Fruits et légumes réconfortants

Les fruits et légumes se prêtent autant aux petits plats estivaux qu'aux saveurs d'hiver. *24h* vous présente des plats salés et sucrés où légumes et fruits sont à l'honneur, tout en étant parfaits pour les froides températures de l'hiver! – 24h

Recette de *Complétement Courges*

Portions: 4
Préparation: 20 minutes
Cuisson: 45 minutes

Courge spaghetti, sauce au porc et à la sauge

La recette de courges de cette semaine est tirée du livre *Complétement courges*, paru aux éditions de l'Homme, **6,95 $**

La recette de soupe de cette semaine est tirée du livre *Les soupes de Crudessence*, paru aux éditions de l'Homme, **24,95 $**

Ingrédients

- 2 médaillons de porc d'environ 100 g (¼ lb) chacun
- 1 c. à soupe d'huile d'olive extra-vierge
- 6 feuilles de sauge entières
- 250 ml (1 tasse) de bouillon de légumes
- 250 ml (1 tasse) de jus de tomate
- 2 gousses d'ail, écrasées
- 8 feuilles de sauge fraîche hachées
- 3 c. à soupe de persil haché
- 1 courge spaghetti
- Sel et poivre

Préparation

1- Saler et poivrer les médaillons de porc.
2- Dans une poêle, faire chauffer l'huile d'olive.
3- Ajouter les feuilles de sauge entières et les médaillons.
4- Faire dorer les médaillons 5 minutes de chaque côté, à feu moyen.
5- Retirer du feu.
6- Couper les médaillons en fines tranches.
7- Dans la même poêle, ajouter le bouillon de légumes, le jus de tomate, l'ail, la sauge et le persil.
8- Porter à ébullition. Remettre les tranches de médaillon dans la poêle.
9- Baisser le feu.
10- Saler et poivrer.
11- Couvrir à moitié. Laisser mijoter 25 minutes à feu doux.
12- Piquer la courge spaghetti avec une fourchette sur toute la surface.
13- Placer au four à micro-ondes 5 minutes. Retourner la courge et remettre au four à micro-ondes 5 minutes.
14- Retirer du four et laisser tiédir avant de manipuler.
15- Couper la courge en moitié.
16- À l'aide d'une cuillère, retirer les graines.
17- À l'aide d'une fourchette, effilocher l'intérieur de la courge, qui se défera en «spaghettis».
18- Transférer les «spaghettis» de courge sur des assiettes individuelles.
19- Arroser de la sauce et servir.

les OCCASIONS de l'hiver

Des plats réconfortants
POUR VOS OCCASIONS PRÉFÉRÉES DE L'HIVER

DES ACCORDS POUR VOUS GARDER AU CHAUD
Les repas chaleureux sont parfaits pour les soirées à deux. Que ce soit avec une raclette bien fondante, une viande braisée ou un plat de pâtes au four, vous ferez plaisir à votre invité à tout coup. Accompagnez le tout d'un rouge léger à corsé, au goût.

Bœuf braisé
ET GARNITURE DE CHAMPIGNONS
TROUVEZ LA RECETTE DANS SAQ.COM

Cannellonis
AU BŒUF ET AUX OLIVES
TROUVEZ LA RECETTE DANS SAQ.COM

Raclette
FILET MIGNON DE BŒUF
TROUVEZ LA RECETTE DANS SAQ.COM

Exclus de cette offre : SAQ Dépôt, SAQ Signature et comptoirs Vin en vrac. Titulaires de permis et agences de la SAQ acceptés. L'offre *Les occasions de l'hiver* est en vigueur du 6 au 23 février 2014 sur les produits sélectionnés seulement. Cette promotion ne peut être convertie en crédit. Quantités limitées. Jusqu'à épuisement des stocks. Consultez SAQ.COM pour plus de détails sur la promotion offerte en ligne. Toutes taxes comprises. Prix modifiables sans préavis. Les produits annoncés ne sont pas offerts dans toutes les succursales. Les produits commandés par l'entremise du service des commandes privées sont exclus de cette promotion. Achats non cumulatifs. Aucune substitution possible. Aucune mise de côté n'est acceptée. 18 ans ou plus. Service à la clientèle de la SAQ : 514 254-2020 ou 1 866 873-2020.

Recette de Green & Black's Organic

Portions: 6

Délice étagé aux canneberges, pistaches et chocolat

Ingrédients

- 7 oz de canneberges, fraîches ou surgelées
- ½ tasse de sucre granulé
- 1 c. à s. d'eau
- ½ tasse de crème fouettée 35 %
- 1¼ c. à s. de sucre glace (sucre en poudre)
- ½ tasse de pistaches écalées
- 2 oz de biscuits Graham
- 3 c. à s. de beurre non salé, fondu
- 3 oz de chocolat noir 70 % Green & Black's Organic, en copeaux ou finement haché

Préparation

1- Dans une petite casserole, faire mijoter les canneberges, le sucre et l'eau jusqu'à ce que les canneberges soient molles, mais pas flétries. Mettre de côté pour refroidir.
2- Fouetter la crème jusqu'à formation de pics mous, puis ajouter le sucre glace et continuer de fouetter jusqu'à consistance légère et duveteuse.
3- Réduire les pistaches en miettes au robot culinaire jusqu'à ce qu'elles ressemblent à une fine chapelure.
4- Ajouter les biscuits Graham et continuer de réduire jusqu'à ce qu'ils soient de la même consistance que les pistaches. Incorporer le beurre fondu au mélange.

Pour assembler:
Dans 6 verres, étendre une couche de 1 ½ cuillère à soupe du mélange de pistaches, suivi d'un seul étage de canneberges, puis d'environ 1 ½ cuillère à soupe de crème fouettée, en terminant par une généreuse couche de copeaux de chocolat noir 70 % Green & Black's Organic pour bien couvrir la crème.
Laisser refroidir pendant au moins une heure avant de servir.

Rawmen

Préparation:
15 minutes
Donne 1,25 litre (5 tasses)
Ustensile: machine à coupe spirale, mandoline

- 1 courgette moyenne
- 1/2 carotte moyenne
- 6 c. à soupe de concentré miso extra ou autre base de bouillon, au choix
- 1 litre (4 tasses) d'eau chaude
- 2 c. à soupe de tomates séchées émincées
- 3 oignons verts, émincés
- 1 c. à soupe de goémon en flocons

PRÉPARATION
1- À l'aide d'une machine à coupe spirale ou d'une mandoline, couper la courgette en nouilles.
2- À la mandoline, réduire la carotte en cheveux d'ange (julienne extrêmement fine).
3- Dans le bol de service, mélanger le concentré miso extra et l'eau chaude pour obtenir un bouillon.
4- Ajouter les nouilles de courgette, les cheveux d'ange de carotte et le reste des ingrédients.

À NOTER
Se conserve 2 jours au réfrigérateur dans un contenant hermétique.

Recette *Soupes de Crudessence*

PHOTOS Courtoisie

- jusqu'à -
70
PRODUITS
À PRIX RÉDUITS
du 6 au 23
FÉVRIER

19,50$ RABAIS DE 2,00$
21,50$
J. LOHR SEVEN OAKS ESTATES
Cabernet-sauvignon, paso-robles a.v.a.
États-Unis, vin rouge, 750 ml
Code SAQ : 00313925
AROMATIQUE ET CHARNU

13,00$ RABAIS DE 1,50$
14,50$
MASI MODELLO
Delle-venezie i.g.t.
Italie, vin rouge, 750 ml
Code SAQ : 00533926
FRUITÉ ET GÉNÉREUX

La modération a bien meilleur goût.
18+
PRENEZ GOÛT À NOS CONSEILS
SAQ