Paysan Breton

Au nom du bon

Mon livret de recettes

Ma semaine avec le lait ribot

Paysan Breton & Moi

Ingrédients

50 cl Le Lait Ribot

50 g Le Beurre Demi-Sel Moulé

Crêpes au lait ribot

4 pers. 10 min

3 c. à c. Sucre en poudre

pincées Sel

Méthode

1. Dans un grand saladier, versez la farine, le sucre, le sel. Former un puits.

2. Casser les oeufs un à un en fouettant rapidement entre chaque.

3. Verser lentement le lait ribot en filet et fouetter énergiquement toujours en partant du centre et en ramassant progressivement la farine sur les côtés.

4. Terminer par le beurre fondu. Homogénéiser la pâte à l'aide d'un mixeur plongeant si nécessaire.

5. Sur une poêle bien chaude et légèrement beurrée, verser l'équivalent d'une louche. Cuire environ 2 min sur chaque face.

Cake salé au lait ribot

4 pers. 15 min 45 min

Ingrédients

- **8 cl** Le Lait Ribot
- **3** Oeufs
- **80 g** Petits pois
- **2 tranches** Jambon de poulet
- **160 g** Farine T55
- **0.5 sachet** Levure chimique
- **120 g** Feta
- **5 c. à s.** Huile d'olive
- **feuilles** Basilic
- **pincées** Sel, poivre

Méthode

1. Préchauffez le four à 180°.

2. La pâte se prépare en séparant les ingrédients liquides et les ingrédients solides. Commencer par fouetter les oeufs, le lait ribot et l'huile. Fouetter jusqu'à obtenir un mélange homogène.

3. Ajouter ensuite les ingrédients solides. Verser la farine, la levure, le sel, le poivre et le basilic. Terminer par la fêta ou le fromage de chèvre, les petits pois et le jambon.

4. Chemiser un moule rectangulaire de 20 cm de longueur (pas plus sinon vous perdrez vraiment en volume ou alors il faut doubler les quantités). Enfourner dans un four préchauffé à 180°. Cuire pendant environ 45min. Le cake est cuit quand la pointe du couteau ressort sèche.

Quatre quarts vanille

4 pers. | 15 min | 45 min

Ingrédients

- **12 cl** Le Lait Ribot
- **220 g** Le Beurre Demi-Sel Moulé
- **3** Oeufs
- **150 g** Cassonade
- **220 g** Farine
- **1 c. à c.** Levure chimique
- **1 pincée** Sel
- **2 c. à c.** Vanille liquide
- **30** Vermicelle de chocolat

Méthode

1. Sortir les oeufs et le beurre du réfrigérateur afin que tout soit à température ambiante.

2. Préchauffer le four à 165° chaleur traditionnelle.

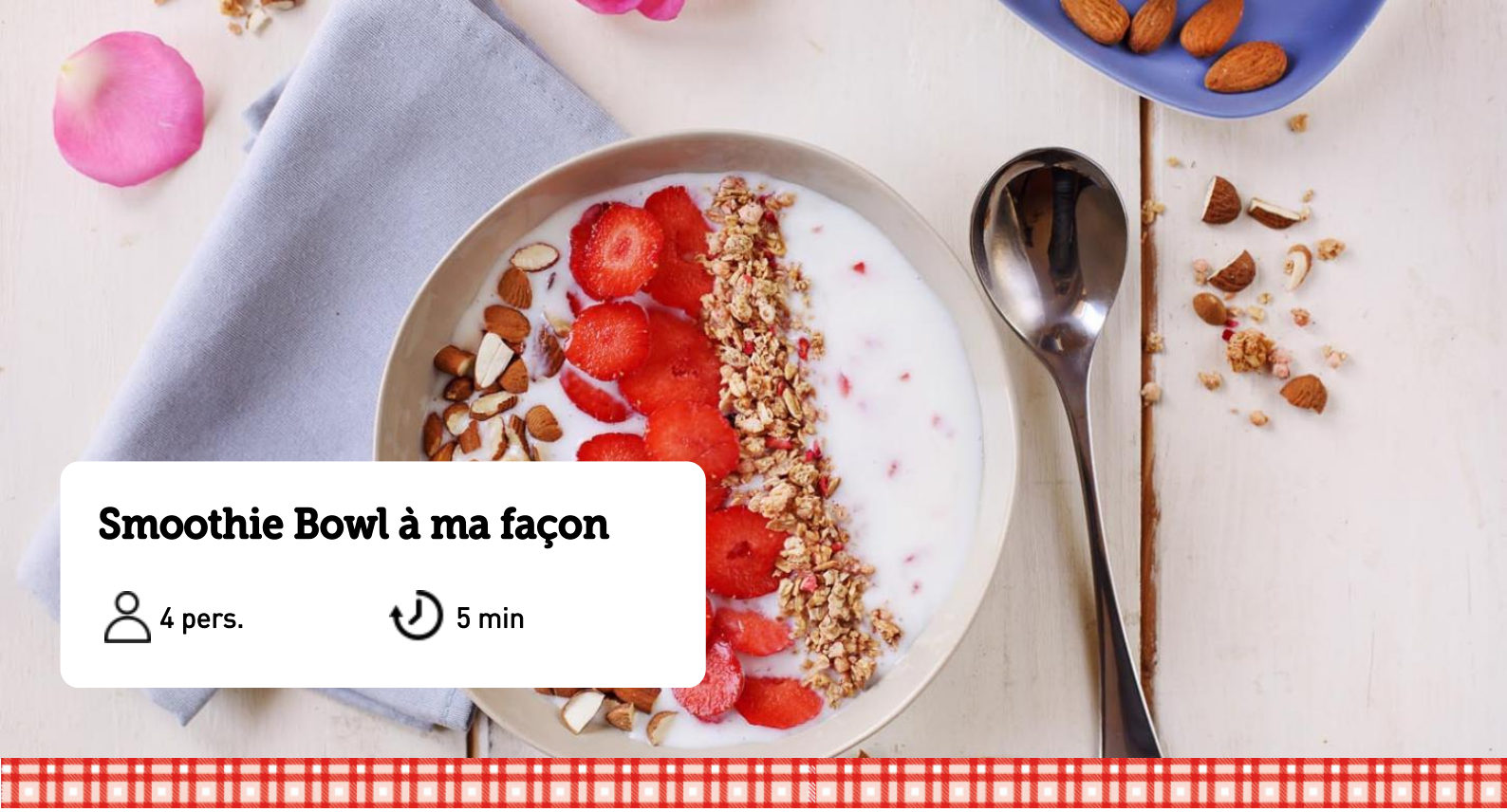
3. Dans un grand bol, travailler le beurre mou et le sucre afin d'obtenir un mélange homogène et crémeux.

4. Ajouter ensuite les oeufs un par un en mélangeant entre chaque. La texture va être granuleuse c'est normal.

5. Mélanger ensemble la farine, la levure chimique. Incorporer les éléments secs à la pâte en alternant avec le lait ribot. Mélanger juste pour avoir une consistance lisse et homogène.

6. Graisser et fariner un moule à bundtcake de 1,4L ou un moule à charnière rond de 15cm ou 20cm maximum (pour avoir une jolie hauteur).

7. Verser la pâte dans le moule et cuire pendant environ 45min. Pour savoir si le cake est cuit il suffit de planter un cure-dent ou un couteau, la lame doit ressortir sèche. Laisser tiédir avant de démouler.



Smoothie Bowl à ma façon

4 pers. 5 min

Ingrédients

- **100 cl** Le Lait Fermenté
- **350 g** Fraises
- **80 g** Amandes
- **120 g** Muesli

Méthode

1. Lavez les fraises. Écrasez 10 d'entre elles à la fourchette et mélangez-les au Lait Fermenté.

2. Servez dans 4 bols.

3. Coupez le reste des fraises en rondelles.

4. Concassez les amandes au couteau. (Vous pouvez aussi utiliser des amandes effilées)

5. Répartissez joliment ces ingrédients, ainsi que du Müesli sur le Lait ribot.

Sauce carbonara au lait ribot

4 pers. 10 min 15 min

Ingrédients

30 cl Le Lait Ribot

0.5 Oignons

200 g Lardons

1 brin Ciboulette

1 pincée Poivre

Méthode

1. Epluchez et hachez le demi oignon.

2. Faites chauffer une poêle sans matière grasse et faites cuire les lardons. Au bout de 5 min, ajouter l'oignon et laisser cuire 10 min.

3. Mélangez dans un petit saladier le lait ribot avec un peu de poivre et un petit bouquet de ciboulette ciselée. Ajoutez les lardons et oignons cuits, mélangez.

4. Faites cuire les pâtes, ajouter la sauce et mélangez pour la laisser réchauffer naturellement. Servez avec un jaune d'œuf dans chaque assiette.

Sauce burger au Lait Ribot

4 pers.

Ingrédients

- **15 cl** Le Lait Ribot
- **150 g** Mayonnaise
- **1 c. à s.** Jus de citron
- **1 Gousse** D'ail
- **1 brin** Persil
- **1 brin** Ciboulette

Méthode

1. Mélangez dans un bol le Lait Ribot, la mayonnaise, le jus de citron, le persil, la ciboulette, le paprika et l'ail haché.

2. Salez, poivrez.

Sauce salade au Lait Fermenté

4 pers. 10 min

Ingrédients

15 cl Le Lait Fermenté

0.5 Echalotes

0.5 Gousse D'ail

1 c. à s. Moutarde

4 pincées Herbes aromatiques

1 Citron vert

Méthode

1. Epluchez, lavez et hachez l'échalote et l'ail dégermé.

2. Pressez et récupérez le jus de citron.

3. Effeuillez, lavez et ciselez les herbes.

4. Dans un bol, réunissez le Lait Fermenté, la moutarde et le jus de citron. Mélangez et ajoutez l'échalote, l'ail et les herbes.

Riz au Lait Ribot aux fruits secs et au miel

4 pers. | 15 min | 15 min

Ingrédients

- **20 cl** Le Lait Ribot
- **200 g** Riz rond
- **75 cl** Lait entier
- **60 g** Miel
- **100 g** Mélange de fruits secs

Méthode

1. Faites bouillir le lait entier dans une casserole.

2. Versez le riz dans le lait et faites le cuire 15 minutes.

3. A la fin de la cuisson, ajoutez le Lait Ribot Paysan Breton, mélangez et laissez refroidir à température ambiante puis au réfrigérateur.

4. Servez dans des petits ramequins avec du miel et des fruits secs concassés.

Quiche aux petits pois et Lait Ribot

4 pers. 15 min 25 min

Ingrédients

- **125 g** Le Fromage Fouetté Nature au Sel de Guérande
- **12.5 cl** Le Lait Ribot
- **1** Pâte brisée
- **2** Oeufs
- **1 c. à s.** Moutarde
- **2 tranches** Cheddar
- **400 g** Petits pois
- **1 pincée** Sel, poivre

Méthode

1. Faites pré-cuire les petits pois 5 minutes dans de l'eau bouillante.

2. Pendant ce temps, préchauffez votre four à 180°C.

3. Etalez la pâte brisée dans un moule à tarte et piquez le fond avec une fourchette. Badigeonnez le fond de moutarde puis ajoutez les petits pois cuits et égouttés.

4. Dans un saladier, mélangez le Lait Ribot, les œufs et le fromage fouetté. Assaisonnez de sel et de poivre, puis ajoutez 3/4 du cheddar râpé. Versez ce mélange dans la tarte puis saupoudrez du reste de cheddar râpé.

5. Enfournez 25 minutes à 180 °C, puis servir chaud. Bon appe□tit !

Au nom du bon

Merci pour

Votre fidélité

Ce livret vous a été proposé gratuitement car vous êtes membre du programme de fidélité Paysan Breton & moi.

Bons de réduction

Jeux concours

Menu

Livrets de recettes Paysan Breton

Livrets de recettes personnalisés

Liste de courses

Date de création : 28/03/2024