



« AU FIL DES GOURMANDISES »

Par Delphine

Pour les enfants de COSLÉDAA-LUBE-BOAST

Numéro 2 - Eté 2015

Salut les p'tits gourmands !!!

Vous avez été nombreux à vous lancer la dernière fois dans le « 1^{er} menu des gourmands ». Peut-être que toi aussi tu l'as réalisé ?

Je te laisse mes coordonnées afin que tu puisses continuer à m'envoyer toutes tes photos et tes commentaires, et que je puisse les inclure dans le prochain bulletin !

- Mon numéro de portable : 06.16.81.16.12
- Mon adresse mail : lucalbandine@gmail.com

Comme ça tu pourras me dire si les recettes te plaisent, si tu les as faites, m'envoyer les photos de tes plats... et même me donner tes recettes préférées pour la prochaine fois ! Ça serait chouette !!!

Dans ce deuxième livret, et puisque c'est l'été, je te propose des recettes courtes pour préparer un bel apéro !!

Prêts... ??? Partez...!!!

Pour une soirée réussie, je te propose :

- Des sablés au parmesan
- Des palmitos au chorizo
- Des brochettes tomates/melon/mozzarella



Commençons par les sablés :

Il te faut :

- 120g de farine
- 100g de beurre
- 100g de parmesan râpé
- Quelques brins de thym

- Fais fondre le beurre.
- Mélange les 3 ingrédients et forme un boudin.
- Enroule-le dans du film transparent et place-le 15 minutes au congélateur.
- Pendant ce temps préchauffe le four à 160°.
- Coupe le boudin en tronçons d'environ 1cm ou un peu moins.
- Dispose les sablés sur une feuille de cuisson et fais cuire 15 minutes
 - Laisse refroidir avant de servir !



Tant que le four est chaud, faisons les palmitos !

Il faut prévoir :

- 1 pâte feuilletée à dérouler
- 1 cuillère à soupe de crème fraîche
- 8 tranches de chorizo

- Monte le four à 180°.
- Commence par dérouler la pâte puis étale la crème.
- Dispose ensuite le chorizo.

Rabats les extrémités droite et gauche vers le centre...



Encore 1 fois...



... et encore 1 fois



Le secret du palmito est dans le pliage !

- Place la pâte au congélateur 20 minutes avant de couper des tranches, c'est plus facile !
- Fais cuire environ 20 minutes et c'est prêt !



Tu peux faire ça avec tout ce que tu veux :
moutarde, saumon, jambon...



Prévois :

- Des tomates cerises
- De la mozzarella en billes
- 1 melon

- Lave les tomates et essore la mozza.
- Coupe le melon en 2 et vide le.
- Met de côté une peau.
- Avec une cuillère parisienne, fais des boules de melon.
- Sur des piques en bois enfile 1 tomate et 1 mozza, ou 1 tomate et 1 melon.
- Pique les brochettes dans la peau du melon !



Et voilà ! Quel effet !!! **BON APERO !!!!**

Et pour finir un petit coloriage !!

Je suis sûre que tu connais les « monsieur-madame » !

Voici le coloriage des glaces de Monsieur Gourmand...ça ne pouvait pas tomber mieux, tu ne crois pas ??

Amuse-toi bien !

Delphine