



### Le brownie

Faire fondre les 125 g de chocolat avec le beurre tout en mélangeant.

Pendant ce temps, hacher grossièrement les noisettes et ou noix de pécan.

Dans un cul de poule, mélanger le chocolat et le beurre fondu avec le sucre quand le mélange chocolat beurre est bien lisse et brillant, compléter avec la farine et les œufs.

Ajouter les noisettes/pécan et mélanger.

### La pâte à cookies

Dans un cul de poule Dans un robot (ou dans un saladier avec un fouet.) Verser le beurre (mou) et mélanger avec le sucre roux à l'aide d'une spatule.

Lorsque le mélange est homogène ajouter la farine et la levure puis l'œuf. Mélanger et ajouter les pépites de chocolat.

Dans un plat carré beurré, verser la pâte à brownie puis répartir la pâte cookies sur le dessus. Mettre 20 min au four à 175°.

Attendre le complet refroidissement avant de le démouler.



Avec la participation de  
Selma, Chloé, Alban,  
Simon, Noah, Jonas,  
Ambre, Salomé,  
Maëlle, Victoire,  
Siana, Ugo.



Hôtel de Ville  
1 place Pierre de Brach  
33450 Montussan



05 56 72 41 00  
accueil@montussan.fr  
www.montussan.fr

LES RECETTES

de Pascale



## Carnet de recettes

Ateliers de cuisine

Session : septembre à octobre 2017

Temps d'Activité Périscolaire

Ecole élémentaire Pierre Barbaron



### Brookies

Ingédients :

Brownie :

75 g de farine

100 g de sucre

70 g de beurre (doux ou demi-sel)

125 g de chocolat noir

2 œufs

1 poignée de noisettes ou de noix de pecan

Pâte à cookies :

170 g de farine

1 cc rase de levure

100 g de sucre roux

120 g de beurre (doux ou demi-sel) mou (surtout pas fondu)

1 œuf

50 g de pépites de chocolat noir



## Cannelés chorizo poivron

### Ingrédients :

2 œufs / 100 g de lait / 130 g de farine / 2 g de levure chimique / 40 g de beurre / 140 g de chorizo (finement haché) / 40 g de poivron en bocal / 140 de fromage de brebis basque / Piment d'Espelette / Poivre. Préchauffer le four à 210°.

Egoutter le poivron et couper en petits dés. Dans un cul de poule, mélanger les œufs avec le lait. Incorporer la farine avec la levure. Incorporer le beurre fondu, le chorizo, puis le poivron. Râper le fromage à l'aide d'une râpe à gros trous. Ajouter le fromage râpé, le piment et le poivre à la préparation.

Garnissez les moules en veillant de ne pas trop les remplir. Faire cuire 25 minutes à 210°. A déguster tiède.

## Cannelés courgettes comté bacon

### Pour une vingtaine de cannelés (de taille normale) :

1 petite courgette / 100g de comté / 60g de beurre / 50cl de lait 1/2 écrémé / 100g de farine / 100 g tranche de bacon / 20 g de moutarde / 1 œuf + 1 jaune d'œuf / Sel, poivre / 4 g de levure chimique. Préchauffez le four à 210°C.

Dans une casserole porter à ébullition le lait et le beurre. Battre l'œuf et le jaune d'œuf. Incorporer progressivement la farine, puis verser le mélange lait-beurre progressivement. Laver et râper la courgette puis ajouter à l'appareil (pâte). Couper le bacon en petit dés et ajouter à l'appareil.

Ajouter la moutarde. Râper le comté et ajouter à l'appareil. Saler et poivrer le tout. Répartir la pâte dans les moules (pas à ras bord car ça gonfle à la cuisson). Enfourner pour 40 minutes au moins les cannelés doivent être bien dorés. Laisser tiédir un peu avant de démouler puis déguster tiède ou froid (tiède c'est meilleur !).

### Ingrédients :

2 carottes blanches  
2 carottes oranges  
2 carottes jaunes  
2 carottes rouges  
1 cm de gingembre frais râpé  
1 C. à soupe de vinaigre de kalamansi  
1 C. à soupe de vinaigre au piment d'Espelette  
1 C. à soupe de jus de citron  
6 cuillères à soupe d'huile de colza  
Une vingtaine de feuille de coriandre ciselée  
½ c à café de cumin en grain  
½ gousse d'ail ciselée  
Sel, poivre



## Salade carottes multicolores

Lavez et peler les carottes. Puis à l'aide d'un économe faire des lamelles (façon tagliatelle) avec toutes les carottes. Préparez la vinaigrette avec l'huile de colza, le vinaigre de kalamansi, le vinaigre au piment d'Espelette, le jus de citron, le gingembre râpé, du sel et du poivre.

Assaisonner les lamelles de carottes avec la vinaigrette, ajouter la coriandre ciselée, et les graines de cumin, l'ail ciselé et mélanger la salade.

Réserver une petite demi-heure avant de déguster.



## Barre de céréales

### Ingrédients :

- 170 g de flocons d'avoine  
- 100 g de fruit sec (cranberries, dattes, figues, raisins secs, abricots... coupés en morceaux)  
- 1 c à soupe de coco râpée  
- 100 g de fruits secs amandes, noisettes ou pistaches hachés grossièrement  
- 150 g de sirop d'agave (vous pouvez mélanger miel et agave)  
- 50 g d'huile neutre (colza...)  
- 1 c. à soupe de sucre cassonade  
Vous pouvez rajouter quelques graines de courge et ou de sésame, des pépites de chocolat...  
100 g de chocolat à pâtisser.

Préchauffer votre four à 170°

Dans un bol, mélanger tous les ingrédients secs puis ajouter les fruits secs et les fruits à coques. Ajouter le mélange liquide, et mélanger bien avec une spatule. Mettre la préparation soit dans des moules à financier, à muffin ou encore faire des formes avec un emporte-pièce et surtout il faut bien tasser.

Passer au four entre 10 et 20 minutes, selon votre préférence bien dorées ou pas !

Laisser refroidir.

Faire fondre le chocolat et tremper le dessous de la barre dans le chocolat. Déposer sur une grille et laisser figer le chocolat.



### Ingrédients pour 4 personnes :

2 poires coupées en morceaux  
125 g de framboises  
2 c à s de fécule de maïs  
120 ml de sirop d'érable  
1 c à s de jus de citron  
2 c à c d'extrait de vanille  
100 g de pistaches  
50 g de noix de pécan  
50 g de flocons d'avoine  
60 ml d'huile d'olive  
préparation  
Préparation : 15 min  
Cuisson : 60 min



## Crumble

poire et framboise

Préchauffer le four à 160°C.  
Mélanger les poires avec les framboises, la fécule, la moitié du sirop d'érable, le jus de citron, et l'extrait de vanille.

Mixer les pistaches et les noix de pécan. Transférer dans un saladier et ajouter les flocons d'avoine, le reste de sirop d'érable et l'huile. Mélanger. Ajouter sur les fruits. Faire cuire 1h.