

Exercice sur les consignes

Les recettes de cuisine sont des consignes comme les autres. Elles te permettent de réussir de bons petits plats. Il est donc nécessaire de les respecter à la lettre si tu ne souhaites pas avoir une indigestion ou simplement être déçu...

En classe, tu m'as dit que tu n'avais pas l'habitude de lire ce genre de consignes. Je te propose donc une activité qui sort de l'ordinaire. Grâce à celle-ci, tu apprendras à te familiariser avec ces consignes particulières. Ainsi, si tu les rencontres lors d'une interrogation ou d'un examen, tu les comprendras mieux.

Voici plusieurs recettes simples à réaliser. Si tu souhaites te lancer dans la préparation de l'une d'elles, demande l'aide d'un adulte pour utiliser le four ou encore cuire les aliments. Tu peux aussi choisir une autre recette facile.

J'espère que tu prendras plaisir à cuisiner et que tu respecteras toutes les consignes ! La réussite de ton plat en dépend.

Cheese cake au verre

Préparation : 5 min

Cuisson : 0

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 200 g de fromage frais (ricotta ou mascarpone)
- 200 g de yaourt
- 1 citron
- 40 g de sucre
- fruits au choix (framboises, fraises, groseilles, abricots...)
- biscuits au choix (style « petit beurre », biscuits au citron, speculoos...)



Préparation :

Mélange le fromage frais et le yaourt, 40 g de sucre et un peu de jus de citron.

Dans de beaux verres, alterne une couche de cette crème, une couche de biscuits coupés en petits morceaux et une couche de fruits.

Cookies tout chocolat

Préparation : 10 min

Cuisson : 12 à 14 min

Ingrédients (pour 18 à 20 cookies) :

- 200 g de chocolat noir "dessert"
- 200 g de pépites de chocolat
- 60 g de beurre
- 120 g de sucre roux/cassonade
- 2 oeufs
- 1 cuillère à café de vanille liquide (ou "arôme vanille")
- 75 g de farine
- 1/4 de cuillère à café de levure chimique



Préparation :

Fais fondre le chocolat "dessert" au micro-ondes (avec un peu d'eau) ou au bain-marie.

Ajoute le beurre en dés et mélange bien à la cuillère en bois jusqu'à l'obtention d'un mélange lisse et homogène.

Mélange ensemble les oeufs et le sucre, puis ajoute le résultat au mélange précédent.

Dans un saladier, malaxe la farine et la levure, puis ajoute ceci à la pâte chocolatée en soulevant doucement et soigneusement le tout.

Ajoute les pépites de chocolat et mélange délicatement à la cuillère en bois.

Place la pâte 30 à 45 min au frigo, pour qu'elle raffermisse.

Préchauffe le four à 160°C.

Mets du papier sulfurisé sur une plaque à pâtisserie et dispose des petits tas de pâte (ne t'inquiète pas si la pâte est collante, c'est normal), de la valeur d'une cuillère à soupe.

Les gaufres du mercredi

Préparation : 20 min

Ingrédients pour une douzaine de gaufres :

- 80 g de beurre
- 75 g de sucre
- 1 sachet de sucre vanillé
- 3 oeufs
- 200 g de farine
- 1/2 sachet de levure chimique
- 1/4 de litre de lait

Préparation :

Faire fondre le beurre, puis le mélanger au sucre et au sucre vanillé.

Battre 2 oeufs entiers et un jaune d'oeuf à la fourchette.

Réserver le troisième blanc à part, pour le battre en neige.

Ajouter les oeufs battus au mélange précédent.

Joindre la farine tamisée avec la levure en poudre.

Verser UN PEU DE LAIT, en délayant PROGRESSIVEMENT pour ne pas faire de grumeaux (cuillère en bois).

Battre le blanc d'oeuf en neige, et incorporer DELICATEMENT à la pâte.

Graisser le gaufrier, puis les faire cuire pendant 2 à 3 min.



Vrai faux saucisson au chocolat

Préparation : 15 min

Cuisson : sans cuisson

Ingrédients (pour 8 personnes) :

- 180 g de chocolat noir
- 100 g de beurre
- 100 g de sucre glace
- 1 oeuf
- 8 chamallows / marshmallows (selon votre lieu de résidence!)
- 150 g de biscuits secs (style petit beurre)
- un peu de noix de coco râpée
- du papier alu

Préparation :

Faire fondre le chocolat et le beurre.

Le fouetter pour le rendre bien lisse.

Ajouter l'oeuf au chocolat + beurre pas trop chaud, puis le sucre glace.

Emietter les biscuits et découper les chamallows / marshmallows en petits cubes.

Mélanger le tout et verser cette préparation sur du papier alu comme un saucisson (environ 30 cm de long).

Replier le papier alu tout autour et lui donner la forme d'un saucisson.

Mettre au frigo pendant environ 6 h (le temps qu'il durcisse bien).

Enlever l'alu et passer le saucisson dans de la noix de coco râpée.

Découper sur une planche en bois comme pour un vrai saucisson.



Toutes ces recettes ont été trouvée sur le site www.marmikid.org

Crêpes faciles et délicieuses

Préparation : 15 min

Cuisson : 30 min

Ingrédients

- 500 gr de farine tamisée (1)
- 8 oeufs (5)
- 1 litre de lait (6)
- 2 pincées de sel (2)
- 4 sachets de sucre vanillé (4)
- 2 cuillères à soupe de sucre en poudre (3)



Recette

- Mélange tous les ingrédients selon l'ordre écrit entre parenthèses. Verse le lait petit à petit.
- Cuis les crêpes à la poêle avec un peu de beurre.

Déguste-les avec du caramel de beurre salé et du sucre fin. Miam !

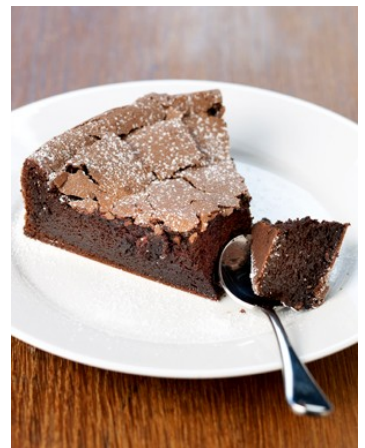
Moelleux au chocolat

Ingrédients

- 200 gr de chocolat noir
- 125 gr de beurre
- 4 oeufs
- 250 gr de sucre
- 125 gr de farine
- 1/2 sachet de levure

Recette

- Préchauffe le four à 180°C (th 6).
- Fais fondre le chocolat dans une casserole, avec un peu d'eau.
- Hors du feu, ajoute le beurre, la farine et la levure.
- Prépare une mousse avec le jaune d'œuf, le sucre et un peu d'eau; ajoute-la à la préparation chocolatée.
- Bats les blancs en neige et incorpore-les dans la casserole tout doucement.
- Verse le tout dans un moule beurré à bords hauts, et enfourne-le pendant environ 35 min.



Tu peux rajouter du sucre glace ou du chocolat fondu pour décorer le dessus du gâteau.

Les petits muffins de Lilou

Ingrédients

- 175 gr de farine
- 100 gr de sucre
- 1 œuf
- 10 cl de lait
- 50 gr de beurre
- 1/2 sachet de levure
- du Nutella (pas mauvais si tu n'en abuses pas...)



Recette

- Préchauffe le four à 200°.
- Bats l'oeuf avec le sucre. Ajoutes-y le beurre.
- Mélange la farine et la levure.
- Ajoute, par petites quantités, la farine et le lait à la préparation « oeuf+sucre+beurre ». Attention, tu dois alterner la farine et le lait !
- A toi de remplir les moules à muffins. Dépose dans chacun une cuillère de pâte puis ajoute une petite quantité de Nutella. Remets une couche de pâte afin de cacher ta pâte à tartiner. Ne remplis qu'au deux tiers.
- Enfourne le tout à 200° pendant environ 15 minutes.

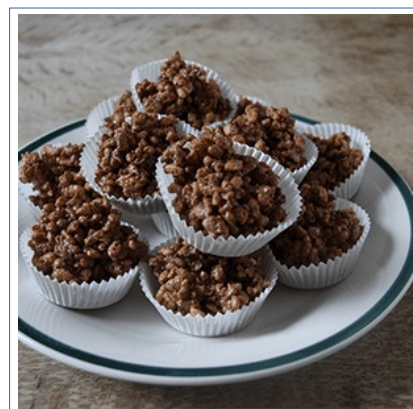
Biscuits croquants au chocolat

Ingrédients

- 375 gr de Rice Krispies
- 500 gr de pâte à tartiner Choco
- 300 gr de chocolat noir

Recette (facile!!!)

- Fais fondre le chocolat au bain marie. Ajoutes-y le choco. Quand les deux ingrédients sont bien mélangés, verse les Rice Krispies. Mélange bien le tout.
- Avant que ça refroidisse, remplis de mini-moules que tu placeras au frigo pendant au moins deux heures.



Cookies à la fleur d'oranger

Ingrédients

- 200 g de sucre semoule
- 200 g de beurre
- 2 à 3 cuillères à soupe de fleur d'oranger
- 1 sachet de levure chimique
- 2 sachets de sucre vanillé
- 2 œufs
- 300 g de farine

Recette

- Préchauffe le four à 180°.
- Fais ramollir le beurre puis mélange-le au sucre et à l'oeuf dans un récipient.
- Verse le sucre vanillé, la levure. Mélange bien le tout.
- Petit à petit, verse la farine tout en remuant afin que la pâte soit bien lisse et homogène.
- Ajoutes-y la fleur d'oranger.
- Sur une plaque de papier sulfurisé, forme de petites boules avec la pâte à cookies. Tu peux t'aider de deux cuillères, ce sera plus facile.
- Enfourne la plaque de cuisson pendant 10 minutes. Dès que les bords des cookies brunissent, retire-les du four.



Bon appétit !