ex: Le Bernister) 

PRÉPARATION

1. Coupez les oignons en rondelles.
2. Faites chauffer l'huile dans une grande poêle. Ajoutez les oignons, le thym et le sucre. Salez et poivrez.
3. Faites suer les oignons environ 20 minutes. *Si vous désirez des oignons plus confits, poursuivez la cuisson. N'oubliez pas qu'ils continueront à cuire dans le four.*
4. Mélangez tous les ingrédients de la pâte et foncez-la dans le moule.
5. Versez la préparation sur la pâte, décorez avec des tranches de fromage.
6. Enfourez pendant 25 minutes dans un four préchauffé à 200°C.
7. Mangez chaud, tiède ou froid.

Cette tarte aux oignons est réalisée dans le même esprit qu'une pissaladière mais les anchois sont remplacés par du fromage de chez nous !

Le Bernister, utilisé dans cette recette, est une croûte fleurie issue de lait de vache cru biologique, sa pâte est douce et moelleuse.

*L'ajout de sucre permet de retirer l'acidité de l'oignon.
Pressée ? Utilisez une pâte du commerce.
En accompagnement, servez une salade verte.*



Un peu comme une Tartiflette



4
personnes



20 min
de préparation



15 + 20 min
de cuisson



0 h
de repos

INGRÉDIENTS

- > 1 kg de pomme de terre
- > 200 g de lardons fumés
- > 1 oignon émincé
- > 10 g de beurre
- > 4 chicons pleine terre
- > 200 g de fromage à pâte molle croûte lavée affiné à la bière (ex.: Le Troufleur)
- > 1 gousse d'ail
- > Sel et poivre du moulin

PRÉPARATION

1. Faites revenir les oignons dans le beurre pendant quelques minutes. Ajoutez les lardons, les chicons émincés et les pommes de terre épluchées et coupées en petits dés. Poivrez généreusement et laissez cuire à feu doux 10-15 minutes.
2. Frottez les bords d'un plat à gratin avec la gousse d'ail. Versez-y la moitié de la préparation. Déposez une couche de fromage, versez le reste de la préparation et terminez avec une couche de fromage.
3. Enfourez 20 minutes dans un four préchauffé à 160°C.

Vous n'aimez pas les chicons ? Remplacez-les par des poireaux.



Pour réaliser cette Tartiflette, le fameux reblochon a été remplacé par du fromage de nos Ardennes, le Troufleur.

De couleur ocre, légèrement fleuri, il a été affiné pendant deux mois à la bière de Bellevaux, une brasserie artisanale près de Malmedy.

Marié aux chicons, aux pommes de terre et aux lardons, voilà qui en fait une recette de Tartiflette bien de chez nous!



On trouve de nombreux producteurs de fromages de chèvre en Wallonie. Le plus souvent, ces fromages fermiers sont des fromages au lait cru. Chaque fabrication a néanmoins ses spécificités, en fonction du travail de l'homme et de l'endroit où broutent les chèvres. Découvrez les fromages de chèvre près de chez vous sur le site touslesgoutssontpermis.be/oulestrouver.

Ces délicieuses bouchées apéritives au fromage de chèvre de votre choix peuvent également servir d'accompagnement !

Champignons farcis au fromage de chèvre



12
bouchées



20 min
de préparation



20 min
de cuisson



0 h
de repos

INGRÉDIENTS

- › 12 petits champignons ou blonds de carrière (de chez nous)
- › 100 g de fromage de chèvre frais
- › 1 c à s bombée de miel
- › 2 c à s de noisettes concassées
- › 2 c à s de chapelure
- › 1/2 c à c de thym sec
- › Poivre du moulin

PRÉPARATION

1. Ôtez les pieds des champignons. Nettoyez les chapeaux avec un essuie-tout humide.
2. Farcissez les chapeaux de fromage de chèvre frais et déposez sur le dessus un peu de miel.
3. Mélangez le thym, la chapelure et les noisettes concassées. Saupoudrez les champignons. Poivrez généreusement.
4. Déposez dans un plat allant au four et enfournez pendant 20 minutes dans un four préchauffé à 200°C.

Pour concasser les noisettes, déposez-les dans un essuie propre et passez le rouleau à pâtisserie par-dessus.

2 astuces zéro déchet
Pour la chapelure, mixez votre vieux pain !
Ne jetez pas les pieds des champignons, coupez la partie terreuse et incorporez-les dans une soupe !



Pomme de terre au four et fromage frais



4
personnes



10 min
de préparation



50 min
de cuisson



0 h
de repos

INGRÉDIENTS

- > 4 grosses pommes de terre type bintje
- > 4 c à c de gros sel.
- > 150 g de fromage frais oignon/ciboulette (ex. : Bioferme) 
- > 4 c à c de ciboulette ciselée
- > 1 botte de radis rose
- > Poivre noir du moulin
- > Fleur de sel (facultatif)

PRÉPARATION

1. Lavez les pommes de terre soigneusement.
2. Enveloppez chaque pomme de terre dans du papier cuisson avec une cuillère à café de gros sel. L'ajout du sel n'est pas obligatoire mais parfume à merveille la pomme de terre pendant sa cuisson.
3. Déposez-les sur une plaque de cuisson. Enfouissez-les dans un four préchauffé à 180°C. Vérifiez la cuisson à l'aide de la pointe d'un couteau.
4. Déballez les pommes de terre et retirez le surplus de sel.
5. Fendez-les en deux et garnissez-les de fromage frais.
6. Décorez avec les radis et saupoudrez de ciboulette fraîchement ciselée.
7. Terminez par un tour de moulin de poivre.

*Le fromage frais déjà parfumé est très pratique, mais vous pouvez utiliser du fromage frais nature et le parfumer avec de la ciboulette, un oignon nouveau finement émincé, du persil, un échalote émincée, un peu d'épice, etc. ce que vous aimez et ce que vous avez sous la main.
L'accompagnement parfait pour vos barbecues.*



Pour réaliser cette recette, utilisez du fromage frais de chez nous. Ici, il s'agit d'une onctueuse maquée biologique oignon/ciboulette Bioferme.

A base de lait pasteurisé, ce fromage blanc bio est égoutté naturellement en sac, et n'est pas lissé. Il a une texture très légèrement grumeleuse comme les maquées d'autrefois. Réalisée au lait entier, cette maquée est agrémentée de petits morceaux d'oignon et de ciboulette fraîche.





La saveur de nos blettes relevée par une tomme de brebis et de chèvre. Le fromage de chèvre affiné se prête très bien à être râpé et incorporé dans des préparations. L'incorporation de fromage lie les ingrédients et apporte une touche onctueuse.

Des petits cadeaux gourmands qui se préparent facilement à l'avance et se réchauffent au moment de passer à table.

Feuilles de blettes farcies



4
personnes



35 min
de préparation



15 + 20 min
de cuisson



0 h
de repos

INGRÉDIENTS

- › 12 grandes feuilles de blette
- › 1 oignon émincé
- › 1 carotte coupée en petits dés
- › 1 gousse d'ail émincée
- › 20 g de beurre doux
- › 500 g de viande hachée
- › 1 c à s de persil haché
- › 80 g de tomme de brebis râpée
- › 2 c à s de concentré de tomates
- › 10 cl de vin blanc
- › 50 cl de bouillon de volaille
- › Sel et poivre
- › Ficelle de cuisine

PRÉPARATION

1. Lavez les blettes, séparez les feuilles des côtes et réservez 12 belles feuilles. Éliminez les fils des côtes en les cassant en deux. Faites blanchir les feuilles de blette 2 min dans une casserole d'eau bouillante salée, égouttez-les et réservez-les. Coupez les côtes en petits dés et faites-les également blanchir 2 min. Égouttez et réservez.
2. Préparez la farce en chauffant le beurre dans une poêle, ajoutez les dés de blettes et de carottes, l'oignon émincé et l'ail. Laissez mijoter quelques minutes.
3. Mélangez la viande avec le concentré de tomates, le persil, les légumes poêlés et le fromage râpé. Salez et poivrez.
4. Répartissez la farce au centre des feuilles, rabattez les bords, puis roulez les feuilles et ficelez-les comme un paquet.
5. Remplacez les feuilles farcies dans la poêle. Mouillez avec le vin blanc et le bouillon. Couvrez et laissez mijoter 20 min.

Il en reste ? Emportez-les dans une boîte à tartine, elles se dégustent également froides.



Carottes rôties à la Boulette de Wallonie



4
personnes



15 min
de préparation



20 + 10 min
de cuisson



0 h
de repos

INGRÉDIENTS

- > 1 kg de carottes fanes
- > 2 c à s d'huile de colza de chez nous
- > 1 c à s de miel de chez nous
- > 2 gousses d'ail hachées
- > 2 échalotes finement émincées
- > 1 c à c de thym
- > 1 Boulette de Wallonie
- > Sel et poivre du moulin
- > Quelques herbes fraîches (facultatif)

PRÉPARATION

1. Lavez soigneusement les carottes et coupez les fanes en conservant un peu de tige.
2. Dans un plat allant au four, mélangez les carottes avec l'huile, le miel, l'ail, l'échalote, le thym, le sel et le poivre.
3. Enfourez 20 minutes dans un four préchauffé à 200°C.
4. Ajoutez le fromage et poursuivez la cuisson 10 minutes.

Vous pouvez ajouter le fromage après la cuisson et ne pas le passer au four. C'est une option plus estivale ou parfaite sur les buffets froids.



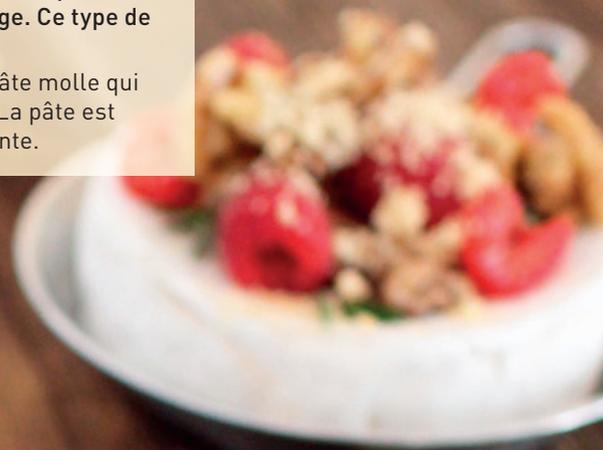
La Boulette de Wallonie n'évoque pas immédiatement un fromage.

Et pourtant, ce fromage, élaboré à base de lait écrémé selon un procédé unique, vaut le détour. Il peut être dégusté sous différentes formes : frais ou un peu mûré, dans un bol ou sur une assiette, froid ou chaud.

Il est fabriqué dans plusieurs fermes laitières wallonnes selon un savoir-faire ancestral, transmis depuis des siècles (Boulette de Nivelles, par exemple) ce qui en fait un véritable produit de terroir. L'ensemble des boulettes des différents producteurs sont regroupées sous le nom de « Boulettes de Wallonie ».

Le fromage à croûte fleurie est un fromage dont la croûte a un aspect de duvet blanc. Cet aspect est une moisissure provoquée par l'affinage. Ce type de fromage se mange avec la croûte.

A l'intérieur de celle-ci se cache une pâte molle qui n'a subi aucun chauffage ni pressage. La pâte est onctueuse, chaude, et est même coulante.



Fromage à croûte fleurie aux framboises, noix et miel



8 personnes



30 min de préparation



15 min de cuisson



12 h de repos

INGRÉDIENTS

- > 1 fromage à pâte molle croûte fleurie de chez nous
- > 50 g de noix
- > 100 g de framboises
- > 10 g de beurre
- > 50 g de miel
- > 1 c à s de vinaigre de framboise
- > 1 brin de romarin
- > 1 c à s de cassonade claire

PRÉPARATION

1. Préchauffez le four à 180°C.
2. Déposez le fromage à croûte fleurie sur un papier cuisson ou dans une petite poêle.
3. Entaillez la croûte en croix et insérez quelques brins de romarin.
4. Faites cuire le fromage environ 10 minutes, jusqu'à ce qu'il soit bien chaud.
5. Pendant ce temps, faites fondre le beurre, le miel et le vinaigre ensemble. Ajoutez les noix et enrobez-les du mélange.
6. Au moment de servir, déposez le mélange de noix, les framboises et saupoudrez de cassonade.
7. Servez avec du pain pour faire trempette.

*Astuce - Préparez à l'avance !
La préparation à base de noix et framboises peut directement chapeauter le fromage avant le passage au four. Le résultat sera juste plus 'compté'.*



Bocaux de chèvre mariné



1
semaine



15 min
de préparation



0 min
de cuisson



1 semaine
de repos

INGRÉDIENTS

- > 1 fromage de chèvre frais nature (ex. : de la Ferme de la Grosse Haie)
- > 4 brins de thym frais
- > 1 brin de romarin frais
- > 2 piments rouges doux
- > 2 feuilles de laurier
- > 1 c à c de poivre rose
- > 1 c à c de poivre vert
- > 1 gousse d'ail
- > Huile d'olive
- > 1 bocal hermétique

PRÉPARATION

1. Dans le fond du bocal, versez un peu d'huile. Déposez-y votre fromage de chèvre.
2. Ajoutez les herbes et les épices.
3. Recouvrez d'huile d'olive, fermez et laissez mariner une semaine.
4. Ouvrez le bocal et déguster.

Ne jetez pas l'huile, utilisez-la pour réaliser une vinaigrette.



Et pourquoi ne pas aromatiser son fromage de chèvre soi-même?

Dans cette recette, un mélange d'herbes et de poivres. Mais tous les goûts sont permis: miel et thym, paprika, fines herbes, speculoos....Soyez créatif!

Servez ces bocaux, aussi beau que bon, avec un peu de pain frais ou juste grillé sur votre plateau de fromages ou à l'apéro.



La recette du Brownie Cheesecake a des accents américains mais est réalisée avec des ingrédients de chez nous !

Cette association de chocolat belge et de fromage de notre terroir ne vous laissera pas indifférent.

Vous trouverez du fromage frais dans de nombreuses fermes de Wallonie, sur les échoppes des artisans qui vendent leurs produits en direct et bien évidemment sur l'étal de votre fromager préféré.



Brownies cheesecake



12 parts



30 min de préparation



15 min de cuisson



0 h de repos

INGRÉDIENTS

Pour le cheesecake

- › 250 g de fromage frais de chez nous
- › 1 œuf
- › 40 g de crème fraîche épaisse
- › 20 g de farine
- › 40 g de sucre en poudre
- › 1 sachet de sucre vanillé

Pour le brownie

- › 250 g de chocolat noir
- › 200 g de beurre
- › 5 œufs
- › 125 g de sucre type cassonade
- › 150 g de farine

PRÉPARATION

1. Pour le cheesecake : mélangez tous les ingrédients et réservez.
2. Pour le brownie : faites fondre le beurre et le chocolat à feu doux. Fouettez les œufs avec le sucre jusqu'à blanchiment. Incorporez le beurre et le chocolat, terminez avec la farine.
3. Déposez un papier cuisson dans un moule de 20 x 30 cm. Versez-y la pâte chocolatée puis versez celle au fromage. A l'aide d'une cuillère, mélangez en formant des tourbillons.
4. Enfourez environ 25 minutes dans un four préchauffé à 180°C.



Le meilleur gâteau au fromage blanc



8
personnes



15 min
de préparation



40 min
de cuisson



6 h
de repos

INGRÉDIENTS

- > 4 œufs
- > 500 g de maquée à min 20% de matière grasse
- > 100 g de sucre
- > 50 g de farine
- > 50 g de féculé de maïs
- > Les zestes d'1/2 citron non traité
- > Un moule à charnière de 20 cm

PRÉPARATION

1. Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Montez les blancs en neige ferme.
2. Dans un bol, fouettez les jaunes d'œufs avec le sucre. Le mélange doit devenir mousseux et clair. Ajoutez la maquée et les zestes de citron.
3. Tamisez la féculé de maïs et la farine, mélangez jusqu'à l'obtention d'une belle structure lisse.
4. Incorporez délicatement les blancs d'œufs en 3 fois.
5. Graissez un moule ou tapissez-le de papier sulfurisé. Versez la préparation et enfournez pendant 40 minutes dans un four préchauffé à 150°C.
6. Attendez minimum 1 heure avant de le démouler. Réservez le gâteau 6 heures avant de le servir. Décorez avec des fruits de saison.

C'est délicieux avec un coulis de fruits de saison ou surgelés.



Pour réaliser ce gâteau au fromage blanc, il ne faut que 5 ingrédients, dont une **barquette de maquée entière**.

La maquée est consommée salée ou sucrée selon les goûts. On en trouve facilement au rayon crèmerie des supermarchés, chez les fromagers ou en vente directe à la ferme.

Utilisez de préférence un fromage blanc bien épais, contenant le moins d'eau possible. Vous pouvez aussi l'égoutter 1 à 2 h, dans une mousseline, vous obtiendrez un gâteau à la texture proche d'un cheesecake.





*Nous espérons que vous
avez adoré nos recettes
et qu'il n'en reste pas
une miette.*



Avec les fromages de chez nous, tous les goûts sont permis.

#jecuisinelocal
durable et de saison

 **ApaQ-W**