JANVIER - FEVRIER 2022

A vos FOURNEAUX !!!

Dernières actualités et nouvelles

NUMERO 03

JANVIER 2022

Les dernières nouvelles

MENU DE BONNE ANNEE

De belle coupes de sourires

Quelques éclats de rires

Une grande cuillère de gentillesse

Quelques graines de tendresse

Une bonne pincée d'affection

Des poignées d'or et d'argent

Un maximum de réussite

Saupoudrer de gaieté

Faire mijoter avec douceur

Servir joyeusement

Dans le prolongement des actions déjà menées dans les écoles, les accueils de loisirs adoptent la "**charte du goûter**".

Cette charte répond aux engagements de la Direction Scolaire et Périscolaire en matière d'environnement, tels qu'ils sont explicités dans le Projet Educatif.

Pour améliorer l'équilibre alimentaire et sensibiliser les enfants à la réduction des déchets plastiques, la charte établie spécifie que :

· **Je choisis des fruits, des légumes ou des gâteaux faits maison pour mon goûter.**

· **J'apporte mon goûter dans une boite réutilisable.**

· **J'apporte une gourde ou un gobelet pour boire.**

Nous comptons sur vous tous !

FRUITS ET LEGUMES

« MANGER 5 FRUITS ET LEGUMES PAR JOUR »

CHOCOLAT

RECETTE DU MOIS

GâTEAU Au cHOcOLAT mAGIQUE

VOS CLASSIQUES !

RECETTE DU MOIS

KOUGLOF

SALéS

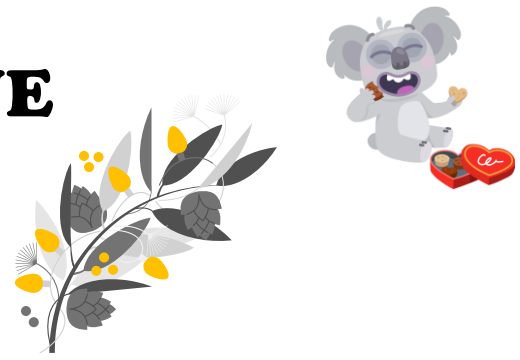
RECETTE DU MOIS

MUFFIN EPINARDS MOZZARELLA

CHOCOLAT !!! ET BONBONS

NUMERO 03

GâTEAU AU CHOCOLAT MAGIQUE



INGREDIENTS :

200 GR DE CHOCOLAT NOIR

150 GR SUCRE

50 GR FARINE

150 GR BEURRE

4 OEUFS

1 CASSEZ LES ŒUFS EN SÉPARANT LES BLANCS DES JAUNES ; BATTEZ FERMEMENT LES BLANCS EN NEIGE AVEC UNE PINCÉE DE SEL

2 MÉLANGEZ LE BEURRE MOU ET LE SUCRE ; AJOUTEZ-Y LE CHOCOLAT FONDU TOUT EN CONTINUANT DE MÉLANGER PUIS INCORPOREZ UN A UN LES JAUNES D'ŒUFS SANS CESSER DE REMUER

3 AJOUTER LA FARINE PUIS LES BLANCS D'ŒUFS ET MÉLANGEZ DÉLICATEMENT

POUR FINIR : BEURREZ UN MOULE ET VERSEZ-Y LA PRÉPARATION ; FAIRE CUIRE LE GÂTEAU ENVIRON 20 MN A 180° C

COOKIES MOELLEUX CHOCOLAT ET NOIX DE PECAN

INGREDIENTS :

150 GR FARINE – 50 GR BEURRE SALÉ

1 OEUF

75 GR SUCRE ROUX – 50 GR PÉPITES DE CHOCOLAT

½ SACHET LEVURE CHIMIQUE

30 GR NOIX DE PÉCAN – 1 CAC EXTRAIT DE VANILLE

1 FOUR PRÉCHAUFFÉ À 180° C

2 DISPOSER DANS UN SALADIER LA FARINE ET LE SUCRE ROUX. AJOUTER L'ŒUF, LA VANILLE ET LE BEURRE SALÉ FONDU ET REFROIDI ; MÉLANGER BIEN AFIN D'OBTENIR UNE BOULE DE PÂTE BIEN HOMOGÈNE ET LISSE

3 AJOUTER ENSUITE LA LEVURE, LES PÉPITES DE CHOCOLAT ET LES NOIX DE PÉCAN PRÉALABLEMENT CONCASSÉES ; MÉLANGEZ

4 SUR UNE PLAQUE A FOUR BEURRÉE ET FARINÉE OU SUR UNE FEUILLE DE CUISSON ANTI-ADHÉSIVE ; FORMER 12 PETITS TAS

POUR FINIR : PLACEZ AU FOUR ET LAISSEZ CUIRE 8 MN ;

GÂTEAU POIRE CHOCOLAT

POUR 8 PERSONNES

INGREDIENTS :

200 GR CHOCOLAT A CUIRE – 150 GR BEURRE – 120 GR SUCRE– 3 ŒUFS – 130 GR FARINE – 1 SACHET DE LEVURE CHIMIQUE – 4 POIRES AU SIROP

PREPARATION :

1 PRÉCHAUFFER VOTRE FOUR À 180° C

2 FAIRE FONDRE LE CHOCOLAT AVEC LE BEURRE ; AJOUTER LE SUCRE ET MÉLANGER

3 SÉPARER LES JAUNES DES BLANCS ET AJOUTER LES JAUNES A LA PRÉPARATION ; PUIS METTRE LA FARINE ET LA LEVURE

4 BATTRE LES BLANCS EN NEIGE AVEC UNE PINCÉE DE SEL ET LES INCORPORER A LA PRÉPARATION

POUR FINIR : ENFIN, EGOUTTEZ LES POIRES AU SIROP, LES COUPER EN DÉS ET LES AJOUTER A LA PRÉPARATION ; FAIRE CUIRE 40 MN AU FOUR A 180° C

« REVISEZ VOS CLASSIQUES »

NUMERO 03

KOUGLOF

INGREDIENTS :

RAISINS SECS BLONDS 90 GR LAIT 10 CL

LEVURE BOULANGERE 10 GR FARINE 300 GR

SEL 1 CAC SUCRE 30 GR

OEUFS 4 PIÈCES

BEURRE RAMOLLI 150 GR

AMANDES EFFILEES 50 GR

PREPARATION

1 FAIRE TIÉDIR LE LAIT ET AJOUTER LA LEVURE EMIETTE ; FORMER UN PUIT AVEC LA FARINE, AJOUTER LA LEVURE DÉLAYÉE ET BIEN MÉLANGER LE TOUT ; AJOUTER LE SEL ET LE SUCRE EN POUDRE ; INCORPORER LES ŒUFS ET LE BEURRE COUPÉ EN MORCEAUX

2 AJOUTER LES RAISINS LAVÉS ET SÉCHÉS ; METTRE LA PÂTE DANS UN GRAND SALADIER, LA COUVRIR D'UN TORCHON ET LA LAISSER REPOSER PENDANT 1H

4 ECRASÉ LA PÂTE AVEC LA PAUME DE LA MAIN POUR QU'ELLE SE DÉGONFLE ET LA PLACER AU FRIGO DURANT 2H. PRÉCHAUFFER LE FOUR A 180°C

5 TRAVAILLER LA PÂTE EN FORMANT UNE BOULE AVEC UN CREUX AU CENTRE ; BEURRER LE MOULE ET Y DÉPOSER LA PÂTE ; COUVRIR AVEC UN TORCHON ET LAISSER LEVER 1H

6 FAIRE CUIRE PENDANT 1H

POUR FINIR : PARSEMER D'AMANDES EFFILÉES ; LAISSER REFROIDIR, SAUPOUDRER DE SUCRE GLACE

GÂTEAU A L'ORANGE

INGREDIENTS :

ORANGE 2 PIÈCES

BEURRE 120 GR

FARINE 120 GR

ŒUFS 2 PIÈCES

LEVURE 1 SACHET

PREPARATION

1 MÉLANGEZ LE BEURRE FONDU AVEC LE SUCRE ET LES ŒUFS ; INCORPOREZ LA FARINE ET LA LEVURE, BIEN REMUER ; AJOUTEZ LE ZESTE AINSI QUE LE JUS D'UNE ORANGE ; VERSER LA PRÉPARATION DANS UN MOULE BEURRÉ

POUR FINIR : ENFOURNER 20 MN A 180° C. A LA SORTIE DU FOUR ARROSER LE GÂTEAU AVEC UN SIROP RÉALISÉ EN PORTANT A EBULLITION LE JUS D'UNE ORANGE AVEC UN PEU DE SUCRE

MUFFINS AUX POIREAUX ET AU CHEVRE

INGREDIENTS :

POIREAUX FRAIS 1 BOTTE OEUFS 2 PIÈCES

FARINE SARRASIN 100 GR FARINE 50 GR

FROMAGE CHEVRE 200 GR LAIT 20 CL

HUILE TOURNESOL 10 CL

LEVURE CHIMIQUE ½ SACHET

SEL POIVRE

PREPARATION

1 Préchauffez le four à 180°C ; Nettoyez soigneusement les poireaux puis détaillez-les en petits morceaux

2 Faites les cuire pendant 20 mn à la vapeur.

3 Dans un premier saladier, tamisez et mélangez ensemble la farine de blé, la farine de sarrasin et la levure chimique. Dans un second saladier, battez à l'aide d'un fouet, les œufs et l'huile. Rassemblez les deux mélanges.

4 Coupez le fromage de chèvre en dés, ajoutez à la pâte ; finir en rajoutant les morceaux de poireaux

5 Versez la pâte dans les moules à muffin, faire cuire 25 mn

SERVIR TIEDE OU FROID !!!

BROWNIE SANS GLUTEN

INGREDIENTS :

CHOCOLAT NOIR SANS GLUTEN 200 GR
FECULE DE MAIS 50 GR
NOIX DE PECAN 50 GR
BEURRE 100 GR
OEUFS 3 PIECES
SUCRE EN POUDRE 100 GR
SUCRE VANILLE 1 SACHET
LEVURE SANS GLUTEN ½ SACHET

PREPARATION :

1 FAITES FONDRE LE CHOCOLAT ET LE BEURRE ; DANS UN SALADIER, BATTEZ LES ŒUFS, LE SUCRE EN POUDRE ET LE SUCRE VANILLE ; AJOUTEZ LE CHOCOLAT ET LE BEURRE FONDU ; MÉLANGEZ PUIS AJOUTEZ LA FÉCULE DE MAÏS ET LA LEVURE ; INCORPOREZ LES NOIX ET MÉLANGEZ

2 VERSEZ LA PÂTE DANS UN MOULE ET ENFOURNEZ 30 MN A 150° C

3 LAISSEZ REFROIDIR AVANT DE DÉMOULER

KRISNEN

PROCHAINE PARUTION

10 mars 2022

MICHELE