

# Souper en amoureux

## Menu St-Valentin 2021



- En Apéro ou antipasto : Tartare de St-Jacques
- Entrée : Velouté de panais au curry
- Plat principal : Risotto aux épinards et magret de canard (ou fromage de chèvre pour une version végétarienne).
- Dessert : Fondant aux marrons et/ou Panna Cotta à l'orange



## **Ingrédients pour deux personnes :**

### Tartare de St-Jacques :

3 St-Jacques (très fraîches)  
6 tranches de viande séchée sans gras  
1 citron vert  
½ pomme granny smith ou jazz  
Vinaigre balsamique blanc

### Velouté de panais au curry :

500 gr de panais  
2 petites pommes de terre  
1 oignon  
1 bonne cuillère à café de curry  
½ litre de bouillon de légumes  
Un peu d'huile olive  
Un peu de crème  
Sel et poivre  
En option curcuma ou/et gingembre frais

### Risotto aux épinards (et fromage de chèvre pour version végétarienne) :

1 oignon  
200 gr de riz à risotto (type Arborio ou Carnaroli)  
1dl de vin blanc sec  
½ litre de bouillon de légumes ou poulet  
1 belle poignée de parmesan râpé  
100 gr d'épinards lavés et essorés



1 gousse d'ail pelée et hachée

Noix de muscade

½ citron

Noisette de beurre

Huile d'olive extra-vierge

Moulin à poivre

Si version végétarienne + 100 gr de fromage de chèvre frais coupé en tranches

#### Magrets de canard au gingembre :

1 magret de canard (coupé en deux)

3 cs de sauce soja

3 cs de miel liquide

Racine de gingembre frais

Sel et Poivre

#### Panna cotta à l'orange (attention, à mettre au frigo 3 heures au minimum) :

200 ml de crème liquide

1 feuille de gélatine

50 gr de sucre (25 pour la panna cotta et 25 pour le coulis).

½ gousse de vanille

2 oranges (une pour le jus et le zeste, une pour les morceaux coupés à vif)

1 cs de liqueur d'orange



Fondant aux marrons (pour un moule rond entier, il y aura des restes pour le lendemain !-):

300 gr de crème de marrons (ou confiture si vous ne trouvez pas de crème)

40 gr d'amandes en poudre

100 gr de farine

2 œufs

100 gr de beurre

50 gr de sucre

Un peu de beurre et farine pour le moule

