



EUREDEN



livret de recettes



PASSION

Sucré & Salé



Recettes
proposées par



Stephane Oriere
chef cuisinier
Eureden

DES **MARQUES ENGAGÉES**
POUR **LE BIEN MANGER**

les
RECETTES
Salées
pour

4
personnes



EUREDEN



20
min

SALADE *paysanne* =

- 400 g de semoule de brocolis d'aucy ou fleurettes de brocolis passées au robot coupe
- 400 g de haricots blancs & carottes au thym et à l'échalote de Bretagne Jean Nicolas

- 300 g de maïs d'aucy
- 1 pomme verte
- 2 tomates
- 1 échalote
- Vinaigrette moutarde à l'ancienne

- 1/ Remettez en température la semoule de brocolis, 5 min à l'eau bouillante, ajoutez une pincée de sel puis refroidissez, égouttez et réservez.
- 2/ Egouttez les haricots blancs & carottes.
- 3/ Taillez la pomme et les tomates en cubes de 1 cm.
- 4/ Epluchez et émincez finement l'échalote.
- 5/ Dans un saladier, mélangez la semoule de brocolis, la pomme, les haricots blancs & carottes, les tomates et l'échalote puis assaisonnez avec la vinaigrette.
- 6/ Rectifiez en sel et poivre, ajoutez des herbes fraîches, du persil, de l'estragon, de la ciboulette...



RISOTTO de chou-fleur

au chorizo



30
min



- 1 sachet de 750 g de risotto de chou-fleur Paysan Breton
- 200 g d'allumettes de chorizo Aubret



- 1/ Dans une sauteuse, à feu doux, mettez une noisette de beurre.
- 2/ Versez la totalité du sachet de risotto de chou-fleur Paysan Breton.
- 3/ Réchauffez en remuant régulièrement.
- 4/ Quand le risotto est prêt, ajoutez les allumettes de chorizo.
- 5/ Disposez le risotto de chou-fleur dans 4 assiettes, terminez par un tour de moulin à poivre, quelques copeaux de parmesan et un bouquet de basilic.

Simple et
savoureux!

Ce dont j'ai besoin :

- 4 baguettes viennoises
- **4 eggs burger Cocotine**
ou 4 œufs frais
- 1 bocal de pesto rosso
- 200 g de mozzarella
- 2 tomates
- Roquette

— \

sandwich

baguette

BURGER



- 1/** Découpez les baguettes en 2 dans le sens de la longueur et nappez généreusement de pesto.
- 2/** Déposez les eggs burgers préalablement décongelés (froids ou tièdes). Si vous ne trouvez pas les egg burgers, cassez les œufs dans un saladier, sel, poivre et battez au fouet. Dans une poêle, préalablement chaude, versez un filet d'huile, déposez 4 cercles en inox et versez l'omelette dans ceux-ci.

A mi-cuisson, à l'aide d'un couteau, retirez les cercles puis avec une spatule, retournez les oeufs afin de terminer la cuisson. Si vous n'avez pas de cercle, vous pouvez cuire les eggs burgers au four dans des moules silicules.

- 3/** Coupez en tranches fines les tomates et la mozzarella, puis garnissez le pain , ajoutez les eggs burgers, quelques feuilles de roquette basilic, coriandre...
- 4/** Découpez en tronçons + pics en bois, et dégustez entre amis en mode tapas !

Quesadillas



25 min

- 400 g de viandes cuisinées marinées de porc ou de poulet Aubret
- 1 poivron rouge
- 1 oignon
- 8 tortillas de blé ou de maïs
- 200 g de cheddar râpé
- 1 bouquet de coriandre feuilles



- 400 g de haricots verts à la persillade Paysan Breton

- 1/ Lavez, épluchez l'oignon et le poivron puis taillez les en fines lamelles.
- 2/ Dans une poêle, versez un filet d'huile d'olive, dorez légèrement l'oignon et le poivron puis ajoutez les haricots verts environ 10 min.
- 3/ Garnissez les tortillas avec la viande marinée préalablement émincée, les légumes, le fromage, quelques feuilles de coriandre puis pliez en deux.
- 4/ Dans une poêle bien chaude, dorez les quesadillas 2 min de chaque côté.
- 5/ Servez avec un riz à la tomate, du guacamole, et une sauce mexicaine.

Rapide et délicieux!



far BRETON au blé noir !



- 1/ Egouttez les petits pois & carottes d'aucy. Epluchez et émincez finement l'oignon.
- 2/ Dans une poêle bien chaude, dorez les lardons et l'oignon quelques minutes puis les petits pois & carottes d'aucy avant de laisser refroidir.
- 3/ Dans un saladier, battez les œufs, puis ajoutez la farine de blé noir, le sel et le poivre.
- 4/ Préchauffez le four à 200°C.
- 5/ Dans une casserole, tiédisez le lait avec le beurre puis versez doucement, tout en remuant au fouet, sur le mélange œufs farine.
- 6/ Dans un moule à cake préalablement beurré et fariné, versez le mélange légumes et lardons Aubret puis l'appareil à cake, remuez délicatement l'ensemble avec une fourchette pour avoir un mélange homogène.
- 7/ Mettez au four pendant 20 min puis laissez à nouveau 20 min à four éteint.



Ce dont j'ai besoin :

- 200 g de lardons Aubret
- 1 oignon rose
- 4 œufs Paysan Breton
- 400 ml de lait
- 200 g de farine de blé noir
- 50 g de beurre 1/2 sel
- 1 bocal de petits pois & carottes d'aucy



les
RECETTES
Sucrées
pour

4
personnes



EUREDEN

MAKI

COCO
mangue



- **4 wraps d'œufs Cocotine** ou 8 œufs frais
- 150 g de riz rond
- 70 g de sucre
- 1 gousse de vanille
- 50 cl de lait
- 25 cl de lait de coco
- 1 mangue
- 2 kiwis

- 1/** Sortez vos wraps surgelés la veille au frais, si vous ne trouvez pas les wraps, cassez les œufs frais dans un saladier et battez au fouet. Dans une petite poêle à crêpes, versez une louche d'œuf et cuisez une omelette fine et plate, répétez l'opération 4 fois puis réservez au frais.
- 2/** Rincez abondamment le riz.
- 3/** Faites bouillir le lait, baissez le feu et ajoutez le sucre, la vanille, le lait de coco et le riz. Cuisez 35 à 40 min, à feu doux et couvrez tout en remuant de temps en temps. Quand le riz est cuit et fondant, refroidissez le rapidement.
- 4/** Epluchez mangue et kiwis, puis taillez des bâtonnets dans la longueur.
- 5/** Prenez un wrap, coupez en 2 parties de façon à faire 8 pièces et posez sur un film alimentaire. Etalez le riz au lait en une fine couche sur les œufs puis au milieu, déposez sur la longueur, de la mangue et du kiwi. Roulez l'ensemble à l'aide du film et formez des cylindres bien compacts, remettez au frais 1 heure.
- 6/** Au moment du dressage, retirez le film et taillez les makis à 3 cm.
- 7/** Ajoutez si vous le souhaitez d'autres fruits et accompagnez de coulis de fruits, sauce chocolat...



BROWNIE

Chocolat

haricots rouges

- 250 g de haricots rouges d'aucy
- 3 œufs Paysan Breton
- 180 g de chocolat noir
- 70 g de sucre poudre
- 50 g de beurre demi-sel Paysan Breton
- 1/2 sachet de levure chimique

- 1/ Versez la totalité de la boîte avec le jus dans un robot et réduire les haricots rouges en purée.
- 2/ Faites fondre le chocolat et le beurre au bain-marie.
- 3/ Dans un saladier, battez les œufs entiers avec le sucre puis la levure.
- 4/ Versez le chocolat sur le mélange œufs sucre et la purée de haricots rouges, tout en remuant à l'aide d'un fouet.
- 5/ Versez cet appareil dans un moule préalablement beurré et fariné, cuisez à four chaud, 30 min à 180°C.
- 6/ Ajoutez des noix de pécan ou autres fruits secs pour le croquant.



Cheesecake

potiron, citron, vanille

- 1/ Faites bouillir votre potiron 10 min puis réduire en purée.
- 2/ Dans un saladier, versez les œufs, le beurre préalablement fondu, le sucre, quelques gouttes de vanille.
- 3/ Ajoutez la purée de potiron, le fromage blanc, et les zestes de citron.
- 4/ Versez le mélange dans un moule à génoise préalablement beurré et fariné.
- 5/ Préchauffez votre four. Puis disposez pour une cuisson de 10 min à 180°C puis 20 min à 140°C.
- 6/ Mettez au frais au moins 1 heure, puis consommez accompagné d'un coulis de fruits rouges, de mangue....



ce dont j'ai besoin :

- 250 g de potiron Paysan Breton
- 4 œufs Paysan Breton
- 100 g de fromage blanc
- 100 g de sucre semoule
- 30 g de beurre demi-sel
- 1 citron, extrait de vanille

les
NOUVEAUTÉS
 de nos marques

VIANDES CUISINÉES MARINÉES



Tartines & Co



**TARTINABLE
 DE LÉGUMES**



OMELETTES GOURMANDES

DISPONIBLES AU RAYON SNACKING SURGELÉ

LÉGUMES CUISINÉS



« Notre Groupe coopératif Eureden réunit 18 500 agriculteurs-coopérateurs et 8 500 collaborateurs autour d'une ambition commune : **le bien-manger pour tous**, avec le souci constant de répondre aux attentes des consommateurs et de la société.

NOS MARQUES ŒUVRENT CHAQUE JOUR POUR VOUS PROPOSER LE MEILLEUR DANS VOS ASSIETTES.

NOTRE AMBITION EST DOUBLE

- Produire une alimentation de qualité, dans le respect de la Terre et pour tous les consommateurs
- Assurer la pérennité de l'agriculture sur notre territoire avec des filières diversifiées et des produits justement valorisés.

C'EST LÀ TOUT LE SENS DE NOTRE SIGNATURE,
LA TERRE NOUS RÉUNIT. »

