

# MOUSSE AU CHOCOLAT BLANC

**Préparation: 30 minutes**

**Refroidissement: 1h**

**330 g de chocolat blanc**

**500 g de crème fleurette très froide**

**30 g de sucre câble jaune d' œuf**

1. Fouetter la crème à l'aide d'un batteur électrique jusqu'à ce qu'elle soit ferme et légère.
  2. Mélanger le sucre et 1,5 cuillère à soupe d'eau dans une casserole et faites fondre sur feu doux en remuant très fréquemment le sucre ne dois surtout pas prendre de couleur.
  3. Dès l'ébullition retirer le feu le sirop du feu.
  4. Fouetter le jaune d' œuf à l'aide d'un batteur à main jusqu'à ce qu'il soit léger et onctueux.
  5. Ajoutez petit à petit le sirop chaud sans cesser de battre.
  6. Fouetter jusqu'à ce que le mélange soit léger et tiède.
  7. faites fondre le chocolat blanc au four à micro-ondes à l'euromillion régulièrement afin qu'ils soient onctueux et homogène.
  8. Incorporer toujours avec le batteur à main, le chocolat blanc chaud dans le mélange aux œufs battus.
  9. lorsque le mélange est homogène incorporé la crème fouettée à l'aide d'une spatule.
  10. Verser la mousse dans un plat de service ouvrez de film étirable et les se rafraîchir au moins une heure au réfrigérateur.
-

# MOUSSE AUX FRAISES

**préparation:** 10mn.

**cuisson:** 10 mn.

**Réfrigération:** 4h

**Pour 4 personnes:**

2 blancs d'oeufs

100 g de sucre semoule

2 feuilles de gélatine

500 g de fraises

20 cl. de crème fraîche fouettée

1 pincée de sel

1. Lavez les fraises équeutez-les; placez-les dans le bol d'un robot électrique et actionnez l'appareil; formez un coulis et passez-le au travers d'un Chinois en pressant bien pour récupérer tout le suc.

2. Mettez la gélatine à ramollir dans un bol rempli d'eau tiède.

3. Faites cuire le sucre dans une casserole avec 10 cl d'eau et formez un sirop.

4. Dans un saladier, montez les blancs d'oeuf et le sel en neige un peu épaisse, incorporez-y le sirop en fouettant jusqu'à complet refroidissement. Essorez les feuilles de gélatine entre vos doigts et mettez-la dans la préparation; ajoutez la purée de fraises, mélangez délicatement avec une spatule en bois et soulevez la masse pour ne pas la casser; ajouter la crème fouettée.

5. Versez la mousse dans des verres à pied et mettez-les 4h au réfrigérateur pour qu'elles prennent parfaitement.

### les conseils de Nina:

vous pouvez préparer cette mousse avec tous les fruit de votre choix notamment des framboises, des fraises des bois.

---

# MOUSSE DE POMME AU COULIS DE FRAISES

Préparation : 25 mn

Cuisson : 15 mn

Réfrigération : 6 h

4 personnes :

1 bte d'ananas en tranches

1pomme granny Smith

250 g de fraises

8 biscuits à la cuillère

6 feuilles de gélatine

2 cs de Kirsch

1 cs de jus de citron

15 cl dcrème liquide

2 cs de sucre en poudre

2 cs de sucre glace

1. Mettre la gelg elatine à tremper dans un bol d'eau froide.
2. Épluchez la pomme, coupez-la en lamelles et faites-la cuire quelques minutes dans une casserole couverte.
3. Coupez 7 tranches d'ananas en morceaux, ajoutez-le à la pomme ainsi que le jus de la boîte. Faites chauffer, puis passez le tout qu mixeur.
4. Égouttez la gélatine avec les doigts, ajoutez La à la purée chaude mixer à nouveau laissez refroidir mettez 15 cl de crème liquide 15 mn au congélateur puis ajoutez à la purée de fruit bien refroidie.
5. Faites fondre 2 cs de sucre avec 2 cs d'eau tiède. Ajoutez 2 cs de. Kirsh.
6. Coupez les biscuits à la cuillère en 2.
7. Trempez-les dans le sirop et posez-les dans un cercle de 20 cm, bout arrondi en haut, face sucrée contre le cercle.
8. Déposez la mousse au centre.
9. Lissez la surface.
10. Réfrigérez pendant 6 h.
11. Lavez rapidement 250 g de fraises sans laissez tremper, épongez-les, équeutez-les, passez-les au mixeur.
12. Ajoutez 1 cs de jus de citron et 2 cs de sucre glace, mixez à nouveau, filtrez pour éliminer les pépins.
13. Versez le coulis ainsi obtenu dans une sauciere.
14. Portez à table avec l'entremets d emoul e.

**LES CONSEILS DE NINA:** Beurrez légèrement l'intérieur du cercle pour que les biscuits tiennent mieux.

Pour un dessert ultra léger, remplacez la crème fouettée par un gros blanc d'oeuf battu en neige, supprimez les biscuits à la cuillère et faites prendre la mousse dans un joli moule cannel e.

---

# MUFFINS AU CHOCOLAT BLANC

Préparation: 20 minutes

Portions: 6

## Ingrédients

Noisettes décortiquées

1 pincée de sel

1 càc d'extrait de vanille

30 g de crème fraîche

40 g de sucre glace

80 g de beurre fondu

100 g de noix de coco râpée

150 g de biscuits secs

200 g de chocolat blanc

## Préparation

1. Hacher le chocolat et le faire fondre au bain-marie, puis le mélanger avec le beurre fondu.
2. Laisser refroidir.
3. Incorporer le sucre glace, la noix de coco râpée, la crème, la vanille et le sel.
4. Réduire les biscuits en poudre et les mélanger avec la préparation précédente.
5. Bien mélanger le tout pour avoir une pâte homogène.
6. Recouvrir le moule à muffins de caissettes en papier.
7. Les remplir du composé préparé, en mettant des noisettes au

centre.

8. Décorer de noix de coco râpée.

9. Mettre au frais durant 2 heures.

---

# PAIN DE MIE ROULÉ AU NUTELLA

## INGRÉDIENTS

1 paquet de pain de mie sans croûte

1 petit pot de Nutella

2 œufs

150 ml de lait

Sucre en poudre

### Préparation :

- Prendre une tranche de pain de mie et grasse à un rouleau à pâtisserie, l'étalez le plus possible, et recommencer jusqu'à la fin du paquet.
- Ensuite étalez du Nutella sur les pains de mie et puis roulez et mettre de côté sur une assiette.
- Refaire cette manipulation avec tout le reste des pains de mie.
- Dans un cul de poule, battre les œufs et le lait.
- Faire chauffer un peu de beurre dans une poêle et préparez une assiette creuse avec du sucre en poudre.
- Trempez les roulés dans le mélange œufs-lait puis les faire dorer sur la poêle.
- Ensuite les roulez dans le sucre.

---

# PAIN PERDU

- 4 Personnes :
- préparation : 10 min
- Cuisson: 10 min

## INGRÉDIENTS :

- 1 pain rassis
- 2 œufs
- 2 c. à soupe de sucre en poudre
- 1 sachet de sucre vanillé
- 2 verres de lait
- 1 noisette de beurre ou 1 c. à soupe d'huile

## PRÉPARATION

- Coupez 6 tranches de pain rassis d'environ 1,5 cm d'épaisseur.
- Dans un saladier, battez en omelette les œufs entiers. Ajoutez alors le sucre en poudre, le sucre vanillé et le lait. Fouettez à nouveau jusqu'à obtenir un mélange homogène.
- Faites tremper le pain dans cette préparation afin de bien l'en imbiber. Retournez les tranches de chaque côté jusqu'à ce qu'elles aient absorbé tout le liquide. Faites chauffer le beurre ou l'huile dans une poêle et faites-y dorer les tranches de pain sur chaque face pendant 5 min.
- Servez le pain perdu bien chaud, saupoudré de sucre ou accompagné d'une glace vanille et de morceaux de fruits frais.

---

# PAIN VIENNOIS

**Préparation : 10mn**

**Cuisson : 20 mn**

**10 personnes:**

- 500g de farine
- 8g de sel
- 45g de sucre
- 15g de levure de boulanger
  - 40g de lait
  - 300g d'eau
- 100g de beurre pommade

1. Délayer la levure avec le lait dans un bol.
2. Dans un saladier, mélanger la farine, le sel, le sucre, la levure mélangée au lait et l'eau.
3. Ajouter le beurre. Recouvrir d'un torchon humide et laisser reposer une heure.
4. Façonner des baguettes et les disposer sur une plaque allant au four. Laisser de nouveau reposer pendant 1h30.
5. Enfourner pendant 20 minutes à 230°.

---

# PALMIERS A LA BANANE

**Préparation: 20 mn**

**Cuisson: 15 mn**

**4 personnes:**



1 pâte feuilletée  
1 banane (fruit)  
sucre roux  
cannelle

1. Découpez la banane en fines tranches.
2. Déroulez la pâte feuilletée sur la table et la saupoudrer de cannelle d'abord, ensuite de sucre roux.
3. Disposez les fines tranches de banane sur la pâte en les espaçant de 2 à 3 cm.
4. Roulez la pâte des 2 côtés jusqu'à ce qu'ils se croisent puis découpez en petites tranches (1 cm env.).
5. Déposez les tranches sur du papier sulfurisé et les mettre 20 min au four préalablement chauffé.

#### **LES CONSEILS DE NINA:**

Vous pouvez remplacer la banane par de l'ananas en pensant à bien découper la chair en petits morceaux.

---

## **PANCAKE AUX YAOURT**

### **Ingrédients:**

- 150 g de farine de blé
- 1 sachet de sucre vanillé
- 2 œufs frais
- 1/2 sachet de levure chimique (environ 6 g)
- 250 g de yaourt nature (2 pots)
- Huile de tournesol pour la cuisson

- Une pincée de sel fin

### **Préparation:**

1. Tamiser la farine dans un grand saladier.
  2. Ajouter le sucre vanillé, la levure chimique et le sel.
  3. Faire un puits au centre et y casser les œufs. Ajouter les yaourts.
  4. Fouetter le mélange en partant du centre pour incorporer progressivement la farine et obtenir une pâte homogène.
  5. Laisser reposer la pâte 30 minutes à température ambiante, sous un torchon propre.
  6. Chauffer une poêle antiadhésive à feu moyen et la badigeonner légèrement d'huile de tournesol.
  7. Verser une petite louche de pâte et l'étaler délicatement pour former une crêpe.
  8. Cuire jusqu'à ce que des bulles apparaissent sur le dessus, puis retourner délicatement avec une spatule.
  9. Laisser dorer l'autre côté pendant quelques instants.
- 

## **PANCAKES AUX FLOCONS D'AVOINE**

### **Ingrédients:**

- 1 cup de flocons d'avoine (environ 100 g)
- 2 cuillères à s d'amandes
- 1 cuillère à café bicarbonate de soude
- 1 cuillère à café de levure chimique
- 1/2 cup de lait (de vache, d'avoine, etc.)
- 1 pincée de sel 1 banane
- 2 œufs
- Extrait de vanille

### **Pour la garniture:**

- Sirop d'érable
- Framboises fraîches ou surgelées
- Copeaux de noix de coco

## **Préparation:**

- Mettez les flocons d'avoine dans un robot ménager et mixez.
- Ajoutez les ingrédients secs (bicarbonate de soude, levure, amandes et sel) et mixez.
- Ajoutez la banane, l'œuf, l'extrait de vanille. Mixez une nouvelle fois en ajoutant le lait petit à petit.
- Faites chauffer un appareil à pancakes ou une poêle à feu doux avec une noisette de beurre (ou d'huile).
- Déposez des ronds de pâte. Lorsque des bulles apparaissent, retournez le pancake et laissez-le dorer une ou deux minutes.
- Ajoutez quelques framboises, des copeaux de noix de coco et bien sûr, du sirop d'érable.