teacherpirouette

Mes recettes sans cuisson

teacherpirouette

Cuillères gourmandes

200g de chocolat au lait

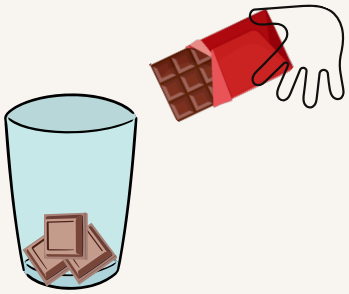
Des vermicelles colorés

Mini marshmallows

1 cuillère par personne

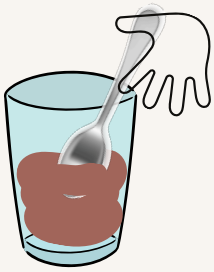
2 verres

1



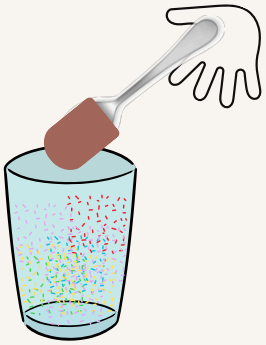
Casser le chocolat et le faire fondre au micro-ondes.

2



Tremper le cuilleron dans le chocolat fondu.

3



Puis le tremper dans les vermicelles.

4

Ajouter quelques marshmallows.

Dégustez la cuillère trempée dans un verre de lait tiède, par exemple !

Milk-shake

Des bananes très mûres (1 pour 2 personnes)

15 cl de lait par personne

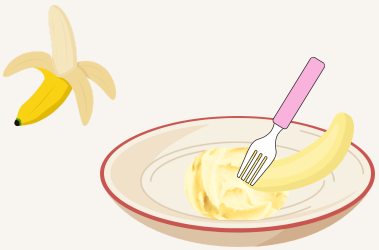
Du cacao en poudre

1 fourchette

1 bocal ou petit pot avec couvercle par personne

1 assiette

1



Éplucher et écraser les bananes.

2

Dans le bocal, mettre la purée de banane, le lait et un peu de cacao.

3

Secouer fort le bocal.

Dégustez avec une paille !

Barres de céréales

200 g de flocons d'avoine

4 cuillères à soupe de miel

des billes de chocolat

4 cuillères à soupe de purée d'amandes

4 cuillères à soupe de graines (ex. :tournesol)

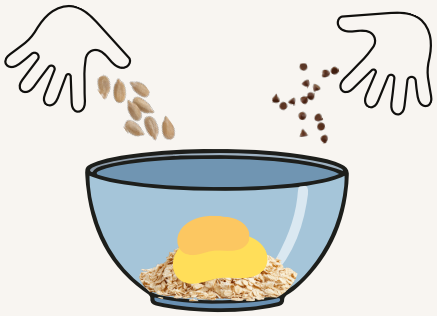
1 cuillère

1 saladier

Du papier cuisson

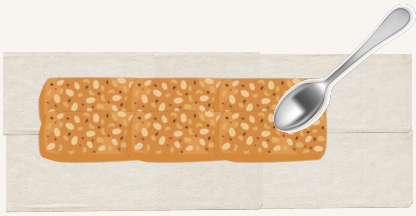
1 couteau

1



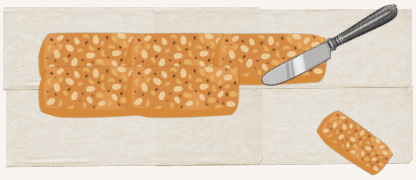
Mélanger tous les ingrédients dans le saladier avec la cuillère.

2



Étaler la préparation sur le papier cuisson. Bien tasser avec le dos d'une cuillère.

3



Mettre au réfrigérateur au moins 1h. Couper en rectangles.

Dégustez !

teacherpirouette

Mousse aux fraises

Fraises
(ou framboises)

2/3 sachets de sucre vanillé

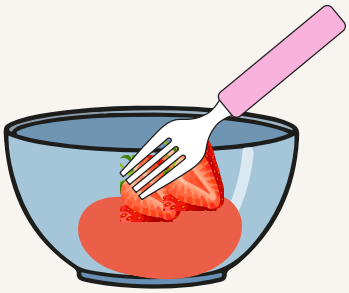
1 bombe de crème chantilly

1 fouet

1 saladier

1 fourchette

1

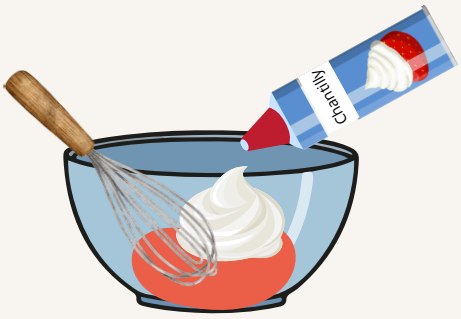


Laver et écraser les fraises.

2

Ajouter le sucre vanillé. Fouetter le mélange.

3



Ajouter la crème chantilly. Mélanger délicatement.

Dégustez !

Nougat arc-en-ciel

300g de chocolat blanc

1 paquet de marshmallows

100g de cranberries séchées

100g d'abricots moelleux

60g de riz soufflé

1 saladier

1 fouet

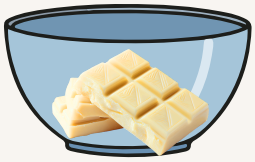
1 couteau

Du papier cuisson

1

Couper les marshmallows, cranberries et abricots en petits dés.

2

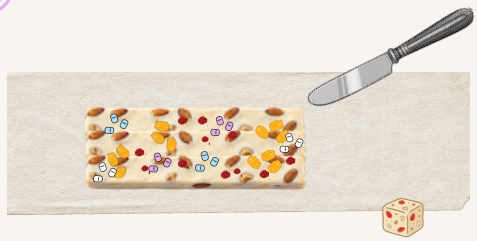


Faire fondre le chocolat blanc au micro-ondes.

3

Dans le saladier, ajouter les petits dés, le riz soufflé. Mélanger.

4



Étaler la préparation sur le papier cuisson. Mettre au réfrigérateur au moins 1h. Couper en cubes.

Dégustez !

teacherpirouette

Glaces bicolores

Pêches bien mûres
(ou autres fruits de saison)

Framboises
(ou autres fruits de saison)

Petits yaourts
(1 par personne)

3/4 cuillères à soupe de miel

1 fourchette

1 fouet

2 saladiers

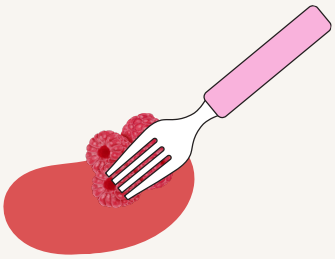
1 cuillère en bois

Des bâtonnets en bois

1

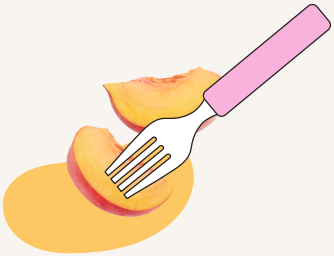
Mettre les yaourts dans un saladier et mélanger avec le miel. Partager le mélange entre les 2 saladiers.

2



Laver puis écraser les framboises et mélanger dans le premier saladier.

3



Laver puis écraser les pêches et mélanger dans le second saladier.

4

Répartir dans les petits pots vides lavés en alternant les couches framboise et pêche sans qu'elles se mélangent.
Mettre une nuit au congélateur. Démouler.

Dégustez !

Gâteau 2 chocolats

200g de chocolat (lait ou noir)

1 paquet de petits-beurres

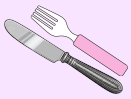
100g de beurre

100 ml de fromage blanc

100g de chocolat blanc

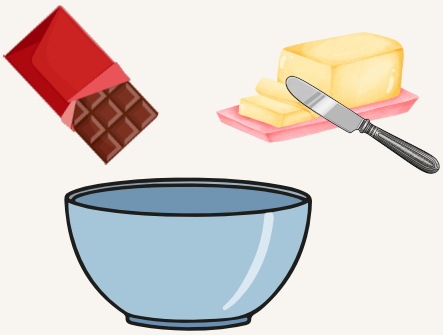
1 cuillère

1 saladier


1 couteau
1 fourchette

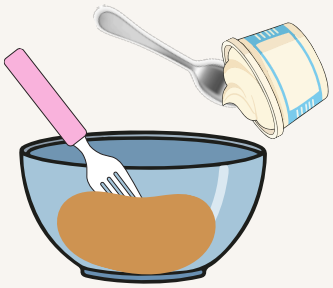
1 moule à cake

1



Faire fondre le beurre et le chocolat au micro-ondes.

2

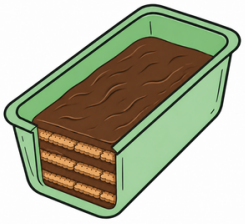


Ajouter le fromage blanc. Mélanger.

3

Casser le chocolat blanc en petits morceaux.

4



Dans le moule, mettre un peu de préparation au chocolat. Ajouter des biscuits et des petits morceaux de chocolat blanc. Recommencer l'opération plusieurs fois. Laisser reposer au frigo pendant une nuit.

Dégustez !

Makis de fruits

6 galettes de blé

300g de fromage frais nature

50g de sucre glace

20/25 fraises

6 kiwis

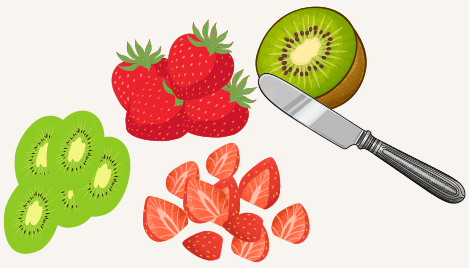
100g de noix de coco râpée

1 saladier

1 fouet

1 couteau

1

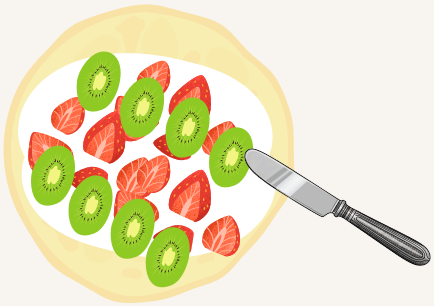


Laver les fraises. Éplucher les kiwis. Couper les fruits en tranches.

2

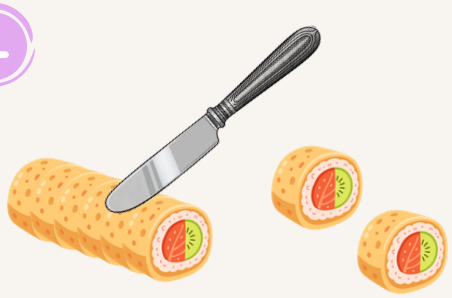
Mélanger le fromage frais, le sucre et la noix de coco râpée.

3



Étaler ce mélange sur les galettes. Puis placer les tranches de fruits.

4



Rouler doucement la galette avec les deux mains. Couper les rouleaux en rondelles.

Dégustez !

Champignons magiques

Grosses fraises (1 pour 2 personnes)

1 petit pot de mascarpone

200/300g de pâte d'amande blanche

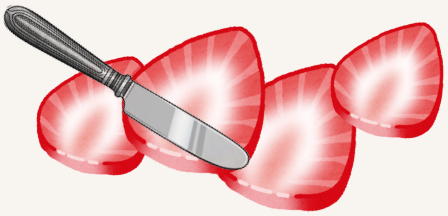
1 couteau

Des cure-dents

1

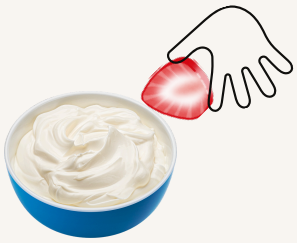
Former un boudin de pâte d'amande et le couper en tranches épaisses (2/3 cm).

2



Laver, équeuter et couper les fraises en 2.

3



Tremper le côté plat de la fraise dans le mascarpone et le coller sur une tranche de pâte d'amande pour former un champignon.

4

Avec un cure-dents, décorer le chapeau du champignon avec des points de mascarpone.

Dégustez !

teacherpirouette

Escargots briochés

Brioche en tranches

200g de compote

100 g de raisins secs

1 couteau

1 saladier

1 rouleau à pâtisserie

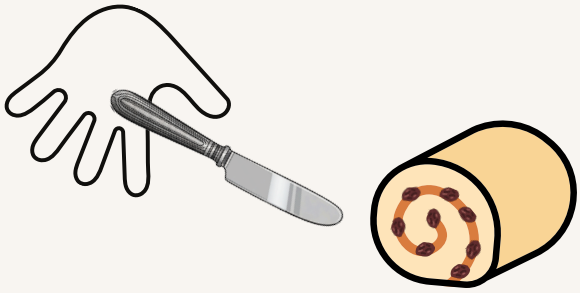
1

Aplatir chaque tranche de brioche avec le rouleau à pâtisserie.

2

Étaler de la compote sur chaque tranche et disposer des raisins secs.

3



Rouler délicatement la brioche avec les deux mains. Couper les rouleaux obtenus en rondelles épaisses.

Dégustez !