

LA RHUBARBE

CUISINÉE DANS TOUS SES ÉTATS

PRINTEMPS

Astuces
Recettes

PRODUITE
ET CONSOMMÉE
DANS LA
LOIRE

À CHAQUE SAISON SES FRUITS, À CHAQUE SAISON SES PLAISIRS.

La Chambre d'Agriculture de la Loire et les producteurs locaux vous proposent recettes et astuces pour bien cuisiner les fruits de saison.

TARTE POULET RHUBARBE

4 PRÉPARATION 25 MIN.
CUISSON 30 MIN.

INGRÉDIENTS :

- **150 g** de rhubarbe
- **1** blanc de poulet
- **200 g** de farine
- **100 g** de beurre + **1 c. à soupe** de beurre mou
- **2 c. à soupe** d'huile, eau, sel
- **2 c. à soupe** de chapelure fine
- **3 branches** de thym frais
- **1 c. à soupe** de miel ■ **20 cl** de bouillon de volaille

Faites un puits avec la farine, coupez le beurre en morceaux, ajoutez l'huile et le sel. Travaillez la pâte du bout des doigts. Mouillez avec un peu d'eau. Pétrissez la pâte, et lorsque vous obtenez une pâte lisse et homogène, étalez-la. Garnissez-en un moule puis enfournez à blanc à 200 °C pendant 10 à 15 minutes.

Pour la compote, faites chauffer le bouillon, le thym et le miel. Ajoutez la rhubarbe épluchée et coupée en tronçons. Laissez compoter à feu doux jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de liquide. Pour le poulet, mélangez le beurre mou, la chapelure et les feuilles de thym. Coupez le poulet en fines tranches et passez-le dans la chapelure. Chauffez une poêle à feu vif et saisissez le poulet. Laissez dorer le poulet de chaque côté. Réchauffez si besoin la compote et répartissez-la sur la tarte. Disposez les tranches de poulet dessus, salez, poivrez et servez de suite.

TOURTE À LA RHUBARBE

6 PRÉPARATION 30 MIN.
CUISSON 40 MIN.

INGRÉDIENTS :

- **750 g** de rhubarbe
- **1** pâte Brisée
- **300 g** de sucre
- **3** biscottes
- **½ c. à café** de cannelle
- **30 g** de beurre
- **1** jaune d'œuf



Lavez les tiges de rhubarbe, coupez-les en morceaux et faites-les cuire 5 minutes avec le sucre puis égouttez l'excédent de jus. Étalez les 2/3 de la pâte dans un moule à tarte de 22 cm de diamètre. Émiettez les biscottes sur la pâte, versez la rhubarbe et remettez un peu de sucre si la rhubarbe est acide. Saupoudrez de cannelle et parsemez de beurre.

Recouvrez la tarte en pinçant les bords avec le reste de la pâte. Retirez une rondelle de pâte au centre, en guise de cheminée et badigeonnez au jaune d'œuf. Dessinez des croisillons avec la pointe d'un couteau. Faites cuire à 230 °C pendant 40 minutes. Servez tiède ou froid, avec du fromage blanc ou de la crème.

VERRINE DE RHUBARBE ET FRAMBOISES

4 PRÉPARATION 20 MIN.
CUISSON 10 MIN. REPOS 30 MIN.

INGRÉDIENTS :

- **500 g** de rhubarbe
- **100 g** de sucre
- **150 g** de framboises + décoration
- Fromage blanc
- **Quelques** amandes
- **4** biscuits à la cuillère

Epluchez la rhubarbe puis coupez-la en tronçons. Dans une casserole, faites compoter la rhubarbe avec les framboises, le sucre pendant environ 10 minutes. Pour une verrine, émiettez un biscuit au fond du verre. Ajoutez 2 c. à soupe de fromage blanc, 2 c. à soupe de compote, saupoudrez d'amandes et remettez 2 c. à soupe de fromage blanc. Effectuez la même opération pour les autres verrines. Décorez les desserts avec des amandes et quelques framboises. Remettez au frais pendant 30 minutes.



CHARLOTTE À LA RHUBARBE

6 PRÉPARATION 25 MIN.
REPOS 24 H.

INGRÉDIENTS :

- **850 g** de rhubarbe
- **150 g** de sucre
- **150 ml** de crème fraîche
- **3** feuilles de gélatine
- **30** biscuits à la cuillère
- **1 sachet** de sucre vanillé

Epluchez et coupez les tiges de rhubarbe dans le sens de la longueur. Faites cuire dans une casserole la rhubarbe avec le sucre jusqu'à l'obtention d'une compote, remuez régulièrement. Faites tremper les feuilles de gélatine dans de l'eau avant de les incorporer dans la compote et laissez refroidir pendant 2 heures.

Fouettez la crème avec le sucre vanillé en chantilly puis incorporez la chantilly à la compote délicatement. Tapissez un moule à charlotte de biscuits puis garnissez l'intérieur de compote et recouvrez par des biscuits. Couvrez le dessus avec une assiette lourde et laissez reposer pendant 24 heures au frais.

FICHE D'IDENTITÉ : LA RHUBARBE



PÉRIODE DE PRODUCTION :

De juin jusqu'aux premières gelées

ASSOCIATIONS GAGNANTES :

Foie gras, rôti de porc, côte de veau, carotte, fenouil et poisson, chèvre frais, fromage blanc, œuf, lait, crème, framboise, fraise, fruits rouges, pomme, abricot, noisette, chocolat.

JE LA PRÉPARE :

Pelez la rhubarbe en tirant les fibres d'une extrémité à l'autre à l'aide d'un couteau et lavez-la. Coupez-la en morceaux. Deux préparations sont possibles, faites macérer quelques heures dans le sucre (10 % de son poids) ou faites-la blanchir pendant 2 minutes dans l'eau bouillante.

RHUBARBE ASTUCIEUSE :

Pour vos apéritifs, servez de la limonade à la rhubarbe accompagnée d'un cake sucré et salé à la rhubarbe. Réalisez un clafoutis à la rhubarbe que vous pouvez agrémenter de fruits rouges. Pour le petit déjeuner, faites un smoothie à la rhubarbe accompagné de muffins à la rhubarbe et un coulis de fraises. Pour vos moments gourmandises, réalisez des macarons rhubarbe et fraise. Pour des journées de printemps ensoleillées, terminez votre repas par une soupe froide composée de framboises et de rhubarbe.

DANS LA LOIRE...

- ENVIRON 100 ARBORICULTEURS.
- 1200 HECTARES EN PLANTATIONS D'ARBRES FRUITIERS DONT ENVIRON 800 HECTARES IRRIGUÉS.
- 10 HECTARES DE PETITS FRUITS EN TUNNEL.
- 75% DES EXPLOITATIONS PRATIQUENT LA VENTE DIRECTE. (CE SONT DES EXPLOITATIONS DE 4 À 8 HECTARES).

COMMENT PRODUIRE DES PLANTS DE RHUBARBE ?

Petite production sur les coteaux du Jarez, la rhubarbe est toujours appréciée des consommateurs des marchés de détail. Quelle soit préparée en confiture ou en tarte, les amateurs savent varier les plaisirs.

La rhubarbe est adaptée aux sols ligériens. Pour la produire, rien de plus facile, les touffes sont divisées entre la fin de l'hiver et le début du printemps. Les cannes portant trois bourgeons sont plantées à ras le sol. Cependant, il faut être patient, car la récolte ne se fait qu'à partir de la deuxième année, de fin avril à juin. Une seconde récolte peut avoir lieu à la fin du mois de septembre. Un pied de rhubarbe peut être cultivé pendant 5 à 10 ans.

Cette fiche a été réalisée par les producteurs locaux et la Chambre d'Agriculture de la Loire, avec le soutien financier de l'association Ruse et du Conseil Général de la Loire.



TÉLÉCHARGEZ L'ENSEMBLE DES FICHES SUR www.terresdeloire.fr | www.monpanierfermier.com