

Concours de tartines 2018

LES RECETTES

des enfants de Quimper,
d'Ergué - Gabéric
et de Landrevarzec



Recettes de tartines

réalisées par les écoliers
des villes de Quimper, d'Ergué-Gabéric
et de Landrevarzec

Concours de tartines 2018

Cette 3^e édition du concours
annuel organisé par le SYMOAESCO
autour du pain et des graines
a à nouveau rencontré un
large succès.
La remise des diplômes a eu
lieu cette année à Landrevarzec,
nouvelle commune accueillante au
syndicat de restauration collective,
en présence des enfants et de
tous nombreux parents.
Une belle aventure éducative
et ludique menée avec passion
tout au long de l'année.

bravo à tous

Jean-Pierre Doucet

Adjoint au maire de Quimper
Président du SYMOAESCO

" LES TARTINES DU SOLEIL "

Tartine d'Or 2018

Réalisées par les enfants de l'école maternelle L. Goraguer à Quimper

INGRÉDIENTS :

- 1 Kg de farine
- 1 sachet de levure
- 1 cuillère à café de sel
- 2 verres d'eau tiède

PRÉPARATION PAIN :

- Mettre la farine dans un saladier
- Faire un trou au milieu et introduire la levure, le sel et si c'est une tartine sucrée, ajouter le sucre
- Ajouter de l'eau au fur et à mesure et travailler la pâte avec les mains jusqu'à ce qu'elle soit lisse
- Laisser reposer 30 minutes
- Travailler encore un peu la pâte (il ne faut pas qu'elle colle)
- Aplatir la pâte et former un rond
- Cuisson pour la pâte salée : 30 minutes au four à 180 °C
- Cuisson pour la pâte sucrée : à la poêle dans un peu d'huile pour faire dorer
- Pour la tartine sucrée ajouter 1 cuillère à café de sucre et de l'huile

PRÉPARATION GARNITURE SALÉE :

- Cuire les carottes épluchées à l'eau
- Les couper en dés et les écraser à la fourchette

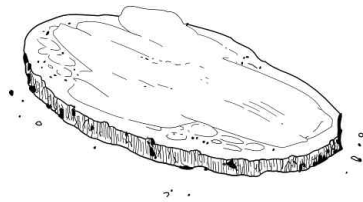


“ LES TARTINES DU SOLEIL ” (suite)

- Ajouter 1 cuillère à soupe d'huile d'olive, 1 pincée de sel, 1 cuillère à café de cumin, 1 oignon et du persil

PRÉPARATION GARNITURE SUCRÉE :

- Couper les pommes épluchées et les faire revenir à la poêle
- Ajouter 4 cuillères à soupe de sucre
- Tartiner le pain de fromage ail et fines herbes avant de mettre les pommes



" LES GOURMANDINES "

Tartine d'Or 2018

Réalisées par les enfants de l'école primaire Lestonan à Erqué-Gabéric

1- LA TARTI LESTON'CAROTTES

INGRÉDIENTS :

500g de farine,

$\frac{3}{4}$ d'un pot de curry,

300g d'eau,

25g de levure,

10g de sel,

Carottes jaunes, oranges et mauves,

Beurre

Fromage de chèvre

Noix

Crème fraîche

Bouillon aromatisé

: PRÉPARATION DU PAIN AU CURRY :

- Laver les carottes et les éplucher avec l'économe
- Délayer la levure dans un bol avec un peu d'eau
- Mettre dans la machine à pain : 500g de farine, le curry, l'eau, la levure délayée, le sel et 3 carottes râpées
- Mettre sur le programme pétrissage
- Mettre le pain à lever sur une plaque de four et cuire à 220°C pendant 30 minutes



“ LES GOURMANDINES ” (suite)

PRÉPARATION DE LA FONDUE AUX 3 CAROTTES AVEC SES DÉS DE CHÈVRE ET SON SOUPÇON DE NOI* :

- Couper le chèvre en dés
- Eplucher et râper les carottes
- Cuire les carottes séparément suivant la variété
- Assaisonner
- Ajouter la crème fraîche
- Faire fondre un bouillon cube dans une casserole d'eau chaude
- pendant la cuisson des carottes, ajouter le bouillon aromatisé pour obtenir un bon goût
- Laisser cuire et ajouter crème et bouillon jusqu'à obtenir une mousseline parfaite et onctueuse
- Effectuer le montage de la tartine
- Sans oublier la petite verrine de jus de carottes restantes pour accompagner la tartine

2- LA LESTON'TINE INGRÉDIENTS :

200ml de lait,
60g de sucre en poudre,
1.5 cuillère à café de sel,
2 œufs,
500g de farine,
1 sachet de levure de boulanger,
110g de beurre,
Pommes de 3 variétés différentes.

PRÉPARATION DE LA BRIOCHE :

- Mélanger 70g de beurre, les œufs, le lait, le

sucré, le sel et la farine

- Pétrir la pâte et laisser lever avant la cuisson

PRÉPARATION DE LA COMPOTÉE :

- Eplucher les pommes
- Les couper en dés
- Mettre en cuisson jusqu'à obtenir une compote lisse
- Ajouter l'ingrédient surprise ! (poudre rouge spéciale pomme d'amour)



" LES P'TITS CHOUX DE ZOLA "

Tartine d'Argent 2018

Réalisées par les enfants de l'école maternelle E. zola à Guimper r

TARTINADES AUX 3 CAROTTES

INGRÉDIENTS :

Carottes de 3 couleurs différentes

Fromage frais

1 cuillère à café de cumin

1 cuillère à café de moutarde

1 échalote

Ciboulette

Sel

PRÉPARATION :

- Eplucher les carottes, les laver puis les cuire
- Eplucher l'échalote et la couper en très petits morceaux
- Laver la ciboulette et la couper
- Une fois les carottes cuites, les écraser à la fourchette
- Ajouter l'échalote, le fromage frais, la ciboulette, la moutarde, le cumin
- Il ne vous reste plus qu'à tartiner et à déguster !!!



" LES P'TITS CHOUX DE ZOLA "

(suite)

POMMES CARAMEL AU BEURRE SALÉ SUR BRIOCHE
FAÇON PAIN PERDU

INGRÉDIENTS :

pommes Granny Smith
1 œuf
10 cl de lait
Caramel au beurre salé
Beurre
Sucre
Cannelle
Pain brioché

PRÉPARATION :

- Couper les pommes épluchées à la mandoline
- Les mettre dans une poêle avec le caramel, les faire dorer de chaque côté et ajouter la cannelle
- Dans un saladier, mélanger un œuf avec le lait et tremper des tranches de brioche
- Les faire dorer dans une poêle avec beurre et sucre
- Ajouter les pommes au caramel beurre salé dessus



" LE PAIN SNICKERS "

Tartine d'Argent 2018

Réalisées par les enfants de l'école primaire V. Hugo à Quimper

1. LE PAIN

INGRÉDIENTS :

- 500g de farine
- 125g de cacahuètes pilées
- 4 barres de chocolat au caramel
- ½ verre de lait
- 125g d'eau
- 10g de levure
- 10g de sel

PRÉPARATION :

- Délayer la levure dans le verre de lait chaud
- Dans un saladier, mélanger la farine, puis dans le puit de farine, verser la levure délayée
- Mettre un peu d'eau, les cacahuètes et mélanger jusqu'à faire une pâte
- Pétrir
- Laisser reposer 1h à température ambiante
- Avant de mettre au four (220°C), insérer 4 barres de chocolat
- humidifier la pâte et enfourner pendant 35 minutes

2. LA COMPOTE SUCRÉE

INGRÉDIENTS :

- 2 carottes
- 2 pommes



" LE PAIN SNICKERS "

(suite)

- 1 banane
- 1 verre de jus multi fruits

PRÉPARATION :

- Eplucher les légumes puis les découper en morceaux
- Mettre les carottes dans la casserole avec un fond d'eau
- 10 minutes après, ajouter le verre de jus de fruits et les autres morceaux de fruits
- Laisser mijoter 30 minutes à feu moyen
- Mixer le tout et déguster !!

3. LA COMPOTE SALÉE

INGRÉDIENTS :

- 2 betteraves
- 2 pommes

PRÉPARATION :

- Eplucher les pommes
- Découper en dés les fruits et légumes
- Les mettre dans une casserole à feu moyen avec un peu d'eau
- Laisser mijoter 30 minutes puis mixer
- Bonne dégustation !



“ TARTINES EN FÊTE ” Tartine de Bronze 2018

Réalisées par les enfants de l'école maternelle du Quinquis à Quimper

1. PAIN TARTINE SALÉE INGRÉDIENTS :

- 1kg de farine
- 1 barquette de St Moret
- 1 flacon de graines de sésame
- 1 demi cube de levure de boulanger
- Sel et poivre

PRÉPARATION :

- Mélanger la levure à de l'eau tiède et ajouter la levure délayée à la farine
- Malaxer pour obtenir une pâte homogène
- Laisser reposer 2h dans un moule à cake
- Cuire au four à 210°C pendant 40 minutes avec un ramequin d'eau dans le four

2. FONDANT DE TRIO DE CAROTTES INGRÉDIENTS :

- 3 carottes jaunes
- 3 carottes noires
- 3 carottes orange

PRÉPARATION :

- Cuire les carottes séparément et en faire 3 purées avec le St Moret
- Saler et poivrer
- Saupoudrer de graines de sésame



“ TARTINES EN FÊTE ” c suite »

3. PAIN DE CÉRÉALES À LA POMME ET SA MAR- MELADE DOUCE

INGRÉDIENTS :

- 4 pommes jaunes
- 4 pommes vertes
- 4 pommes rouges
- 1kg de fromage blanc
- 200g de sucre fin
- 1kg de farine de pain de céréales
- 1 demi cube de levure boulangère

PRÉPARATION :

- Mélanger la levure délayée dans de l'eau tiède à la farine et malaxer le tout
- Ajouter les pommes vertes coupées en petits cubes
- Malaxer
- Fermer le pain en boule et cuire au four à 210°C avec un ramequin d'eau pendant 40 minutes
- Cuire les autres pommes
- Faire une compote avec le fromage blanc
- Servir avec les tartines coupées en tranches épaisses



“ TARTI COLORS “ Tartine de Bronze 2018

Réalisées par les enfants de l'école primaire du Bourg à Enugué-Gabéric

1. PAIN

INGRÉDIENTS :

- 2 sachets de levure boulangère
- 2 pincées de sucre
- 500g d'eau à 20 °C
- 2 cuillères à café de sel
- 900g de farine
- 1 sachet de pommes séchées
- 1 carotte lavée, épluchée et découpée

PRÉPARATION :

- Mettre le tout dans un saladier
- Malaxer la pâte
- La laisser reposer dans un endroit chaud et humide pendant quelques heures
- Mettre au four 1h

2. TARTINE SALÉE

INGRÉDIENTS :

- Carottes - Radis - Mâche
- 1 jaune d'œuf
- Thon
- 1 cuillère à soupe de moutarde
- Vinaigre - huile de tournesol
- Ciboulette
- Ail
- Sel et poivre



“ TARTI COLORS “ (suite)

PRÉPARATION :

- Mélanger le jaune d'œuf, la moutarde, le vinaigre, le sel et le poivre puis tout en fouettant, ajouter de l'huile jusqu'à obtenir la texture de mayonnaise souhaitée
- Ajouter le thon, la ciboulette et l'ail
- Découper les légumes

3. TARTINE SUCRÉE

INGRÉDIENTS :

La confiture de pommes : 4kg de pommes - 500 ml d'eau - 2kg de sucre - 2 citrons

Le sablé breton : 2 jaunes d'œufs - 80g de sucre - 80g de beurre - 140g de farine - 6g de levure - 2 pinces de fleur de sel de Guérande

Le caramel : ½ ananas - 2 cuillères à café d'eau - 200g de sucre

PRÉPARATION :

- La confiture de pommes : mettre le tout en cocotte pendant 50 minutes puis mettre en pot au réfrigérateur
- Le sablé breton : tout mélanger et laisser reposer 2h au réfrigérateur puis enfourner 20 à 30 minutes au four à 180°C
- Le caramel : verser le sucre dans l'eau dans une casserole et ajouter les ananas après caramélisation



“ Tartji-croque au pays des carottes et la tartine de zouzou “

Prix d'honneur 2018

Réalisées par les enfants de l'école primaire A. Duval à Landrevarzec

A- Tartji-croque au pays des carottes

1. LE PAIN :

INGRÉDIENTS :

400 ml d'eau, 3 cuillères à café de sel, 1 cuillère à soupe de sucre, 560g de farine spéciale pain, 130g de farine complète, 2 cuillères à café de levure boulangère, 150g de noix, 150g de noisettes.

PRÉPARATION :

- verser l'eau, le sel, le sucre, les farines et la levure dans la cuve de la machine à pain
- Ajouter après le pétrissage environ 20 minutes après les noix et noisettes
- Faire cuire le pain

2. LA GARNITURE

INGRÉDIENTS :

3 carottes

1 betterave

Mâche

Fromage frais aux échalotes

Beurre

quelques lardons

Eau

PRÉPARATION :

- Éplucher les carottes
- Couper quelques rondelles et râper le reste



“ Tartif-croque au pays des carottes et la tartine de zouzou ”

(suite)

- Les faire revenir dans du beurre avec un peu d'eau pendant 10 minutes
- Faire revenir les lardons dans une poêle
- Mélanger le fromage frais avec les carottes
- Étaler sur la tartine de pain et décorer avec la betterave, la mâche et la rondelle de carotte

B- « LA TARTINE DE ZOUZOU »

1- LE PAIN

INGRÉDIENTS :

300g d'eau, 375g de farine, 1 sachet de levure, 2 cuillères à café de sel

PRÉPARATION :

- Mettre la levure dans de l'eau tiède
- Mettre la farine dans le saladier et ajouter le sel et la levure délayée
- Mélanger
- Laisser reposer la pâte 2h
- Préchauffer le four à 240°C
- Mettre de la farine sur la table, poser la pâte dessus, la malaxer doucement et la mettre sur une plaque de cuisson
- Cuire 25-30 minutes à 240 °C

2- LA GARNITURE

INGRÉDIENTS :

2 verres de sucre, 25ml de crème fraîche, 70g de beurre, 4 pommes, 20g de chocolat, 1 gousse de vanille

PRÉPARATION :

- Mettre le sucre dans la poêle
- Une fois qu'il est ambré, ajouter la crème liquide et 50g de beurre
- Mélanger
- Mettre dans un bol
- Réserver le caramel
- Peler les pommes et les couper en 4
- Retirer les pépins et les recouper en 2
- Couper la vanille et récupérer les graines
- Cuire les pommes avec le reste de beurre pendant 10 minutes et ajouter la vanille
- Sur la tranche de pain, mettre le caramel, les pommes et râper le chocolat dessus
- Bon appétit !



“ LES DÉLICIEUSES TARTINES ”

Prix du jury pour la participation

Réalisées par les enfants de l'école maternelle du Bourg à Erigné-Gabéric

1. TARTINE SALÉE

INGRÉDIENTS :

4 carottes
1 boîte de thon
Fromage type St Moret
Ciboulette
pain

PRÉPARATION :

- Eplucher les carottes
- Les laver et les couper en gros morceaux
- Les cuire 40 minutes dans de l'eau bouillante
- Couper les branches de ciboulette à l'aide de ciseaux
- Dans un saladier, mélanger le thon, le fromage et la ciboulette
- Couper les carottes en petits morceaux et les ajouter au mélange
- Étaler la préparation sur une tranche de pain
- Déguster !

1. TARTINE SUCRÉE

INGRÉDIENTS

4 pommes
Sucre vanillé
pain

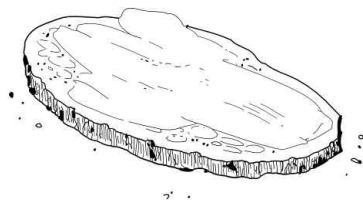


“ LES DÉLICIEUSES TARTINES ”

(suite)

PRÉPARATION

- Eplucher les pommes puis les couper en morceaux
- Les cuire environ 40 minutes dans l'eau bouillante
- Egoutter les morceaux de pommes et les mettre dans un saladier
- Ajouter le sucre vanillé et mélanger
- Étaler la compote de pommes sur le pain
- Déguster !



“ NUAGE DE PLUIE DE CAROTTES SUR DE LA PELOUSE ”

et

“ COULANT DE CAMEL SUR UN LIT DE POMMES ”

Prix du jury pour la participation

Réalisées par les enfants de l'école primaire Kergoat Ar Lez à Quimper

1. LE PAIN

INGRÉDIENTS :

500g de farine type 55

1 cuillère à café de sel

250g d'eau tiède

2 sachets de 5.5g de levure boulangère

PRÉPARATION :

- Mettre la farine dans le batteur avec le sel
- Ajouter l'eau et la levure
- Laisser poser le mélange recouvert d'un torchon pendant 1h30
- Façonner en boule et laisser poser de nouveau 1h30 humidifier avec un peu d'eau
- Cuire à 220°C pendant 35 minutes

2. LA GARNITURE SALÉE :

INGRÉDIENTS :

2 carottes

200g de brousse

Roquette

Vinaigre balsamique

huile d'olive

parmesan



“ NUAGE DE PLUIE DE CAROTTES SUR DE LA PELOUSE ”

et

“ COULANT DE CAMEL SUR UN LIT DE POMMES ”

(suite)

Sel, poivre

PRÉPARATION :

- Eplucher et râper les carottes
- Dans un grand bol, mélanger les carottes avec la brousse, l'huile d'olive, le vinaigre balsamique, le sel et le poivre
- Étaler la préparation sur les tartines
- Sur le dessus, ajouter quelques feuilles de roquette et quelques copeaux de parmesan

LA GARNITURE SUCRÉE

INGRÉDIENTS :

Tranches de pain cidem recette précédente

5 pommes

15g de beurre

400g de sucre en poudre

40cl de crème fraîche

Sel

PRÉPARATION :

- Réaliser un caramel avec le sucre en poudre, la crème fraîche et le sel
- Eplucher la pomme et la couper en petits morceaux
- Faire fondre le beurre dans une poêle et faire revenir les morceaux de pommes

- Ajouter une partie du caramel et laisser chauffer 1 à 2 minutes à feu très doux
- Toaster les tranches de pain
- Déposer les morceaux de pommes et verser le reste de caramel



“ LA KERGO'CAROTTE “

et

“ LA CHOCHO'PAULINE “

Prix du jury pour la participation

Réalisées par les enfants de l'école primaire P. Kergomard à Quimper

“ LA KERGO'CAROTTE “

1. LE PAIN

INGRÉDIENTS :

500g de farine type 55

10g de sel fin

10g de sucre en poudre

20g de levure boulangère

¼ L de lait

½ tasse d'eau tiède

50g de beurre ramolli

PRÉPARATION :

- Mettre la levure et un peu d'eau tiède dans une tasse
- Délayer les deux composants
- Sur le plan de travail, disposer la farine et former un puit
- Ajouter le mélange levure/eau, le sel, le sucre et le beurre
- Mélanger le tout et ajouter le lait progressivement jusqu'à ce que la pâte forme une boule qui ne colle pas aux mains
- Pétrir la pâte
- Laisser reposer la pâte dans un saladier dans une



“ LA KERGO'CAROTTE ” et “ LA CHOÇO'PAULINE ” (suite)

pièce entre 18°C et 20°C pendant environ 3 heures

- Pétrir de nouveau la pâte sur un plan de travail fariné
- Disposer la pâte dans un plat à cake antiadhésif allant au four
- Laisser reposer de nouveau ½ heure
- Préchauffer le four à 210 °C
- Laisser cuire pendant 40 minutes
- Retirer le pain cuit du plat et laisser refroidir
- Déguster !

2. PURÉE DE CAROTTES AU CUMIN

INGRÉDIENTS :

- 250g de carottes violettes, oranges et blanches
- 1 pomme de terre
- 1 cuillère à café de cumin
- 1 à 2 cuillères à soupe de lait
- 1 fromage type « vache qui rit »
- 1 pincée de sel

PRÉPARATION :

- Peler, laver et cuire les légumes dans une casserole d'eau salée recouvrir les légumes d'eau
- Faire bouillir pendant 20 minutes environ
- Egoutter les légumes
- Verser les légumes dans le mixeur avec le lait, le fromage et le cumin
- Garnir les tartines de purée de carottes de chaque

couleur et déguster avec du persil ou du saumon ou du jambon fumé

“ LA CHOÇO'PAULINE ”

1. BAGUETTE VIENNOISE

INGRÉDIENTS (POUR 2 BAGUETTES :

- 250g de farine
- 7g de levure de boulanger
- 7g de sucre
- 15cl d'eau
- 7g de beurre mou
- 7g de lait en poudre
- 1 pincée de sel
- 1 jaune d'œuf



“ LA KERGO'CAROTTE ” et “ LA CHOCO'PAULINE ” (suite)

PRÉPARATION :

- verser la levure dans un verre d'eau
- Dans un saladier, verser la farine, le sucre, le sel, la levure et le lait
- Ajouter le beurre en petits morceaux
- Pétrir pendant 10 minutes en faisant une boule
- Couvrir et laisser reposer 1 heure
- Façonner la pâte en petites baguettes allongées
- Placer les sur une plaque et laisser encore reposer 1 heure
- Avec un couteau, faire une entaille tous les 2 cm
- Enduire les baguettes avec le jaune d'œuf
- Cuire à 210°C pendant 20 minutes

2. PÂTE À TARTINER

INGRÉDIENTS :

- 150g de chocolat
- 1 cuillère à soupe d'eau
- 10cl de crème liquide
- 20g de beurre
- 2 cuillères à soupe de miel

PRÉPARATION :

- Dans un saladier, mettre 150g de chocolat en morceaux avec un petit peu d'eau
- Mettre la préparation au micro-onde pendant 2 mn
- Ajouter 10cl de crème liquide et mélanger
- Faire fondre 20g de beurre

- Mélanger le tout en ajoutant 2 cuillères à soupe de miel et mettre au réfrigérateur

3. POMMES RISSOLÉES

INGRÉDIENTS :

- 4 à 6 pommes
- 25g de beurre
- 2 cuillères à café de sucre

PRÉPARATION :

- Laver les pommes et les éplucher
- Couper les pommes en fines tranches
- Enlever délicatement le centre
- Faire fondre le beurre dans une poêle
- Mettre les tranches de pommes à rissoler avec un peu de sucre pour faire caraméliser
- Surveiller la cuisson et ne pas oublier de retourner les pommes de temps en temps
- Déguster !



“ Tartine potagère ” et “ Bara'mann aval ”

Prix du jury pour la participation

Réalisées par les enfants de l'école primaire du Rouillen à Enquie-Gabéric

PAIN AU POTIRON

INGRÉDIENTS :

300g de potiron,
7g de levure de boulanger,
1 pincée de sel,
500g de farine,
1 jaune d'œuf pour dorer

PRÉPARATION :

- Faire cuire le potiron 10 mn à l'eau ou à la vapeur. Bien égoutter et le réduire en purée.
- Beurrer un moule à gâteau ou tapisser le fond de papier sulfurisé.
- Mettre la levure et 60 ml d'eau tiède dans le bol, bien mélanger. Laisser 10 mn dans un endroit tempéré.
- Tamiser le sel et 500 g de farine dans un saladier. Ajouter le potiron, et le mélange levure.
- Travailler avec une cuillère en bois puis avec les mains jusqu'à ce que la pâte forme une boule légèrement collante.
- Rajouter du liquide si la pâte est trop sèche ou de la farine si elle est trop collante. Transférer sur un plan fariné et pétrir 10 mn. La pâte doit être souple et élastique. Incorporer assez du reste de farine pour obtenir une boule lisse. La mettre dans un saladier huilé et couvrir d'un film alimentaire.
- Laissez lever 1 h dans un endroit tempéré.
- Battre l'œuf 2 cuillère d'eau pour dorer le pain et faire cuire 10 mn.



“ Tartine potagère “ et “ Bara'mann aval “ c suite »

TARTINES SALÉES

INGRÉDIENTS POUR 2 OU 3 TARTINES

- 5 carottes,
- 1 à 2 tranches de viande des Grisons,
- 1 mozzarella,
- 2 à 3 tomates cerises,
- Ciboulette,
- ½ c à c de cumin,
- 1 pincée de poivre,
- 1 clou de girofle.

PRÉPARATION

- Éplucher les carottes, puis couper -les en petits morceaux afin de les cuire dans une casserole d'eau salée.
- Une fois les carottes cuites les mettre dans un saladier avec le cumin, le sel, le poivre et le clou de girofle, puis mixer.
- Étaler sur votre tartine votre purée de carotte.
- Couper la viande en petites bandelettes de 2 cm de longueur et 0,5 cm de largeur
- Positionner les bandelettes en damier sur votre tartine purée de carotte.
- Former la mozzarella en 3 ou 4 petites boules que vous pouvez positionner à votre guise sur la tartine.
- Couper vos tomates cerises en deux et décorer votre tranche de pain comme vous le souhaitez
- Rajouter la ciboulette
- Bon appétit !!

TARTINES SUCRÉES

INGRÉDIENTS :

- 6/7 pommes,
- 2/3 poires,
- 20 à 30 g de beurre,
- 2 c à s de miel,
- 2 palets bretons,
- 2 gousses de vanille,
- ½ c à c de cannelle,

PRÉPARATION

- Éplucher les pommes et les poires et les couper en petits morceaux. Mettre 1/2 pomme de côté afin de la caraméliser.
- Cuire les morceaux de poires et de pommes dans une casserole d'eau.
- Une fois les fruits précuits, égouttez-les, mais attention, garder un fond d'eau pour votre compote.
- Mettre les fruits dans un saladier avec le fond d'eau, la vanille et la cannelle.
- Mixer le tout et laisser la compote refroidir.
- Verser votre miel avec le beurre dans une poêle pour qu'il se caramélise. Une fois le caramel formé ajouter la ½ pomme coupées en petits morceaux.
- Lorsque les pommes sont caramélisées disposer selon votre envie sur la tartine.
- Écraser les palets bretons afin de les réduire en poudre, puis saupoudrer votre tartine en fonction de vos goûts.
- Il ne reste plus qu'à déguster. Bon appétit !!

“ LA ZOLA CRAQUANTE ”

et

“ TARTINE DUO DÉLICES ”

Prix du jury pour la participation

Réalisées par les enfants de l'école primaire É. ZOLA à Quimper

“ LA ZOLA CRAQUANTE ”

INGRÉDIENTS :

- 4 pommes,
- 70g de beurre salé,
- 2 cuillères à soupe de miel,
- 100g de sucre,
- 100g d'amandes effilées.

PRÉPARATION :

- Couper les pommes en lamelles
- Dans une casserole, faire fondre le beurre, ajouter le miel et le sucre, laisser mijoter
- Faire dorer les amandes
- Laisser refroidir et assembler le tout

“ TARTINE DUO DÉLICES ”

INGRÉDIENTS :

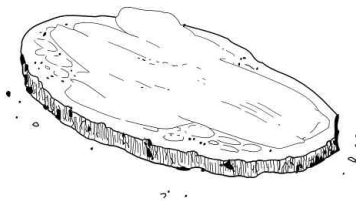
- 300g de carottes,
- 1 pomme,
- 1 oignon,
- 2 brins de thym frais,
- 1 feuille de laurier,
- 50g de poudre d'amandes,
- 1 cuillère à café de curry,
- 25cl d'eau;
- Sel, poivre.



“ LA ZOLA CRAQUANTE ”
et
“ TARTINE DUO DÉLICES ”
(suite)

PRÉPARATION :

- Faire revenir l'oignon et le curry
- Ajouter les carottes préalablement épluchées et découpées, bien faire dorer et ajouter le thym, le laurier, l'eau et assaisonner (sel et/ou poivre)
- Cuire pendant 30 minutes
- Ajouter la poudre d'amandes et mixer le tout
- Couper la pomme en petits dés et faire saisir à la poêle, puis les additionner à la purée de carottes
- Laisser refroidir
- Déguster !



Bonjour

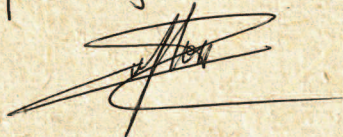
Cette édition du concours des tartines
2018 était une première pour la
Commune de Landrevarzec.

Grâce à votre investissement
personnel et à votre créativité,
l'ensemble des réalisations est
remarquable.

Bravo à tous !

Et vivement l'année prochaine

Didier CATHOU
Maire Adjoint Landrevarzec




Recettes du concours culinaire 2020

1- Dessert d'Or primaire : « le papoinaichinelle de Lange'Paul » Ecole primaire Paul Langevin à Quimper

Ingrédients :

Pour le gâteau

- 300 g de panais
- 1 orange non traitée
- 1 œuf
- 1 cuillère à soupe de miel
- 1 cuillère à soupe de sirop d'érable
- 2 cuillères de sucré
- 50 g de beurre
- 60 g de farine de pois chiches
- Levure chimique
- 1/2 cuillère à café de cannelle en poudre

Pour le croustillant Dacquoise

- Jus d'une boîte de pois chiches cuits au naturel (environ 250gr) Aquafaba
- 75 gr de poudre d'amande
- 75 gr de sucre glace
- 2 sachets sucre vanillé

Pour les Pop corn : utilisez les pois chiches égouttés dans la dacquoise
4 cuillères à soupe de sucre

Préparation :

Pour le gâteau : préchauffer le four à 180°. Eplucher les panais, les couper et les cuire 15 minutes dans l'eau bouillante. Egoutter et mixer en purée. Laver l'orange, prélever le zeste et récupérer le jus. Battre l'œuf et le sucre jusqu'à ce que le mélange soit blanc et mousseux. Ajouter la purée de panais, 2 cuillères à soupe de jus d'orange et 1 cuillère à soupe de zeste. Ajouter également le miel, le sirop d'érable, le beurre fondu, et 4 pincées de levure. Tout en mélangeant, ajouter petit à petit la farine. Verser dans le moule puis mettre au four 20 minutes. Laisser refroidir.

Pour la dacquoise : pendant la cuisson, monter l'aquafaba en neige et ajouter 2 sachets de sucre vanillé. Mélanger le sucre glace et la poudre d'amande puis incorporer la neige d'aquafaba délicatement. Verser la pâte sur une même épaisseur sur un papier sulfurisé et mettre au four 15-20 minutes à 180°. Laisser refroidir jusqu'au durcissement et passer au mixeur pour faire le croustillant.

Pour les pop-corn : sécher les pois chiches et les enrober de sucre en mélangeant dans un saladier. Les passer au four 15 minutes sur un papier sulfurisé. Les caraméliser dans une poêle comme les pop-corn.

Il vous reste à monter le papoinaichinelle : démouler le gâteau, étaler une couche de croustillant sur le dessus. Saupoudrer ensuite la surface de sucre glace. Répartir les pois chiches façon pop-corn pour finir.

Bonne dégustation !

2- Dessert d'Argent primaire : « la lentoos »

Ecole primaire du Rouillen à Ergué-Gabéric

Ingrédients :

Pour les crêpes (8 à 10) :

150g de farine de blé T65
100g de farine de lentilles vertes
½ cuillère à café de sel
2 cuillères à soupe de sucre vanillé
50 cl de lait
2 œufs

Pour la crème de spéculoos au tofu soyeux :

100g de tofu soyeux
75g de spéculoos
1 cuillère à soupe de purée de sésame

Préparation :

Pour les crêpes : verser les farines dans un saladier, y ajouter le sel et le sucre. Mélanger. Creuser un puits au centre, y casser les œufs et les battre en omelette. Ajouter peu à peu le lait en mélangeant au fouet jusqu'à ce que toute la farine soit incorporée. Laisser la pâte reposer une heure à température ambiante (la pâte est moins élastique, elle s'étale mieux et donne des crêpes plus moelleuses). Mélanger la pâte à l'aide d'une louche pour l'aérer. Faire les crêpes.

Pour la crème de spéculoos : mixer les spéculoos, le tofu soyeux et la purée de sésame jusqu'à obtention d'un mélange lisse. Si vous le souhaitez, vous pouvez ajouter plus de spéculoos et une cuillère à café de sirop d'agave (question de goût personnel...). Conserver dans un bocal hermétique au frais. Consommer rapidement.

3- Dessert de Bronze primaire « gâteau aux carottes en plusieurs langues »

Ecole primaire Kerjestin à Quimper

Ingrédients (tous les ingrédients sont bio) :

3 œufs
175g de sucre
175g de farine
1 verre d'huile
1 sachet de levure ou 1 cuillère à café de bicarbonate
2 carottes
150g de noix
Cannelle et gingembre selon le goût
1 orange

Préparation :

Casser les œufs dans un saladier, y ajouter le sucre et bien mélanger. Mettre la levure puis les carottes râpées et le zeste d'une orange. Ne pas oublier la farine. Casser les noix en morceaux et les mettre dans le mélange. Enfin, ajouter la cannelle et le gingembre selon votre goût. Cuire dans un moule à cake 15-20minutes à four chaud (250°) puis 20 minutes à 200°.

4- Dessert d'Or maternel et prix spécial du jury : « le trio de Victor Hugo »

Ecole Victor Hugo à Quimper

Ingrédients :

Pour le crérou :

1 grande boîte de conserve
1 tablette de chocolat noir dessert
1 pincée de cannelle

Pour le jamectal :

3 œufs
½ citron
120g de sucre + 1 sachet de sucre vanillé
100g de farine de pois chiches
100g de maïzena
½ sachet de levure
1 cuillère à café de paprika
½ cuillère à café de cardamome
Morceaux d'oranges confites

Pour les boucharocs (environ 10 sucettes):

100g de chocolat noir
80g de pois chiches
3 cuillères à soupe de sucre
2 cuillères à soupe de jus de citron
50g de beurre salé
1 boîte de mikado
Cardamome
Paprika

Préparation :

Pour le crérou :

Battre l'aquafaba (jus de pois chiche) en neige. Faire fondre le chocolat. Incorporer le chocolat à la mousse. Ajouter une pincée de cannelle. Mettre au frais 2 ou 3 heures.

Pour le jamectal :

Dans un saladier, mettre les jaunes d'œufs (dans un bol, mettre les blancs et les monter en neige). Ajouter aux jaunes d'œufs, le sucre, le sucre vanillé et mélanger jusqu'à obtenir un

ruban. Ajouter 2 cuillères à soupe de jus de citron fraîchement pressé. Ajouter la farine de pois chiches, la maïzena et la levure, mélanger. Ajouter une cuillère de jus de citron et le paprika. Mélanger puis incorporer les blancs d'œufs avec la cardamome. Une fois la préparation bien lisse, verser dans les moules. Enfourner dans un four à 200°C pendant 20 minutes.

Pour les boucharocs (environ 10 sucettes):

Faire griller les pois chiches saupoudrés de paprika au four à 200°. Pendant ce temps-là, faire fondre le chocolat avec 25g de beurre. Dans une deuxième casserole, préparer le caramel (sucre et citron à cuire jusqu'à obtention d'un mélange brun, sans cesse remuer puis sortir la casserole du feu et y ajouter de nouveau 25g de beurre). Une fois le chocolat fondu, y verser les pois chiches sortis du four et mélanger. Sur une plaque, placer une feuille de papier sulfurisé et y faire des petits tas de 4 à 5 pois chiches. Poser un mikado dessus et verser 1 cuillère à soupe de caramel. Mettre au frigo pendant 2 heures.

5- Dessert d'Argent maternel : « dessert de comtes » **ALSH maternel Cascade à Quimper**

Ingrédients :

Pour la compote :

2kg de pommes « Pink lady »
1kg de betteraves cuites
200g de sucre
2 gousses de vanille

Pour les galettes :

100g de flocons d'avoine
150g de sucre
90g de beurre
35g de farine
1 cuillère à café de levure
1 œuf
1 pincée de sel

Préparation :

Pour la compote : laver et couper les pommes et les betteraves. Les mettre dans la casserole avec le sucre, la vanille et un peu d'eau. Faire cuire 30 minutes et passer le tout au moulin.

Pour les galettes : mélanger tous les ingrédients dans un saladier. Laisser reposer 1 heure. Disposer en petits tas sur le papier sulfurisé et faire cuire 10 minutes à 200° au four.

6- Dessert de Bronze maternel : « le diabolotin du Quinquis »

Ecole maternelle du Quinquis à Quimper

Ingrédients :

1 boîte de haricots rouges égouttée
2 patates douces
100g de beurre ½ sel
4 œufs
150g de sucre roux
1 tablette de chocolat noir pâtissier
3 cuillère à soupe d'huile de noix
1 cuillère à café de paprika
1 pincée de sel

Préparation :

Egoutter les haricots rouges et les mixer en purée. Eplucher les patates douces, laver et couper en cubes puis précuire au beurre pendant 10 minutes. Ajouter 2 cuillères à soupe de sucre roux, faire dorer. Dans la purée de haricots rouges, ajouter l'huile de noix, les œufs, le reste du sucre roux et bien mélanger. Faire fondre le chocolat au bain-marie et incorporer à la pâte. Ajouter 1 cuillère à café de paprika. Verser dans le moule toute la préparation et répartir les cubes de patates douces. Enfourner dans un four à 180° pendant 35 minutes. Servir froid.

Recettes du concours culinaire 2020 (suite)

7- « Chocopatate »

Ecole primaire Frédéric Le Guyader à Quimper

Ingrédients :

Pour la mousse :

300g de patates douces
100g de chocolat noir 70%
100g de crème de coco bio
40g de sucre non raffiné
1 gousse de vanille

Pour les chips :

1 betterave rouge
Sucre glace

Préparation :

Pour la mousse : éplucher les patates douces, les laver, les couper en morceaux et les cuire à la vapeur. Casser le chocolat en morceaux et le faire fondre au micro-ondes. Ajouter la crème

de coco et le sucre. Remuer. Verser le chocolat sur les patates douces. Mélanger et mettre au réfrigérateur 2h.

Pour les chips : éplucher les betteraves et les couper en fines tranches. Les faire sécher au four pendant 1h. Les saupoudrer de sucre glace.

8- « Moelleux aux carottes et à la cannelle » Ecole primaire Jacques Prévert à Quimper

Ingrédients :

250g de carottes
50g de farine
1 sachet de levure
2 œufs
130g de poudre d'amande
100g de sucre
1 cuillère à soupe d'huile
1 pincée de sel
Cannelle

Préparation :

Préchauffer le four à 200°. Râper les carottes. Réunir tous les ingrédients dans un saladier. Bien mélanger jusqu'à obtenir une pâte homogène. Disposer la pâte dans les moules et faire cuire 20 à 25 minutes.

9- « Muffin aux potirons, épices et aux pépites de chocolat » Ecole primaire Léon Blum à Quimper

Ingrédients :

170g de purée de potiron
2 œufs
10 cl d'huile
175g de farine
125g de sucre cassonade
1.5 cuillère à café de cannelle et de gingembre
½ sachet de levure chimique
50g de pépites de chocolat

Préparation :

Préchauffer le four à 180°. Fouetter les œufs avec le sucre afin d'obtenir un mélange mousseux. Verser l'huile et la purée de potiron et mélanger 1 minute au fouet. Incorporer à la spatule la farine, les épices et la levure chimique puis ajouter les pépites de chocolat.

Mélanger. Verser la pâte dans des moules à muffins graissés et enfourner à 180° pendant 15 minutes. Laisser tiédir quelques minutes avant de démouler.

10- « Récolte des gourmandises de Jean Monnet »

Ecole primaire Jean Monnet à Quimper

Ingrédients :

Pour le gâteau aux carottes :

175g de carottes râpées
175g de farine
3 œufs
150g de sucre
5 cuillères à soupe d'huile d'olive
1 cuillère à café de cannelle
1 cuillère à café de noix de muscade
50g de noix de coco

Pour la compote :

½ patate douce
4 pommes
1 cuillère à café de cannelle
1 cuillère à café d'anis

Pour le gâteau au chocolat :

200g de chocolat
180g de courgettes cuites
3 œufs
60g de miel
100g de farine
1 sachet de levure

Préparation :

Pour le gâteau aux carottes : battre les œufs et le sucre jusqu'à obtenir un mélange crémeux. Ajouter l'huile et battre pendant 1 minute. Peu à peu, ajouter la farine, la cannelle, la noix de muscade et la noix de coco. Battre jusqu'à ce que tout soit bien mélangé et ajouter les carottes râpées. Mettre le mélange dans un moule et enfourner à 190° pendant 40 minutes environ.

Pour la compote de patates douces : Eplucher la patate douce et la couper en cubes. Faire bouillir de l'eau et plonger les légumes dans l'eau. Ajouter la cannelle et l'anis. Faire cuire 20 minutes. Mixer et réserver au frais.

Pour le gâteau au chocolat et courgettes : faire cuire 12 minutes les courgettes coupées en morceau dans de l'eau bouillante et les mixer. Préchauffer le four à 180°. Faire fondre le chocolat, mélanger les œufs et le miel. Y incorporer le mélange chocolat/courgettes puis la farine et la levure. Faire cuire 30 minutes au four dans un moule avec du papier cuisson au fond.

11- « Petites croustades aux pommes » ALSH Michelet primaire à Quimper

Ingrédients :

Pour la pâte :

50g de farine de pois chiches
60g de poudre d'amandes
60g de flocons d'avoine
60g d'huile de coco ou de beurre
1 œuf
45g de sucre complet
½ cuillère à café de cannelle
½ cuillère à café de badiane
1 pincée de sel

Pour la garniture :

400g de petites pommes
1 sachet de sucre vanillé
½ cuillère à café de cannelle
1 cuillère à café d'huile de coco
3 cuillères à soupe de miel

Préparation :

Préparer la pâte : préchauffer le four à 180°. Dans un bol, verser les farines et les flocons. Ajouter l'huile et émietter le tout comme pour un crumble. Ajouter l'œuf rapidement battu, le sucre, la cannelle, la badiane et le sel. Malaxer avec les mains afin d'obtenir une boule de pâte homogène. Abaisser la pâte sur une plaque recouverte de papier cuisson. Découper les disques de pâte avec le mini-cercle à pâtisser (ou à l'aide d'un verre retourné) avant de les enfourner pendant 4 minutes. Sortir du four.

Garnir les croustades : réaliser une purée de pommes et déposer une petite cuillère à café au centre de chaque disque de pâte précuite. Laver et essuyer le reste des pommes puis les couper en quartiers au-dessus d'une casserole. Ajouter le sucre vanillé, la cannelle et l'huile de coco. Mélanger le tout et faire cuire 8 minutes à feu moyen, en remuant régulièrement. Garnir les disques de pâte de quartiers de pommes cuits, ajouter un filet de miel, puis enfourner 5 minutes. Déguster !

12- « La gaufre douce »

ALSH Pierre Perret primaire à Ergué-Gabéric

Ingédients :

1kg de patates douces
6 œufs
500g de farine
1 sachet de levure chimique
50g de beurre

Préparation :

Eplucher et couper en dés les patates douces. Les cuire à l'eau bouillante salée 20 minutes et réduire en purée. Dans un saladier, mélanger les jaunes d'œufs, la farine, la levure et la purée de patates douces. Ajouter le beurre fondu. Battre les blancs d'œufs en neige et les incorporer au mélange. Cuire au gaufrier !