

Api'Chandeleur

DU MIEL POUR TOUS LES GOÛTS !

Découvrez de délicieuses recettes aux miels



Rejoignez-nous sur les réseaux sociaux pour découvrir des recettes délicieuses, un jeu-concours et bien plus encore !





Galette au sarrasin, chèvre frais, romarin et miel de luzerne

🔪 Préparation : 1 h

⏸ Repos : 45 min

Pâte à crêpes :

- 85 g de farine de sarrasin
- 2 g de sel
- 1 œuf
- 188 g d'eau
- 1 noisette de beurre

Garniture :

- 4 tranches de chèvre frais
- 2 cuillères à soupe
de miel de luzerne
- 2 branches de romarin

Réaliser la pâte à crêpes :

Mettre la farine en bassin fontaine, ajouter le sel, l'œuf et l'eau, mélanger pour avoir un appareil homogène. Laisser reposer l'appareil pendant 45 minutes.

Cuire les crêpes à la poêle avec une noisette de beurre.

Préparation garniture et dressage :

Déposer sur chaque crêpe une tranche de chèvre frais, des feuilles de romarin et le miel de luzerne. Plier les 4 bords de la galette.

Cuire au four (préchauffé) à 180°C pendant 10 minutes. Servir chaud.



EN SAVOIR PLUS SUR LE MIEL DE LUZERNE

Miel souvent méconnu aux **arômes légers et peu persistants**, il est très apprécié par les personnes préférant les **miels doux**, comme les enfants. **Ce miel est clair** mais se colore légèrement avec la cristallisation naturelle. Il peut se trouver sous différentes textures, **liquide, crémeuse ou cristallisée** selon le travail de l'apiculteur ou du conditionneur et le temps écoulé depuis sa récolte. Sa douceur vous permet de l'**incorporer dans tous vos plats**, sucrés comme salés, sans en dénaturer le goût.



Crêpe farcie au poulet laqué au miel de tournesol, noix de cajou et choux chinois

 Préparation : 45 min

 Repos : 15 min

Pâte à crêpes :

- 200 ml de lait
- 100 g de farine
- 1 œuf + 1 jaune d'œuf
- 1 pincée de sel
- 40 g de beurre

Garniture :

- 400 g de filet de poulet
- ¼ de chou chinois
- 100 g de miel de tournesol
- 50 g de noix de cajou
- 50 g de beurre
- Sel, poivre
- 1 trait de sauce soja salée

Réaliser la pâte à crêpes :

Mettre la farine en bassin fontaine, mélanger le lait avec le jaune et l'œuf, ajouter le sel.

Verser progressivement le lait au centre et mélanger jusqu'à ce que la pâte soit homogène.

Ajouter le beurre fondu, laisser reposer l'appareil pendant 15 min.

Cuire les crêpes à la poêle avec un peu de beurre.

Préparation garniture et dressage :

Couper le chou en fine julienne.

Couper les filets de poulet en lamelles, les faire revenir au beurre. Ajouter le chou chinois, faire cuire. Ajouter les noix de cajou concassées. Ajouter le miel de tournesol en fin de cuisson et faire légèrement caraméliser.

Déglacer avec la sauce soja.

Déposer le poulet sur les crêpes, les rouler, réchauffer légèrement au four.



EN SAVOIR PLUS SUR LE MIEL DE TOURNESOL

Ce miel produit en été a des arômes chauds aux notes florales, il est très apprécié par les personnes préférant les miels doux, comme les enfants. De couleur jaune vif doré, il se cristallise naturellement très rapidement, et se trouve donc essentiellement avec une texture cristallisée mais peut être crémeux, selon le travail de l'apiculteur ou du conditionneur. Sa texture peut rendre son incorporation dans des préparations froides difficiles, mais il est parfait pour tous vos plats chauds : déglacer vos légumes, pocher vos fruits ou faire des sauces par exemple, il permet aussi de sucrer vos boissons.



Crêpe soufflée, crème pâtissière et poire au miel d'acacia

🔪 Préparation : 1 h

⏸ Repos : 10 min

Pâte à crêpes :

- 500 ml de lait
- 80 g de beurre
- 1 gousse de vanille
- 8 œufs
- 80 g de sucre
- 80 g de farine

Garniture :

- 250 ml de lait
- 10 g de beurre
- 1 gousse de vanille
- 3 jaunes d'œuf
- 20 g de maïzena
- 5 g de farine
- 2 poires
- 150 g de miel d'acacia

Réaliser la pâte à crêpes :

Porter le lait et le beurre à ébullition. Séparer le blanc des jaunes d'œuf. Mélanger les jaunes, le sucre, ajouter la farine et bien mélanger. Verser le lait sur le mélange, réserver l'appareil pendant 10 min.

Pour 4 crêpes, utiliser 400 g d'appareil à crêpe et 7 blancs d'œuf montés et serrés au sucre. Mélanger délicatement les blancs d'œuf à l'appareil à crêpe.

Colorer légèrement la crêpe dans une poêle avec un peu de beurre, puis cuire pendant 7 minutes au four à 200°C.

Préparation garniture et dressage :

Pour la crème pâtissière : faire bouillir le lait avec la gousse de vanille et le beurre. Mélanger les jaunes avec la maïzena et la farine. Verser le lait bouillant sur les œufs, remettre le tout sur le feu et cuire à feu doux pendant 3 minutes en mélangeant, refroidir.

Couper les poires en cubes, les faire revenir dans le miel d'acacia dans une casserole. Déposer sur une crêpe soufflée de la crème pâtissière, des morceaux de poire au miel d'acacia. Refermer la crêpe, servir chaud.



EN SAVOIR PLUS SUR LE MIEL D'ACACIA

Le miel d'acacia est un miel populaire aux **arômes légers et subtils**, qui est très apprécié par les personnes préférant les **miels doux**. Les enfants l'adorent ! Ce miel limpide d'un **léger jaune pâle** se trouve essentiellement avec une **texture liquide** mais peut cristalliser avec le temps. Son **goût fin et discret** et sa texture liquide en font un allié pour sucrer toutes vos préparations (sucrées comme salées) sans en modifier le goût.



Gâteau de crêpes au chocolat, miel de châtaignier et praliné

 Préparation : 45 min

 Repos : 15 min

Pâte à crêpes :

- 200 ml de lait
- 100 g de farine
- 1 œuf + 1 jaune d'œuf
- 1 pincée de sel
- 40 g de beurre

Garniture :

- 200 g de chocolat noir
- 200 g de crème liquide
- 75 g de miel de châtaignier
- 200 g de Praliné amande/noix

Réaliser la pâte à crêpes :

Mettre la farine en bassin fontaine, mélanger le lait avec le jaune et l'œuf, ajouter le sel. Verser progressivement le lait au centre et mélanger jusqu'à ce que la pâte soit homogène. Ajouter le beurre fondu, laisser reposer l'appareil pendant 15 min.

Cuire les crêpes à la poêle avec un peu de beurre.

Préparation garniture et dressage :

Pour la ganache, faire bouillir la crème avec le miel de châtaignier, la verser sur le chocolat fondu, mélanger pour obtenir une texture lisse. Laisser reposer au frais pendant 15 min.

Superposer les crêpes en alternant entre chaque crêpe une couche de ganache, une couche de praliné.

Décorer le tour du gâteau de crêpe avec la ganache, faire prendre au frais pendant 2 heures.



EN SAVOIR PLUS SUR LE MIEL DE CHÂTAIGNIER

Le miel de châtaignier est un miel populaire aux **arômes boisés prononcés** qui peuvent aller jusqu'à une délicate amertume, il sera surtout apprécié par les palais ouverts aux **goûts puissants et prononcés**. De **couleur foncée et ambrée**, il se trouve surtout avec une **texture liquide**, mais cristallise naturellement au bout de quelques mois. Son **goût corsé** permet de relever vos préparations, sucrées comme salées, et se marie notamment très bien avec du fromage de chèvre frais et des viandes blanches.



Crêpe suzette au miel de fleurs de printemps et mandarines

 Préparation : 30 min

 Repos : 15 min

Pâte à crêpes :

- 200 ml de lait
- 100 g de farine
- 1 œuf + 1 jaune d'œuf
- 1 pincée de sel
- 40 g de beurre

Garniture :

- 80 g de beurre
- Q.S. Zestes de mandarine
- 2 mandarines
- 100 ml de jus d'orange
- 100 g de miel de fleurs de printemps
- 1 trait de Grand Marnier

Réaliser la pâte à crêpes :

Mettre la farine en bassin fontaine, mélanger le lait avec le jaune et l'œuf, ajouter le sel. Verser progressivement le lait au centre et mélanger jusqu'à ce que la pâte soit homogène. Ajouter le beurre fondu, laisser reposer l'appareil pendant 15 min.

Cuire les crêpes à la poêle avec un peu de beurre, les plier en 4.

Préparation garniture et dressage :

Pour la sauce suzette : faire fondre le beurre et le miel de fleurs de printemps, faire légèrement caraméliser. Ajouter le Grand Marnier, le jus d'orange et les zestes de mandarine, faire réduire.

Faire légèrement imbiber les crêpes dans la sauce.

Dresser les crêpes, ajouter de la sauce suzette par-dessus.

EN SAVOIR PLUS SUR LE MIEL DE FLEURS DE PRINTEMPS

Issu de la richesse florale du terroir sur lequel il est produit, ce miel a des arômes, textures et couleurs variés. Clair, de **blanc à doré**, il est un **miel doux et fruité**, discrètement présent en bouche. Il peut se trouver sous différentes textures, **liquide, crémeuse ou cristallisée**, selon le travail de l'apiculteur ou du conditionneur et le temps écoulé depuis sa récolte. Sa douceur en fait un miel multi-usage (tartines, boissons chaudes, plats, pâtisseries, etc.) apprécié par tous les palais, y compris ceux des enfants.





Api'Chandeleur

À LA CHANDELEUR, LE MIEL DONNE PLUS DE SAVEURS !

Pour célébrer la Chandeleur, les professionnels travaillant avec le miel réunis au sein de l'interprofession des produits de la ruche InterApi vous ont proposés ces recettes culinaires à composer avec des miels variés et savoureux. Il y en a pour tous les goûts : du plus doux au plus puissant, comme du plus floral au plus boisé.



UN ÉVÈNEMENT INTERAPI

InterApi est l'interprofession des produits de la ruche, au service de l'ensemble de la filière apicole. Elle regroupe l'ensemble des maillons : apiculteurs.rices, fabricants et vendeurs de matériel apicole, conditionneurs et distributeurs.



Diffusez ces recettes



sur Facebook et Instagram

Pensez à ajouter la mention

@mieletproduitsdelaruche

et #apichandeleur



©Recettes créées et réalisées par le Chef Nicolas Guillaume du restaurant Auberge La Rochette pour l'interprofession des produits de la ruche InterApi, dans le cadre de l'Api'Chandeleur.

©Crédit photo : Vincent Ramet / studio gaudin ramet

©Conception, réalisation graphique : Sevanova