

# Astuces pour un linge blanc éclatant

Généralement, il suffit de tremper les vêtements dans une solution préparée avec de l'eau et du vinaigre pour obtenir les résultats souhaités. Voici les doses recommandées et la procédure, et d'autres remèdes efficaces pour rendre plus blanc votre linge.

## 1. Le vinaigre

Le vinaigre, un ingrédient naturel efficace pour enlever les taches des vêtements et les rendre très blancs. Idéal pour des résultats étonnants, vous pouvez l'utiliser à la place de l'eau de Javel et vous aurez des vêtements blancs comme vous n'en avez jamais eu auparavant. **Voici ce que vous devez faire :**

- Mettre 150 ml de vinaigre blanc dans 1 litre d'eau
- Laisser tremper les vêtements pendant environ 1 heure
- Si vous avez des taches jaunes, ajoutez également du savon à vaisselle bio
- Une fois le temps écoulé, lavez les vêtements avec beaucoup d'eau

Vos vêtements brilleront à nouveau et seront très blancs et propres . Les résultats obtenus sont encore meilleurs qu'avec l'eau de Javel.

## 2. le lait

Un remède utilisé dans les temps anciens par les grands-mères. Le linge devient non seulement blanc, mais aussi très doux et toutes les traînées jaunes disparaîtront également. Voici

comment :

- Remplir une bassine de lait froid
- Mettez les vêtements et laissez-les tremper pendant environ 30 minutes
- Mettez votre linge dans la machine à laver et lancez le lavage

### **Les conseils de Nina:**

En cas de taches tenaces , qui ne partent pas facilement, prenez un chiffon et imbiblez-le de jus de citron, puis passez-le sur les zones concernées. Si au contraire ce sont des taches de vin , utilisez de l'eau pétillante pour les traiter. Avant de mettre le linge dans la machine à laver, frottez soigneusement la zone à traiter et vous verrez que la tache disparaîtra et que le blanc brillera à nouveau.

---

# **POMMES DE TERRE CARBONARA**

**Préparation:** 20 minutes

**Cuisson:** environ 45 minutes

**4 personnes**

## **Ingrédients :**

Fromage râpé

20 cl de crème de cuisson

3 tranches de bacon

2 champignons

1 petit oignon

1 kg de pommes de terre

Poivre

Sel

Huile d'olive

## Préparation:

1. Préchauffer le four à 200 degrés.
2. Peler les tubercules, les rincer et les découper en quartiers.
3. Les laver plusieurs fois pour éliminer leur amidon
4. Ensuite, les sécher avec des serviettes en papier.
5. Les étaler dans un plat à four large.
6. Les arroser d'un filet d'huile.
7. Les faire cuire au four.
8. Peler l'oignon et le couper en dés.
9. Nettoyer les champignons et les trancher.
10. Détailler le bacon en petits morceaux.
11. Le faire dorer dans une poêle sans ajouter de matière grasse.
12. Jeter l'huile recueillie dans la poêle et la nettoyer.
13. Y verser un filet d'huile.
14. Ajouter l'oignon et le faire revenir.
15. Incorporer les champignons et les faire sauter quelques instants.
16. Ajouter le bacon, la crème, du sel et du poivre.
17. Laisser la sauce réduire, puis la verser sur les tubercules.
18. Saupoudrer de fromage râpé.
19. Faire gratiner au four.
20. Servir les pommes de terre à la carbonara.

---

## TIRAMISU AUX FRAISES

**Préparation:** 15 minutes

**Cuisson:** 5 minutes

**6 personnes**

## **Ingrédients :**

6 biscuits

5 ml d'extrait de vanille

20 g de lait concentré sucré

200 g de mascarpone

20 cl de crème fraîche liquide

1 cl de jus de citron

50 g de sucre

100 g de fraises

Sucre glace

## **Préparation :**

1. Mettre les biscuits dans un plat en verre.
2. Laver et équeuter les fraises.
3. Les faire cuire avec 20 g de sucre et le jus de citron.
4. Monter la crème en chantilly avec le sucre restant.
5. Ajouter le lait condensé et la vanille.
6. Incorporer le mascarpone.
7. Égoutter les fraises (réserver le sirop) et les ajouter à la crème.
8. Verser le sirop sur les biscuits.
9. Ajouter la crème et l'égaliser.
10. Décorer avec des fraises et du sucre glace.
11. Servir le tiramisu aux fraises.

---

# SAUTÉ D'AGNEAU

## Liste des Ingrédients

- 800g d'agneau
- 1 filet d'huile
- 3 oignons
- 2 gousses d'ail
- 2 cuillères à soupe de vinaigre de vin
- 1 poireau
- 1 cuillère à café de curry
- 1 pincée de piment
- 2 feuilles de laurier
- 1 boîte de tomates pelées (400g)
- 1 cuillère à soupe rase de sucre
- Du sel
- Du poivre.

## Préparation

Coupez l'agneau en gros cubes.

Epluchez et émincez les oignons et l'ail.

Lavez le poireau et détaillez-le en rondelles.

Dans une sauteuse, faites dorer l'agneau dans l'huile, réservez.

Dans le même récipient (jetez le gras), ajoutez un filet d'huile, cuire doucement 1 minute les oignons émincés sans prendre couleur, ajoutez le poireau, l'ail, le curry, le piment, le vinaigre.

Grattez le fond de poêle en remuant. Ajoutez l'agneau, le laurier, le sel, les tomates, donnez leur quelques coups de couteau pour les réduire en morceaux, avec le jus et le sucre. Mélangez bien, couvrez, cuisson 1h15.

Enlevez le couvercle, ôtez le laurier et amenez à petite ébullition pour faire légèrement réduire la sauce.

---

## **FAR BRETON**

### **INGRÉDIENTS**

- 200 g de pruneaux dénoyautés
- 50 g de raisins secs
- 200 ml de rhum (ou jus d'orange)
- 250 g de farine
- 1 pincée de sel
- 4 oeufs
- 1 l de lait
- 190 g de sucre

### **PRÉPARATION**

Laisser tremper les pruneaux et les raisins secs dans le rhum (ou le jus d'orange) pendant au moins 1 heure au frais.

Préchauffer le four à 210°C.

Mélanger la farine et le sel. Ajouter les oeufs un par un en remuant entre chaque ajout.

Verser le lait doucement en mélangeant bien puis ajouter le sucre. La pâte doit être bien lisse et homogène.

Verser la pâte dans un moule à gratin bien beurré et ajouter

les raisins secs et les pruneaux égouttés.

Enfourner puis baisser la température à 180°C au bout de 5 minutes. Laisser cuire 25 minutes environ, jusqu'à ce que le dessus du far soit bien doré.

Laisser complètement refroidir avant de découper et servir !

---

## FLAN DE COCO AU LAIT SUCRÉ

Pour 12 ramequins ou un moule à manqué

### INGRÉDIENTS :

400 g de lait concentré sucré

200 ml de lait de coco

4 œufs

1 càc d'arôme naturel de vanille

80 g de noix de coco râpée

80 g de sucre en poudre

### Préparation :

1. Préchauffez le four à 180°C.
2. Tout d'abord il vous faut réaliser le caramel:
3. Faites fondre du sucre dans une casserole jusqu'à l'obtention d'un caramel liquide. Versez ensuite le caramel dans les ramequins en prenant soin de bien répartir le caramel sur toute la surface. Réservez
4. Puis, réalisez l'appareil à flan en mélangeant le lait concentré, le lait de coco, les œufs et la noix de coco râpée (optionnel). Versez dans les ramequins ou le moule à gâteau.

5. Préparez un bain marie en versant de l'eau chaude dans un grand plat ou dans la lèche frite du four. Disposez les ramequins.
  6. Faites cuire 40-50 minutes environ. Laissez refroidir avant de démouler.
  7. Enfin, pour la touche déco, saupoudrez un peu de noix de coco râpé avant la dégustation !
- 

# GÂTEAU AU YAOURT ET A L'ORANGE

**Préparation:** 15 minutes

**Cuisson:** environ 35 minutes

**Portions:** 6

## Ingrédients :

6 cl d'huile

10 g de sucre vanillé

20 cl de jus d'orange

150 g de yaourt nature

50 g de stévia

220 g de farine

1 pincée de sel

1 œuf

Amendes effilées

## Préparation :

1. Préchauffer le four à 180 degrés.
2. Fouetter l'œuf avec le sel, la stévia et le sucre vanillé.



3. Verser l'huile et le yaourt, en continuant à fouetter.
  4. Ajouter le jus d'orange.
  5. Tamiser la farine et l'incorporer en deux fois au mélange.
  6. Bien mélanger.
  7. Beurrer le fond et les bords d'un moule et parsemer d'amandes effilées.
  8. Enfourner le gâteau au yaourt et à l'orange pour environ 35 minutes.
- 

## BISCUIT AU COCO

**Préparation:** 15 minutes

**Cuisson:** environ 15 minutes

**Portions:** 20 (60 Kcal par pièce)

## Ingrédients

2 œufs

60 g de stévia

160 g de noix de coco râpée

1. Préchauffer le four à 160 degrés.
2. Fouetter les œufs avec la stévia.
3. Ajouter la noix de coco râpée en 3 fois, en remuant avec une spatule.
4. Le mélange doit être mou et granuleux
5. Tapisser une plaque de papier sulfurisé.
6. Prélever un peu de pâte et lui donner une forme ronde avec les mains.
7. Passer une fourchette dessus.
8. Procéder ainsi avec tout le mélange.
9. Enfourner les biscuits au coco à 3 ingrédients pour

environ un quart d'heure.

---

# TARTIFLETTE AU REBLOCHON

- Préparation : 10 minutes.
- Cuisson : 45 minutes.
- Repos : 10 minutes.

## Ingrédients :

- 1 kg de pommes de terre à chair ferme
- 200 g de lardons fumés
- 1 oignon
- 30 cl de crème fraîche épaisse
- 1 reblochon
- Sel et poivre

## Préparation :

1. Préchauffer le four à **200° C**.
2. Laver les pommes de terre et les cuire à la vapeur pendant 20 minutes.
3. Pendant ce temps, faire revenir les lardons et l'oignon dans une poêle.
4. Dans un grand plat à gratin, disposer les pommes de terre en couche et parsemer avec les lardons et l'oignon.
5. Recouvrir avec le reblochon.
6. Verser la crème fraîche sur le mélange et assaisonner de

- sel et de poivre.
  - 7. Mettre au four et laisser cuire pendant 25 minutes.
  - 8. Laisser reposer 10 minutes avant de servir.
- 

# CAKE MARBRÉ AU CHOCOLAT NOIR

- Préparation : 30 minutes
- Cuisson : 30 minutes
- Repos : 2 heures

## Ingrédients :

- 6 Œufs
- 125 g farine
- 125 g beurre
- 125 g sucre
- 1 sachet de sucre vanillé
- 125 g chocolat noir
- 1 sachet de levure chimique

## Préparation :

1. Préchauffer le four à **180° C**.
2. Séparer les blancs des jaunes d'œufs.
3. Fouetter les jaunes avec le sucre jusqu'à ce qu'ils deviennent mousseux.
4. Incorporer le beurre fondu et mélanger.
5. Ajouter la farine, la levure et le sucre vanillé et bien mélanger.
6. Fouetter les blancs d'œufs en neige et les incorporer délicatement à la pâte.
7. Faire fondre le chocolat au bain-marie.

8. Diviser la pâte en deux et ajouter le chocolat fondu dans une moitié.
9. Verser les deux pâtes dans un moule à gâteau en alternant des couches de pâte blanche et de pâte au chocolat.
10. Enfourner pour **30 minutes**.
11. Laisser reposer le gâteau pendant **2 heures** avant de le déguster.