

23.4.2020

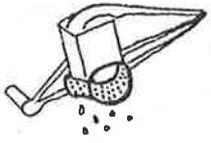
Bonjour à tous et à toutes

Quelques nouvelles recettes pour bien
continuer à garder la main ...

À très bientôt

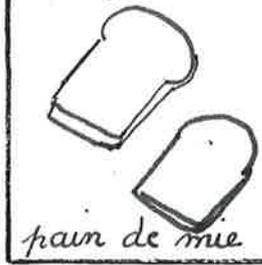
Christiane

N'hésitez pas à nous transmettre
vos photos.



Croque monsieur

Les produits



pain de mie



jambon /
ou dinde



gruyère



beurre

Prépare



planche

couteau



moulinette à fromage



papier alu

La recette



- beurrer la surface d'une tranche de pain de mie



- mettre une couche de gruyère râpé



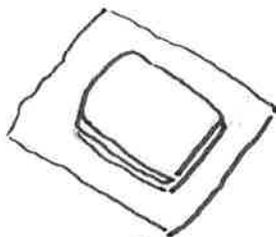
- déposer un morceau de jambon.



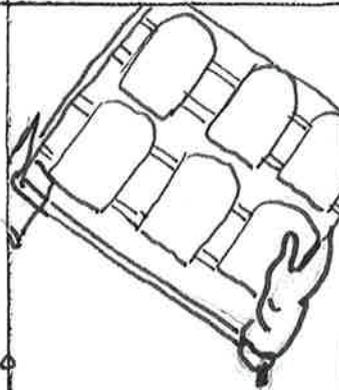
- remettre une couche de gruyère râpé.



- déposer de nouveau une tranche de pain de mie



- envelopper cette préparation dans une feuille de papier alu



- mettre au four à 200°C pendant 30 minutes environ

SOUPE POULET ET NOUILLES

INGRÉDIENTS



1 c. à soupe
d'huile d'olive



1 carotte pelée et
coupée en rondelles



1 branche de céleri
coupée en rondelles



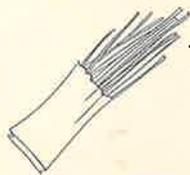
Sel et
poivre



1,5 L de bouillon
de poulet



1 blanc de poulet cuit et
coupé en cubes



70 g de spaghettis cassés en petits
morceaux ou de petites pâtes

PRÉPARATION



Demande l'aide d'un
adulte pour utiliser
les plaques de cuisson.

- 1** Dépose la **CAROTTE**, le **CÉLERI** et l'**HUILE D'OLIVE** dans une grande casserole. Ajoute un peu de **SEL** et de **POIVRE**.
- 2** Fais chauffer la casserole à feu moyen.
- 3** Laisse cuire pendant **5 MINUTES** en mélangeant souvent.
- 4** Verse le **BOUILLON DE POULET**.
- 5** Laisse mijoter pendant **10 MINUTES**.
- 6** Ajoute les **SPAGHETTIS** ou les **PÂTES** et les dés de **POULET**. Mélange bien.
- 7** Laisse mijoter pendant encore **5 MINUTES**, ou jusqu'à ce que les **PÂTES** soient cuites.
- 8** Retire la casserole du feu.
- 9** Sers la soupe dans des bols.





Raisonné
Pour **6** personnes
15 min de préparation
30 min de cuisson
4 h de repos

FLAN AUX ABRICOTS COMME UN ŒUF AU PLAT

*3 abricots frais • 3 œufs • 75 g de sucre semoule • 4 pots de yaourt de lait frais entier
• 6 plats à crème brûlée*

- 1 Préchauffe le four à 120 °C (th. 4).
- 2 Dans un saladier, casse les œufs et ajoute le sucre.
- 3 À l'aide d'un batteur ou d'un fouet, mélange fortement.
- 4 Fais chauffer le lait dans une casserole et verse-le sur les œufs sans cesser de remuer.
- 5 Répartis cette préparation dans tes plats à crème brûlée et enfourme pendant 20 min.
- 6 Coupe les abricots en deux et retire les noyaux. Mets sur chacun de tes plats de crème un demi-abricot et poursuis la cuisson pendant 10 min. La pointe d'un couteau que tu enfonces à cœur doit ressortir propre et humide.
- 7 Sors les plats du four et laisse refroidir pendant 4 h avant de servir.

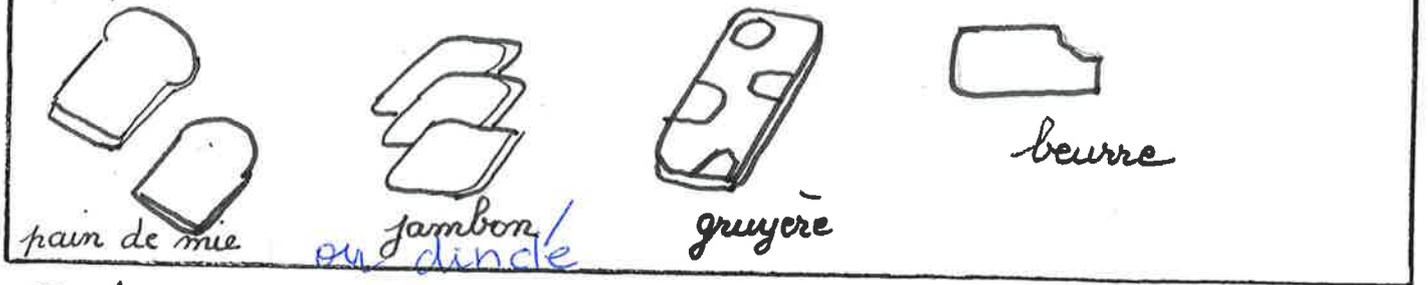
CONSEIL

Si ce n'est pas la saison des abricots ou si tu n'as pas beaucoup de temps, tu peux acheter une préparation de flan à la vanille en poudre. Suis la recette du fabricant pour sa réalisation. Verse ensuite le flan dans les plats à crème brûlée et pose au centre 1 demi-abricot au sirop.

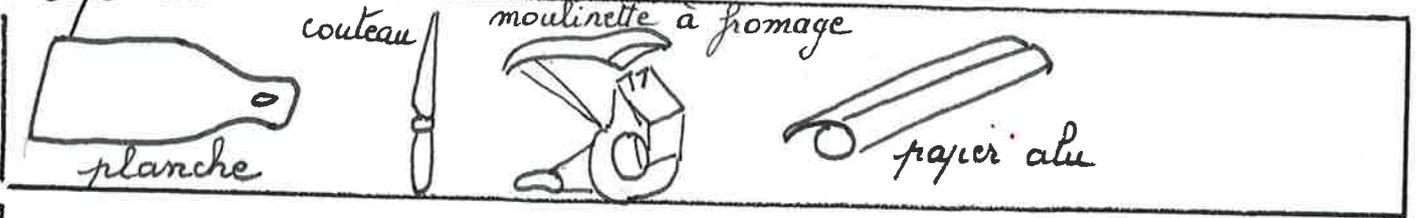


Croque monsieur

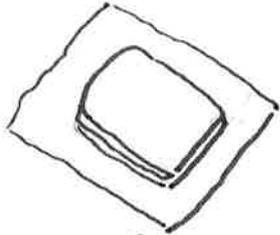
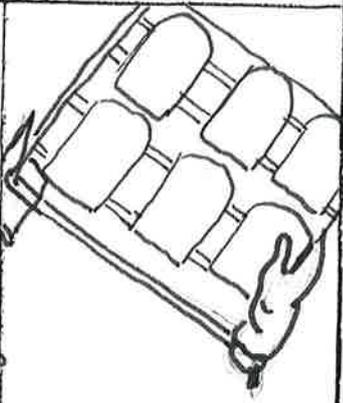
Les produits



Prépare



La recette

 <p>- beurrer la surface d'une tranche de pain de mie</p>	 <p>- mettre une couche de gruyère râpé</p>	 <p>- déposer un morceau de jambon.</p>	 <p>- remettre une couche de gruyère râpé.</p>
 <p>- déposer de nouveau une tranche de pain de mie</p>	 <p>- envelopper cette préparation dans une feuille de papier alu</p>		<p>- mettre au four à 200°C pendant 30 minutes environ</p>