



COMMUNE DE
Chamoson
VALLE D'AOSTA

Recettes de chez nous



chamoson
TERRE DE CULTURE

Au sommaire

Kenèfle **page 3**

Beignets aux flocons d'avoine **page 4**

La caillée de Chamoson **page 5**

Tarte au Johannisberg (à la crème) **page 6**

Tarte au Johannisberg (au beurre) **page 7**

Kenèfle

Ingrédients (pour 4 personnes)

500 g de farine
3 œufs
5 dl de lait
1 pincée de sel
fromage de nos alpages
3 pommes de terre

Préparation

Battre les œufs, ajouter le lait et le sel. Incorporer la farine petit à petit. Laisser reposer 1 heure.

Dans une casserole d'eau salée, mettre les 3 pommes de terre coupées en dés.

Confectionner les « kenèfle » à l'aide d'une cuillère ou d'une fourchette. On peut également faire un colombin et couper la pâte au couteau.

Une fois que l'eau bout, y jeter les « kenèfle ». Les laisser remonter en surface.

Lever les « kenèfle » et pommes de terre et gratiner au four avec le fromage.



Les variantes

Rajouter aux « Kenèfle » des lardons, oignons grillés et/ou de la sauce tomate.

Les « kenèfle » peuvent également être dorés à la poêle.

Beignets aux flocons

(le beefsteak du pauvre)

Ingrédients (pour 4 personnes)

400 g de flocons d'avoine

2 dl de lait

1 c. à soupe de farine

2 œufs

bouquet de persil

sel, poivre, muscade

Préparation

Mettre les flocons d'avoine dans un bol, verser le lait bouillant et laisser gonfler.

Ajouter la farine, le sel, le poivre, la muscade, le persil haché, et les 2 œufs battus. Mélanger le tout au fouet.

Faire chauffer un peu d'huile dans une poêle et frire les beignets.

Accompagner les beignets d'une salade verte.



La caillée de Chamoson

Ingrédients (pour 2 personnes)

4 tranches de pain

3 œufs

100 g de fromage de nos alpages (râpé)

½ dl de lait

1 dl de crème

beurre, sel, poivre, muscade

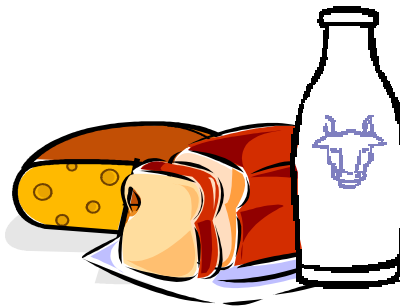
Préparation

Mélanger les œufs, le lait, la crème, saler, poivrer, râper un peu de muscade, ajouter le fromage râpé.

Beurrer un plat à gratin, ranger les tranches de pain au fond, verser le mélange par-dessus, laisser bien imprégner.

Glisser dans un four préchauffé à 200° jusqu'à ce que la crème au fromage soit prise comme un flan et la surface bien dorée.

Servir chaud.



La tarte au Johannisberg

(à la crème)

Ingrédients

1 pâte brisée
150 g de sucre
1 c. à soupe de farine
1 œuf
1dl ½ de Johannisberg de Chamoson
¼ dl de crème fraîche
cannelle en poudre

Préparation

Abaisser la pâte sur une plaque ronde, bien percer avec une fourchette.

Mettre les ingrédients dans un bol et mélanger.

Verser l'appareil sur la pâte, cuire au four à 180° durant 30 minutes.



La tarte au Johannisberg

(au beurre)

Ingrédients

1 pâte Brisée
1 tasse de farine
2 tasses de sucre
150 g de beurre ramolli
1 c. à café de cannelle
1 pointe de couteau de clous de girofle moulus
Johannisberg de Chamoson

Préparation

Abaisser la pâte sur une plaque ronde.
Mélanger en sablage les ingrédients et étendre sur la pâte.
Cuire 10 minutes à 220° au four, recouvrir de Johannisberg
et laisser cuire encore 15 minutes environ.



Chamoson

**Hôte d'honneur
Sion Expo 2011**

**Journée officielle
dimanche 27 mars 2011**

La commission culture et tourisme de la commune
et l'Office du Tourisme
remercient toutes les personnes
qui ont proposé des recettes.

Nous invitons les lecteurs à se mettre aux fourneaux.
Nous serions heureux de partager vos expériences
culinaires afin d'améliorer nos
« Recettes de chez nous »
et rééditer ce livret.

Commune de Chamoson

Chemin Neuf 9 - 1955 Chamoson - Tél. 027 305 10 30

Office du Tourisme de Chamoson

Rue de l'Eglise 40 - 1955 St-Pierre-de-Clages - Tél. 027 306 50 06