

# GLACE AU NUTELLA

## Ingrédients:

3 jaunes d'œuf

60 grs de sucre

1 pincée de sel

350 ml de lait entier

200 ml de crème fraîche épaisse

3 grosses cs de Nutella

1. Battez les jaunes d'œufs avec les sucres et le sel.

2. Ajoutez le Nutella petit à petit.

3. Ajoutez la crème puis le lait en fin filet.

4. Versez le mélange obtenu dans la sorbetière.

Quand le programme est terminé servez aussitôt ou mettez la glace dans un récipient au congélateur.

---

# GLACE AUX FRAISES SANS SORBETIÈRE

Préparation: 20 minutes

Portions: 4

## Ingrédients:

100 g de fraises

150 g de lait concentré sucré

½ l de crème fouettée

## Préparation:

1. Monter la crème en chantilly dans un bol avec le batteur.
  2. Ajouter le lait condensé et battre à nouveau.
  3. Laver les fraises, les équeuter et les couper en morceaux.
  4. Les incorporer au mélange préparé, en remuant délicatement de bas en haut.
  5. Répartir la préparation dans des récipients adaptés à la congélation.
  6. Filmer (sans laisser l'air passer) et laisser reposer plusieurs heures au congélateur.
  7. La glace aux fraises sans sorbetière est prête.
- 

# ILES FLOTTANTES A L'ABRICOT

## 547 calories

**Préparation: 15 minutes**

**Cuisson: 20 minutes**

200 g d'abricots

110 g de sucre

1/2 l de lait

1 gousse de vanille

3 blancs d'œufs

1. Ébouillantez les abricots pour en retirer la peau. Fendez-les en deux, enlevez les noyaux, cassez-les et retirez-en les amandes.

2. Versez le sucre en ajoutant 1/4 l d'eau et les amandes dans une casserole et faites cuire 10 minutes à découvert avant d'ajouter les fruits. Faites pocher les abricots 5 minutes, puis réduisez-les en purée et mettez à refroidir.

3. Montez les blancs d'œufs en neige avec le sucre et à l'aide d'une poche à douille, formez de petits tas sur un papier sulfurisé.

4. Fendez la gousse de vanille en deux et mettez-la dans le lait; portez à ébullition. Faites y pocher 5 minutes les œufs en neige, sortez-les à l'aide d'une écumoire et faites-les égoutter.

5. Dressez les blancs d'œufs sur la purée d'abricots et décorez avec un peu de coulis de fraises ou de framboises.

**JE VEUX SAVOIR:** riche en beta-carotène, potassium peu calorique

---

## **LAIT CAILLE ou YAOURT MAISON**

**Préparation: 5 mn**

1 litre de lait entier

1 pot de yaourt nature entier (onctueux de préférence)

2 cs de lait entier en poudre (facultatif)

Parfum : 1/2cc de poudre muscade, où 1 sachet de sucre

vanille

200 g Sucre en poudre (facultatif)

1/2 jus de citron

1. Mélangez avec un fouet le yaourt et le lait en poudre . Si vous n'ajoutez pas de lait en poudre, fouettez le yaourt uniquement.
2. Faites chauffer le lait à 100 degré dans une casserole où marmite. Éteindre juste avant la 1ere ébullition et laisser refroidir jusqu'à 40 degré. Si vous n'avez pas de thermomètre de cuisson, vérifiez la température sur votre paume comme le biberon la température doit être légèrement au dessus de celle de l'eau du bain.
3. Retirez le lait et ajoutez un peu de lait tiède au mélange yaourt et lait en poudre. Mélangez le tout au fouet, couvrez
4. Mettre un linge épais par dessus et où mettre la marmite dans un four éteint. Dans tous les cas le lait doit être gardé au chaud pour être fermenté pendant 12h. Vous pouvez le faire le soir pour le lendemain.
5. Après 12h, mélangez le lait au fouet. Ajoutez 1/2 jus de citron Ajoutez ensuite le sucre et la muscade en poudre où le sucre vanillé.

Renversez le lait dans une bouteille où dans des pots de yaourtière

6. Réservez au frais plusieurs heures.

**LES CONSEILS DE NINA:** Pour une grande famille vous pouvez faire 2 ou 3 litres de lait et ajustez les doses de yaourt et de lait en poudre à chaque fois.

**Lait et confiture:** Vous pouvez mettre de la confiture au choix dans un verre et servir le lait par dessus.

**Lait et couscous** : trempez du couscous dans de l'eau à mesure égale. (1dose de couscous 1dose d'eau) Ajoutez selon la quantité 1 à 2 sachets de sucre vanillé laissez gonfler. Faire cuire 2 à 3 mn au micro onde.

Mettre par petites quantités dans le lait. Attention le couscous gonfle dans le lait ne pas trop en mettre. Considérez 166 g environ de couscous pour 1 l de lait. Vous pouvez tout de même mettre à votre convenance

. Vous pouvez y ajouter du raisin sec c'est excellent.

---

# LE RUSTIQUE AUX POMMES CAMELISEES

**Préparation : 15 min**

**cuisson : 25 min**

**4 personnes:**

- 3 pommes
- 150 g de sucre

1. Épluchez et coupez les pommes en tranches. Beurrez un moule allant au four.
2. Préparez un caramel : Dans une casserole, verser le sucre et 5 cl d'eau.
3. Lorsque le caramel est doré, le versez immédiatement dans le moule. Ajoutez les pommes sur le caramel en les disposant comme pour une tarte.
4. Versez la base dessus. Enfournerez 25 minutes environ. Laissez refroidir.
5. Plongez le fond du moule dans un récipient d'eau chaude

pour décoller le caramel. Retournez sur une assiette, le gâteau se démoulera facilement.

---

# MADELEINE ESPAGNOL AU CITRON

## Ingrédients

4 Œufs

200 g de Sucre brut de canne

250 g de Farine de blé

2 c à c de Levure chimique

200 g d'huile

4 c à s de zeste et de jus d'un citron

un peu de sucre en poudre pour le dessus.

## Préparation :

1. Préchauffer le four à 250°C.
2. Casser les œufs dans un récipient et rajouter les 200 g de sucre.
3. Fouetter les œufs avec le sucre durant 5 à 6 minutes à puissance maximale.
4. Rajoutez la farine et 2 cuillères à café de levure chimique.
5. Rincez le citron, puis râpez- le pour avoir son zeste.
6. Ajoutez ensuite l'huile, puis le jus de citron et le zeste.
7. Faire tourner le robot à la puissance minimale et rajouter tout doucement la farine mélangée à la levure chimique.
8. Mettre des caissettes en papier dans des moules à muffin.

9. Les remplir avec une cuillère à soupe ou une poche à douille.
  10. Aller à ras-bord des caissettes pour des madeleines énormes.
  11. Parsemer le dessus de sucre.
  12. Cuire 5 minutes à 250°C, puis 5 minutes à 220°C.
  13. Cuire enfin 5 minutes à 180°C.
  14. Laisser tiédir les madeleines espagnoles au citron et les servir
- 

# MADELEINES ESPAGNOLES

## Ingrédients

4 Œufs

200 g de Sucre de canne

250 g de Farine de blé

2 c à c de Levure chimique

200 g d'huile

4 c à s de jus d'un citron et son zeste

sucre en poudre pour le dessus.

## Préparation :

1. Préchauffez le four à 250°C.
2. Casser les œufs dans un récipient et rajouter les 200 g de sucre.
3. Fouetter les œufs avec le sucre durant 5 à 6 minutes à puissance maximale.
4. Mélanger la farine et la levure chimique.

5. Joindre ensuite l'huile, puis le jus de citron et le zeste.
6. Faire tourner le robot à la puissance minimale et rajouter tout doucement la farine mélangée à la levure chimique.
7. Mettre des caissettes en papier dans des moules à muffin.
8. Les remplir avec une cuillère à soupe ou même une poche à douille.
9. Aller à ras-bord des caissettes pour des madeleines énormes.
10. Parsemer le dessus de sucre.

## **Pour la cuisson**

Cuire 5 minutes à 250°C, puis 5 minutes à 220°C.

Enfin Cuire enfin 5 minutes à 180°C.

Laisser tiédir les madeleines espagnoles au citron avant de servir.

---

# **MASCARPONE A LA NOIX DE COCO ET MANGUE**

**Préparation: 30 mn**

**Cuisson: 15 mn**

**Marinade: 2 h**

**6 personnes:**



## **Cuisson de la mangue:**

770 g de mangues  
45 g de sucre semoule

## **Pour les verres:**

40 g biscuits à la cuillère  
20 g de fruits confits

## **Pour la crème de coco au caramel:**

50 g sucre semoule  
50 g de noix de coco râpée  
135 g d'eau  
40 g d'Amaretto

## **Pour les blancs d'œufs:**

60 g de blancs d'œufs  
0,5 g de sel (1 pincée)

## **Pour les jaunes d'œufs:**

40 g de jaunes d'œufs frais  
40 g de sucre en poudre  
250 g de mascarpone

1. Séparez les blancs des jaunes des 2 œufs, épluchez les mangues, coupez en petits dés.

2. Réservez dans une assiette creuse.

3. Dans une poêle, placez les dés de mangues, saupoudrez de sucre et faire caramélisez. Réserver au réfrigérateur.

4. Dans une petite casserole, mettez le sucre, ajoutez la noix de coco, l'eau, mélangez, portez à ébullition pendant 5

minutes, puis stoppez la cuisson.

5. Dans la casserole, ajoutez l'Amaretto, réservez sur le plan de travail.

6. Dans le bol du robot mélangeur, ajoutez les jaunes d'œuf, le sucre. Mélangez.

8. Dans le bol du mélangeur ajoutez le mascarpone. Mélangez

9. Montez les blancs en neige ferme ajoutez une pincée de sel.

10. Placez les blancs en neige avec le mascarpone.

11. Mélangez sans écraser avec un mouvement de rotation.

12. Trempez un morceau de biscuit à la cuillère dans le sirop de noix de coco et placez au fond de la coupe.

13. Placez une cs de crème au mascarpone, puis couvrez avec la mangue.

14. Mettez une couche de crème au mascarpone.

15. Continuez avec des petits morceaux de biscuits trempés dans le sirop, de la mangue, de la crème au mascarpone.

16. Décorez avec des fruits confits. Placez au réfrigérateur pendant 2 heures avant de servir.

---

## **MINI CAKE A LA NOIX DE COCO**

**6 mini-cakes**

**Préparation: 45 minutes**

120 g de noix de coco râpée

70 g de sucre en poudre

50 g de confiture d'abricots

1 œuf 30 cm

- 1 Dans un cul de poule, verser la noix de coco rapée.
- 2 Ajouter le sucre en poudre, l'œuf entier et la confiture d'abricots.
- 3 Mélanger avec une spatule en bois.
- 4 Disposer sur une plaque à pâtisserie, les nonnettes rectangles en inox. Les graisser légèrement.
- 5 Remplir chacune des nonnettes de pâte. Enfournier à four chaud, 180°C pendant 20 minutes environ.
- 6 Une fois bien dorés, les retirer du four. Démouler délicatement tant qu'ils sont encore chaud. Pour cela, passer la lame d'un couteau sur les 4 côtés de la nonnette pour faciliter le démoulage. Servir en garniture d'un café gourmand avec d'autres gourmandises de votre choix

---

## **MOELLEUX AU CACAO EN POUDRE**

**8 PERSONNES :**

100g de farine

120g de sucre

1 sachet de levure chimique

1 pincée de sel

120g de cacao en poudre (type Nesquik)

4 oeuf

30g de beurre

10cl de lait

## **PRÉPARATION**

1. Faire fondre le beurre. Séparer les blancs des jaunes d'oeufs.
2. Dans un saladier, verser la farine, le sucre, la levure, le sel et le cacao. Bien mélanger.
3. Ajouter les jaunes d'oeufs et le beurre fondu.
4. Pour obtenir un mélange bien homogène, rajouter du lait. Réserver.
5. Battre les blancs en neige (au batteur mais cela se fait très bien aussi au fouet) et les incorporer délicatement dans la préparation chocolatée en faisant attention à ne pas casser les blancs.
6. Verser dans un moule chemisé (ou beurré/fariné) et enfourné à 180°C pendant 30min.

Très moelleux et le même goût qu'un gâteau au chocolat classique!

LES CONSEILS DE NINA: attendez vous à un moelleux au chocolat, pas un fondant ni un coulant ☐