



CAHIER DE RECETTES

ÉCOLE SAINT MARTIN

OCTOBRE 2018

GÂTEAU à la POMME de TERRE

Ingrédients pour 6 personnes

100 g de pommes de terre
40 g de beurre
1 œufs
50 g de sucre en poudre + 6 g
125 g de poudre d'amandes
40g de poudre d'amandes
2 gouttes d'amande amère
1/3 pincée de sel fin



Préchauffez le four à 160° C (th. 5).

Dans un saladier, préparer la purée de pommes de terre.

Ajoutez les jaunes d'œufs, 40 g de beurre coupés en petits morceaux , le sel, la poudre d'amandes, le sucre, les gouttes d'amande amère Mélangez l' ensemble pour obtenir une pâte onctueuse à laquelle vous ajouterez le blanc d'œuf fouetté en neige ferme.

Préparer les moules.

Versez la préparation dans les moules.

Saupoudrez le dessus du gâteau avec un peu de sucre restants.

Enfournez pour 15 minutes. Vérifiez la cuisson avec une lame de couteau qui doit ressortir sèche.

ROSES À BOIRE



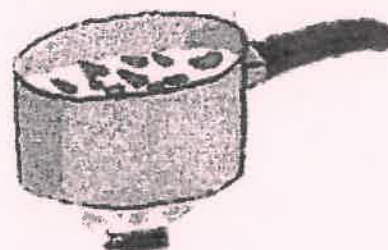
FIJES



- 2 grosses roses (ou 4 petites)
- 1/4 de litre de lait
- 1 cuillerée à café de miel

1 Détache les pétales.

2 Dans une casserole, verse le lait froid et ajoute les pétales de rose.



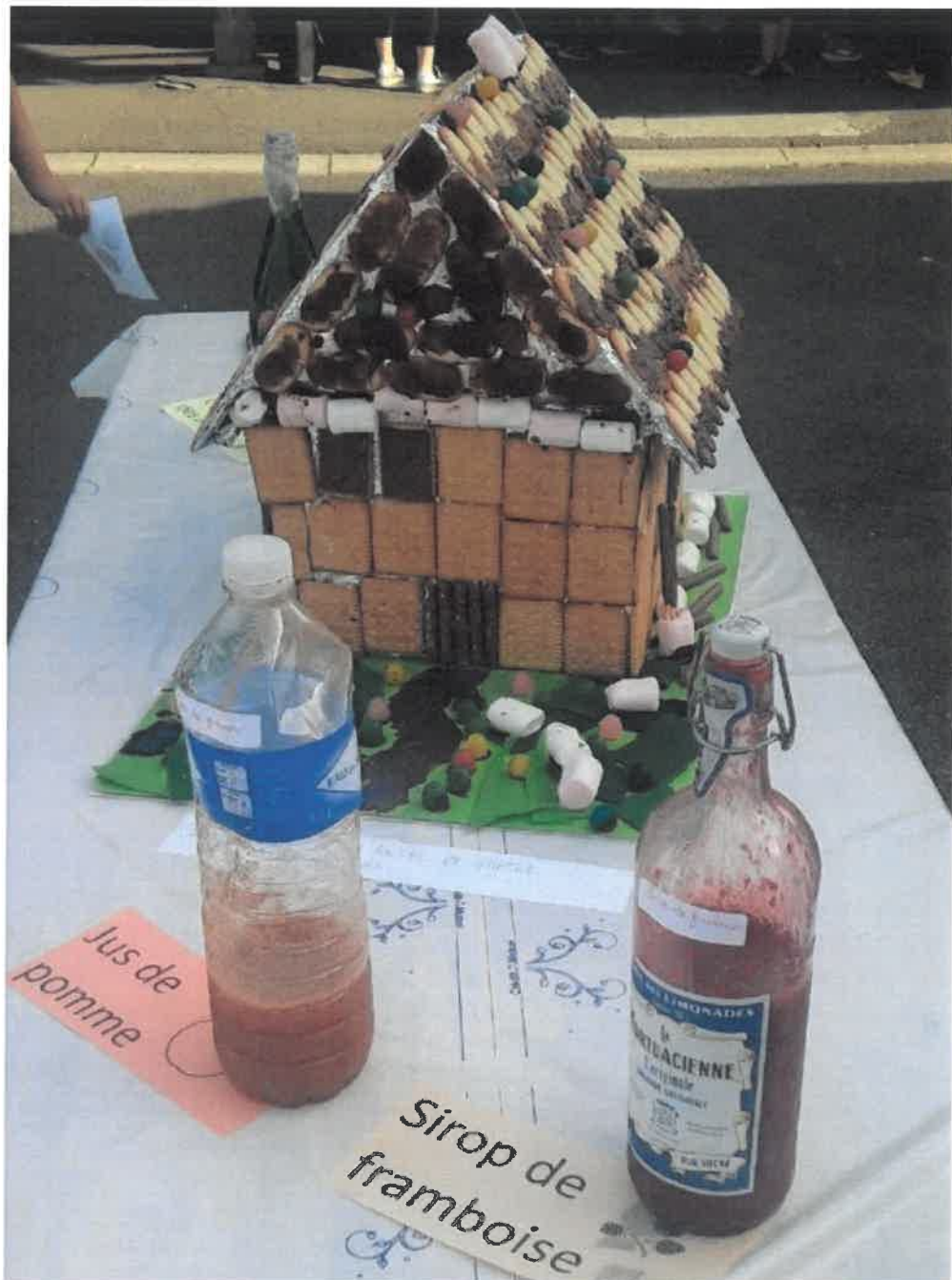
3 Mets à chauffer. Éteins dès que le lait commence à bouillir.

4 Laisse infuser 5 minutes.

5 Verse le lait-rose dans un bol en filtrant les pétales avec une passoire. Ajoute le miel.



LA MAISON DE HANSEL ET GRETEL CLASSE DE MS/GS



CITRONNADE DES ABEILLES



- une poignée de feuilles de mélisse fraîche
- 1 cuillerée de miel
- 1/2 litre d'eau
- 1 cuillerée de jus de citron

LA FEUILLE DE CITRONNELLE (QUE L'ON APPELLE AUSSI LA MÉLISSE) RESSEMBLE À CELLE DE L'ORTIE MAIS ELLE NE PIQUE PAS. UNE ODEUR DE CITRON S'EN DÉGAGE QUAND ON LA FROISSE ENTRE SES DOIGTS.

1 Dans une casserole, mets l'eau à bouillir. Dès que les premières bulles sautillent dans la casserole, éteins le feu.



2 Jette les feuilles dans la casserole sur laquelle tu poses un couvercle.



3 Attends 4 minutes et verse le liquide à travers une passoire dans un bol ou un bocal si tu veux garder la citronnade au frais.

4 Ajoute le miel et le citron, remue bien. Ta citronnade des abeilles est prête !

GÂTEAU à la BETTERAVE ROUGE



Tu as besoin de ...

- 200g de betteraves
- Jus + zeste d'1/2 citron
- 2 œufs
- 60g de beurre
- 1cc de levure chimique
- 100g de farine
- 100g de sucre de canne
- 1/2 cc de cannelle

Préchauffer votre four à 180°C.

- Mixer les betteraves avec le jus de citron et son zeste, les réduire purée.
- Blanchir les jaunes d'œufs avec le sucre, puis y mélanger la purée de betterave.
- Ajouter la farine, la levure et les épices. Bien mélanger. Intégrer le beurre fondu à la préparation.
- Monter les blancs en neige et les intégrer à la préparation.
- Verser dans des moules individuels.
- Enfourner 30 minutes à 180°C.

CARROT CAKE

Ingrédients pour 6 personnes

70 g de farine
1/2 cuillère à café de levure
1/2 sachet de sucre vanillé
1 cuillère à café de cannelle gingembre
1 œufs
85 g de sucre en poudre
80g de carottes râpées
50ml d'huile



Préparation

Préchauffez le four à 160° C (th. 5).

Dans un saladier, mélangez tous les ingrédients secs(farine, sucre, levure, épices).

Ajoutez l'huile puis mélanger.

Ajoutez les carottes puis mélanger.

Ajoutez l'œuf puis mélanger.

Versez la préparation dans les moules.

Enfournez pour 15 minutes environ. Vérifiez la cuisson avec une lame de couteau qui doit ressortir sèche.



LES BOISSONS



SIROP

DE FRAMBOISE

2 kg de framboises
2 kg de sucre
25 cl d'eau



① Rince les framboises à l'eau froide puis verse-les dans un grand saladier.

② Ajoute le sucre, et remue bien.



③ Laisse macérer 24 heures, pour que le sucre pénètre bien les fruits.

④ Le lendemain, écrase le mélange avec une fourchette, puis filtre à travers un chinois, ou un linge (demande l'aide d'un adulte).



⑤ Mets à cuire le jus de framboise sucré, en ajoutant un demi-verre d'eau.

⑥ Fais bouillir 15 minutes, en remuant.



⑦ Laisse refroidir un peu, puis mets en bouteille.

SOUPE DE POTIRON

Etape 1

Couper la chair du potiron en gros dés.



Etape 2

Ajouter les dés de courge dans la cocotte et recouvrir d'eau (juste au niveau de la courge, pas plus). Laisser bouillir environ 45 min à 1 h.

Etape 3

Ajouter la crème liquide, saler, poivrer et ajouter de la muscade selon votre goût. Mixer.

CONFITURE DE FRUITS ROUGES

1,5kg de fruits rouges assortis (fraises, framboises , cassis , mûres, groseilles)
1 kg de sucre gélifiant
1 citron



Mettre les fruits, le jus de citron et le sucre dans la bassine à confiture.

Porter à ébullition . A partir de ce moment, compter le temps de cuisson : 7 minutes .

Mettre en pots, les fermer , laisser refroidir.

Déguster

SOUPE FROIDE CONCOMBRE PETITS POIS

- 200 g de petits pois cuits.
- 1 concombre.
- 10 feuilles de menthe.
- 1 fromage blanc
- Sel, poivre.

Pelez le concombre et coupez-le en morceaux.

Mixez les petits pois, le concombre, la menthe, le fromage blanc.

Salez, poivrez, c'est prêt.

