



Des recettes simples et savoureuses...



...pour le plus grand plaisir de tous

Sommaire

Pages

Amuse-bouches

4 – 10

- Blinis saumon fumé 4
- Croquettes chou-fleur 5
- Omelette endives-noix 6
- Pain perdu chèvre-noix 7
- Toasts radis noir-rillette de thon 8
- Velouté patate douce-coco 9
- Wraps ricotta-menthe-pignons 10

Entrées

12 - 18

- Cappuccino potimarron-châtaignes 12
- Gaspacho 13
- Salade lentilles tièdes – tomates 14
- Salade poireaux mimosa 15
- Salade radis-concombre 16
- Taboulé d'hiver 17
- Velouté champignons 18

Plats

20 - 26

- Chili sans viande 20
- Crumble poireaux-poulet-curry 21
- Gratin blettes façon "crumble" 22
- Lasagne aux deux choux 23
- Pennes tomates-aubergines 24
- Riz cantonais 25
- Riz crevettes-poireaux 26

Desserts

28 - 35

- Bûche fruitée 28
- Tarte frangipane chocolat 29
- Tarte prunes-raisins 30
- Tarte tatin ananas 31
- Tuiles amandes 32
- Verrines clémentines-crème de marrons 33
- Verrines mousse de mangues-fraises 34
- Verrines pommes-noix caramélisées 35

Quelques astuces au quotidien

38