

## Les recettes

---

### Duo carottes et de radis noir au gingembre

Quantité	<b>6 Personne(s)</b>
Préparation	<b>15 min</b>
Repos	<b>1 h</b>

#### Ingrédients

carotte : 500 g  
gingembre frais : 1 morceau  
radis noir  
citron vert : 2  
huile d'olive : 4 c. à soupe  
sel, poivre

#### Préparation

**1**

Râper moyennement les carottes et le radis noir puis débarrassez-les dans un saladier.

**2**

A la main, râpez finement le gingembre et le zeste des citrons.

**3**

Ajoutez le gingembre et les zestes de citron aux carottes/radis noir.

**4**

Arrosez du jus de citron et de l'huile d'olive. Salez et poivrez. Mélangez bien et réservez au frais pendant au moins une heure avant de servir.

### Chips de radis noirs au lard

Quantité	<b>6 Personne(s)</b>
Préparation	<b>10 min</b>
Cuisson	<b>10 min</b>
Coût de la recette	<b>Pas cher</b>
Niveau de difficulté	<b>Facile</b>

#### Ingrédients

2 radis noirs  
12 tranches de lard fumé  
6 brins de ciboulette  
4 c. à soupe d'huile  
sel, poivre



# Les recettes

---

## Préparation

1

Epluchez les radis noirs et taillez-les en fines rondelles. Lavez et séchez-les soigneusement.

2

Lavez, séchez et ciselez la ciboulette.

3

Faites chauffer l'huile dans une poêle et faites-y sauter les rondelles de radis 5 min à feu vif. Salez et poivrez.

4

Egouttez les rondelles de radis dans du papier absorbant.

5

Après avoir jeté l'huile de la poêle, remettez celle-ci à chauffer sur feu vif et saisissez les tranches de lard 2 min de chaque côté.

6

Mettez les rondelles de radis dans un plat, parsemez-les de ciboulette et ajoutez les tranches de lard.

7

Servez aussitôt.

## Carpaccio de radis noir aux noisettes

Quantité	<b>6 Personne(s)</b>
Préparation	<b>15 min</b>
Coût de la recette	<b>Pas cher</b>
Niveau de difficulté	<b>Facile</b>

## Ingrédients

- 1 radis noir
- une dizaine de noisettes
- 1 c. à soupe d'aneth
- 1 c. à soupe de purée de noisette
- 1 c. à soupe de sauce soja
- 1 c. à soupe de vinaigre de noix
- 1 c. à soupe d'eau



# Les recettes

---

## Préparation

1

Préparez la vinaigrette avec la purée de noisette, l'eau, le vinaigre de noix et la sauce soja.

2

Pelez le radis noir et coupez-le en tranches fines que vous disposerez dans un plat. De préférence utilisez un rabot

3

Faites griller les noisettes, concassez-les et éparpillez-les sur les tranches de radis.

4

Saupoudrez d'aneth et arrosez de vinaigrette.

## Soufflé au radis noir et parmesan

### Ingrédients :

800g de radis noirs  
100g de parmesan  
25cl de lait  
2 œufs  
50g de beurre salé (plus un peu pour le moule)  
50g de farine  
1 cube de bouillon  
un peu d'estragon  
1 cuillère à café de fécule de maïs  
poivre et sel

### Préparation :

Préchauffez le four à 180°.

Commencez par éplucher vos radis, puis coupez-les **en fines rondelles**.

Après quoi, faites chauffer une grande casserole d'eau. Glissez-y votre cube de bouillon. Après quelques minutes, ajoutez les radis noirs. Faites-les cuir pendant 40 minutes en remuant de temps en temps.

Pendant ce temps, préparez les moules à soufflés.

Beurrez-les soigneusement sans laisser d'excédents. Remplissez-les de farine, étalez-la sur les bords puis reversez le surplus. La farine doit bien adhérer aux parois, afin de faire tenir le soufflé.



## Les recettes

---

Commencez **la béchamel pour le soufflé**.

Faites fondre le beurre dans une casserole. Lorsque celui-ci devient mousseux, ajoutez-y la farine. Veillez à bien touiller la préparation. Lorsque celle-ci est bien lisse, ajoutez le lait, le sel et le poivre. La béchamel est prête quand le mélange est compact.

Séparez les jaunes des blancs. Réservez les blancs et ajoutez les jaunes à la préparation, hors du feu. Poursuivez avec le parmesan et l'estragon.

Quand les radis sont bien tendres, écrasez-les en purée. Puis, mélangez la purée à la béchamel. Remuez soigneusement.

Montez les blancs en neige avec la fécule de maïs. Incorporez-les délicatement à votre préparation.

Versez le tout dans les moules à soufflés. **Enfournez pour 20 minutes !**

Le goût du radis noir est doux et fera ressortir celui du parmesan.

Une recette adaptée pour se réhabituer à ce légume. **Savoureuse et onctueuse** à souhait !

Le soufflé aux radis noirs et parmesan convient parfaitement pour le plat principal d'un dîner, accompagné d'une petite salade !

