

## La cuisine des P'tits Furets

Profitions de cette période particulière pour nous tous en mettant un peu de joie et de moments de partage dans notre cuisine avec nos enfants. L'ingrédient principal pour ces activités sera votre patience.

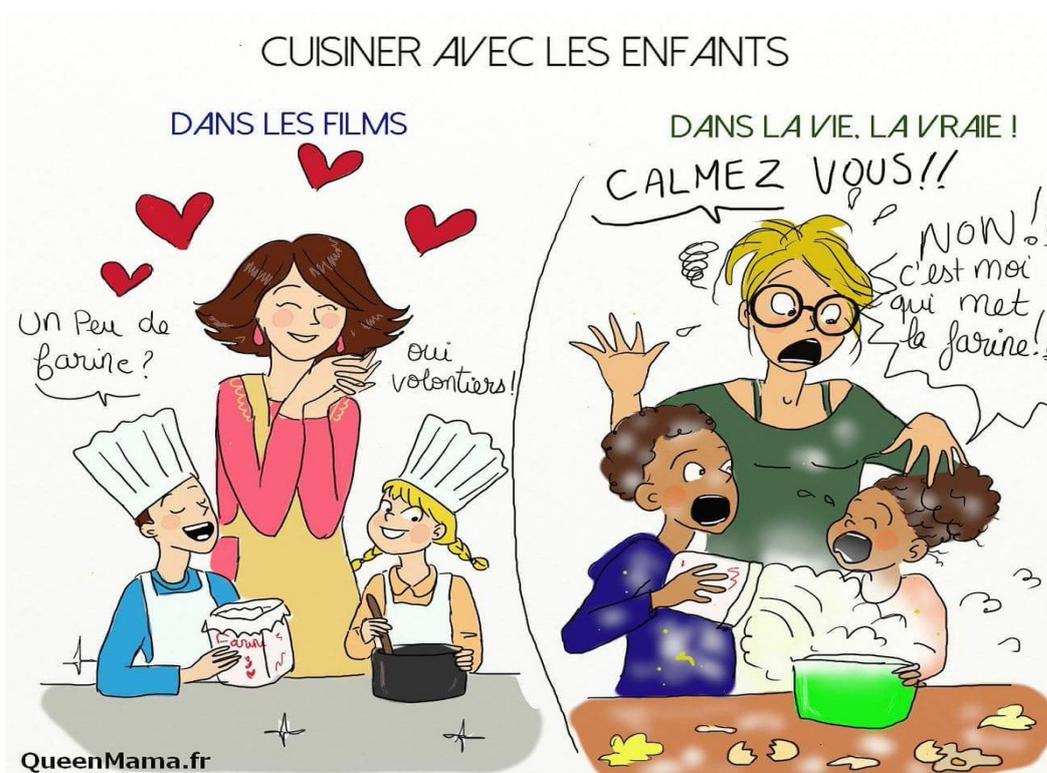
Cette activité avec vos petits sera un moment d'échange, d'écoute et de complicité tout en préparant un repas, un goûter ou un dessert. Les enfants vont adorer ce moment avec vous et vont surtout découvrir pleins de nouvelles choses tels que :

- Des saveurs différentes
- Le touché de textures
- Le nom des aliments utilisés
- Développer leur motricité

Ces recettes peuvent comporter certaines étapes que les enfants pourront accomplir seul. Ils seront alors heureux et fiers. Cela renforcera leur estime d'eux-mêmes. Ils auront certainement envie de goûter des aliments nouveaux ce qui élargira leur panel gustatif. Le toucher la vue et l'ouïe seront également développés.

Votre enfant apprendra beaucoup lors de ces activités en passant un agréable moment à vos côtés. Pas d'inquiétude pour le rangement et la propreté, vos enfants se réjouiront de vous aider à nettoyer et ranger une fois l'activité terminée.

Nous pensons fort à vous en cette période de doutes et espérons vous revoir très vite.



## Tiramisu sans alcool (4 personnes)

### Ingrédients :

- 2 œufs
- 50 gr de sucre
- 250 gr de mascarpone
- 7,5 cl de café fort
- 125 gr de biscuits à la cuillère
- 1 cuillère à soupe de cacao

Dans un bol, séparer les blancs des jaunes d'œufs. Mettez les jaunes et le sucre dans un autre saladier. Battez avec un fouet électrique ou à la main de façon énergique jusqu'à ce que le mélange blanchisse et devienne crémeux.

Ajouter le mascarpone dans le saladier cuillerée par cuillerée, bien mélanger le tout. Batre le blanc en neige et incorporez les très délicatement au mélange petit peu par petit peu.

Préparez votre café et trempez-y le fond des biscuits, sans les détrempez.

Placez les biscuits au fond du plat de façon à le recouvrir entièrement, ensuite versez votre préparation dessus. Vous pouvez faire une ou deux couches.

Placez le dessert au frigo minimum 4h (je vous conseille d'attendre le lendemain pour le déguster il sera meilleur). Avant de la servir saupoudrer le de cacao avec un tamis.

Bonne dégustation



## Spätzli maison (4 personnes)

### Ingrédients :

- 300 gr de farine
- 3 œufs
- 5 gr de sel
- 50 gr de beurre
- 1 dl de lait

Dans un saladier mélanger la farine avec les œufs, le sel et le lait de manière à obtenir une pâte pas trop épaisse ni trop liquide, elle doit être légèrement coulante.

Faire bouillir un grand volume d'eau salée.

Si vous n'avez pas l'ustensile adéquate pour faire les spätzlis, utiliser une passoire à Spaghetti. Mettez-y la pâte et laissez la s'égoutter au travers des trous dans l'eau salée préalablement chauffée. Elle va se couper d'elle même avec le poids.

Lorsque les spätzlis remontent à la surface de l'eau c'est qu'ils sont cuits.

Vous pourrez ensuite les faire griller dans une poêle avec un peu de beurre ou des lardons selon votre goûts.

Bon appétit



## Tresse pour un petit déjeuner (Grande tresse)

### Ingrédients :

- 500 gr de farine pour tresse
- 20 gr de levure fraîche ou 1 sachet de levure sèche
- 1 cc de sel
- 1 cc de sucre
- 50 gr de beurre
- 3 dl de lait
- 1 jaune d'oeuf

Dans un grand récipient, délayer la levure dans le lait tiède, ajoutez le beurre ramolli ainsi que le sel, le sucre et la farine. Mélanger et pétrir énergiquement pendant 5 minutes. Lorsque la pâte est prête, elle ne devrait plus coller à vos doigts.

Laissez lever à couvert jusqu'à ce que la pâte double de volume pendant environ 60 minutes dans un endroit tempéré.

Couper la pâte en deux. Formez des boudins d'environ 80 cm à 1 m et tressez selon vos envies. Recouvrir la tresse avec un linge humide et laissez reposer 40 minutes.

Préchauffer le four pendant 15 minutes à 220 degrés.

Badigeonner votre tresse avec le jaune d'œuf et mettez la à cuire pendant 15 à 20 minutes à chaleur tournante pour que la tresse soit dorée. Continuez ensuite la cuisson 15 à 20 minutes avec la chaleur en bas du four. Lorsque la tresse est cuite, elle aura un bruit creux en la tapotant sur le fond.



## Tarte aux pommes (4 personnes)

### Ingrédients :

- 1 pâte brisée ou feuilletée
- 3 pommes golden
- 5 cuillères à soupe de sucre en poudre
- 30 ml de crème liquide
- 3 jaunes d'œufs
- ½ citron
- 1 sachet de sucre vanillé

Étaler la pâte dans un moule à tarte. Peler les pommes et coupez-les en tranche ou en morceaux.

Mettez les pommes dans une casserole, avec la moitié d'un jus de citron, une cuillère à soupe d'eau et 3 cuillères à soupe de sucre en poudre.

Vous pouvez aussi sauter cette dernière étape et déposer les pommes coupées sur la pâte à gâteau.

Dans un bol verser 3 jaunes d'œufs, les battre puis y verser la crème liquide et les 5 cuillères de sucre, ainsi que le sachet de sucre vanillé et mélangez le tout.

Quand les pommes sont cuites disposez sur la pâte et versez le mélange de crème dessus. Si vous n'avez pas cuit les pommes versez juste le mélange de crème par-dessus les pommes.

Mettez au four 35 minutes, jusqu'à ce que la tarte soit dorée sur le dessus.

Bonne dégustation



## Flan au caramel (4 personnes)

### Ingrédients :

- 3dl de lait
- 50 gr de sucre en poudre
- 2 œufs
- 1 sachet de sucre vanillé
- 80 gr de sucre
- Quelques moules à brioches ou à ramequins individuels

### Préparation du caramel liquide :

Dans une casserole mettre le sucre et 4 à 5 cuillères à soupe d'eau.

Faire fondre le sucre à feu doux, incliner la casserole de temps en temps mais ne surtout pas mélanger.

Ajouter ½ jus de citron.

Quand le caramel commence à prendre une couleur ambrée, le retirer du feu. Remuer et remettre sur le feu si nécessaire pour bien délayer le caramel.

Verser le caramel au fond de votre moule ou de chacun de vos petits moules.

### Préparation du flan :

Étape 1 : Dans une casserole, faire bouillir le lait

Étape 2 : Battre les œufs avec le sucre et le sucre vanillé, puis verser le lait bouillant sur le mélange tout en remuant au fouet.

Versez le mélange dans les moules au-dessus du caramel.

Faire cuire au four au bain marie (Placez les moules dans un récipient plus grand que lui et remplissez le récipient d'eau). 130-150 degré environ 20 minutes.

Vérifier la cuisson en touchant le centre du flan à l'aide de votre doigt.

Laisser refroidir et retourner votre flan sur une assiette.

Bonne dégustation



## Brioche lapin pour pâques (8 pièces)

### Ingrédients :

- 20 gr levure fraîche ou 1 sachet de levure sèche
- 23 cl de lait
- 75 gr de sucre en poudre
- 450 gr de farine
- 1 jaune d'œuf
- 8 raisins secs
- 1 pincée de sel

Delayer la levure dans 2 cuillères à soupe d'eau tiède, laissez reposer 15 minutes.

Faire chauffer le lait et la margarine dans une casserole, Laisser-les tiédir.

Verser dans un saladier la farine, la levure, le lait tiède, le sucre et le sel.

Pétrir l'ensemble des ingrédients à la main en étirant la pâte pour lui incorporer de l'air.

Laisser-la reposer couvert d'un linge humide pendant 40 min.

Reprendre la pâte, et la pétrir à nouveau 5 min. Coupez la en 8 morceaux de part égal et faites une grosse boule. Sur chaque boule, prendre une boule de la taille d'une bille et une autre de la taille d'une noix. Faire des boules avec la plus petite partie cela fera la queue et avec l'autre morceau faire un petit boudin que vous aplatirez et vous couperez une extrémité avec un ciseau pour faire la tête et les oreilles.

Avec le dernier morceau de pâtes (le plus gros) Faire un long boudin que vous roulerez comme un escargot pour faire le corps du lapin.

Poser vos lapins sur une plaque de cuisson, Badigeonner-les de jaune d'œuf, placer un raisin sec sur la tête en dessous des oreilles pour faire un œil.

Laisser reposer 20 min sous un linge humide avant de les mettre au four 15 minutes a 180 degré.

Bon goûter



## Roses des sables

### Ingrédients :

- 1 tablette de chocolat noir ou au lait
- 100 gr de beurre
- 50 gr de sucre glace
- 100 gr de corn flakes

Faire fondre le chocolat et le beurre au bain marie et bien mélanger.

Retirer du feu et y ajouter le sucre glace. Laissez refroidir 10 min.

Ajouter les corn flakes au chocolat fondu, mélanger délicatement à l'aide d'une spatule.

À l'aide d'une cuillère former des petits tas. Disposer les petits tas sur une plaques de cuisson.

Réserver 1h au frigo avant de passer à la dégustation.

Régalez-vous





# Les gaufres

C\*mon  
etiquette!

**ÉTAPE 1** Battez les oeufs avec le sucre et le sel



**ÉTAPE 2** Faites un puits au centre d'un saladier avec la farine et la levure puis versez-y le mélange des oeufs battus délayez avec le lait et le beurre fondu



**ÉTAPE 3** Couvrez et laissez reposer 2h au frigo



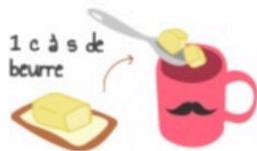
[www.c-mon-etiquette.fr](http://www.c-mon-etiquette.fr)



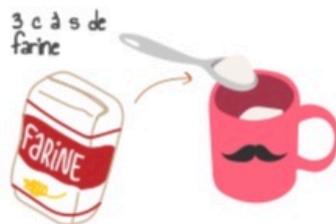
## Le mug-cake cookie

Comme  
etiquette!

- 1 Faites fondre le beurre au micro-ondes.  
Ajoutez le sucre et le jaune d'œuf. Puis, mélangez.



- 2 Ajoutez la farine, mélangez.



- 3 Ajoutez le chocolat coupé en morceaux  
et une gousse de vanille.



EN  
5 MIN

- 4 Mélangez le tout et mettez 1 minute au  
micro-ondes à la puissance maximale.

ATTENTION  
C'EST CHAUD!



Mmmmh!

