

teacherpirouette



Mes recettes sans cuisson



Cuillères gourmandes

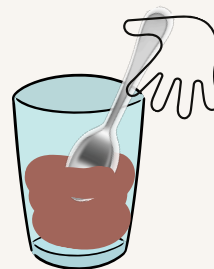


1



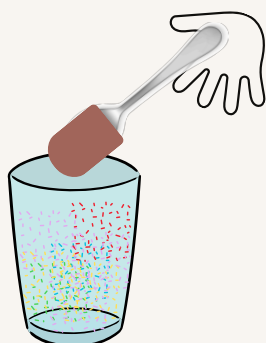
Casser le chocolat et le faire fondre au micro-ondes.

2



Tremper le cuilleron dans le chocolat fondu.

3



Puis le tremper dans les vermicelles.

4



Ajouter quelques marshmallows.

Dégustez-la 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

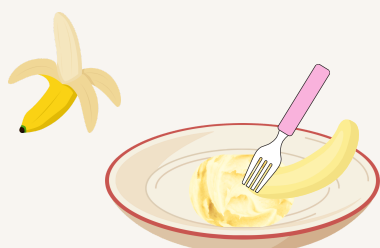


1 bocal ou petit
pot avec couvercle
par personne



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



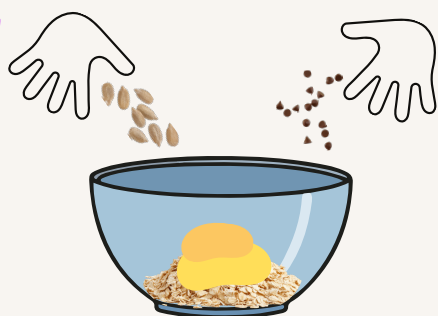
Secouer fort le bocal.

Dégustez avec une paille ! 😊

Barres de céréales

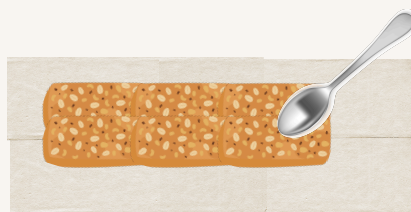


1



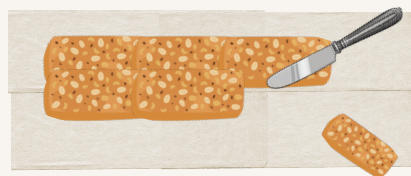
Mélanger tous les ingrédients dans le saladier avec la cuillère.

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 ! 😊

Mousse aux fraises



Fraises
(ou framboises)



2/3 sachets de
sucre vanillé



1 bombe de
crème chantilly



1 fouet

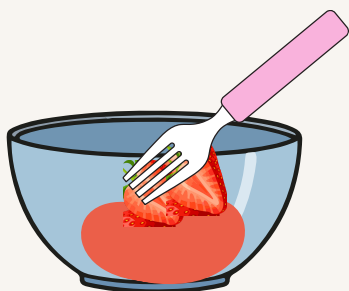


1 saladier



1 fourchette

1



Laver et écraser les fraises.

2



Ajouter le sucre vanillé. Fouter 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

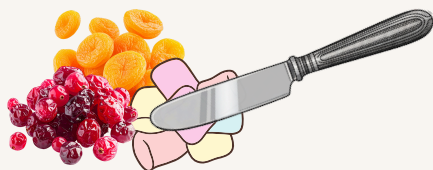


1 couteau



Du papier
cuisson

1



Couper les marshmallows,
cranberries et abricots en petits dés.

2



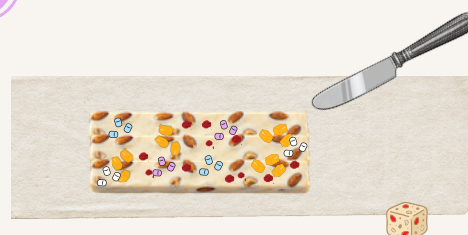
Faire fondre le chocolat blanc au
micro-ondes.

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 !



Glaces bi-couleurs



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



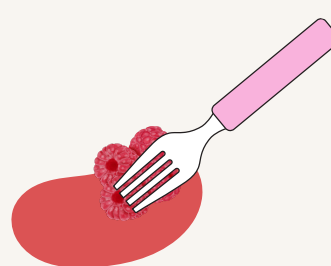
Des bâtonnets
en bois

1



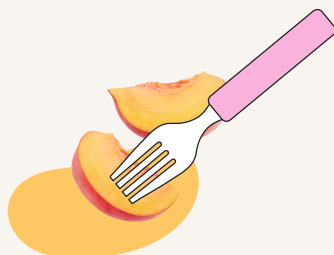
Mettre les yaourts dans un saladier et mélanger avec le miel. Partager le mélange entre les 2 saladiers.

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 ne se mélangent. Mettre une nuit au congélateur. Démouler.

Dégustez ! 😊

Gâteau 2 chocolats



200g de
chocolat
(lait ou noir)



1 paquet de
Petits beurre



100g de
beurre



100 ml de
fromage blanc



100g de
chocolat blanc



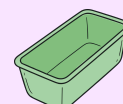
1 cuillère



1 saladier

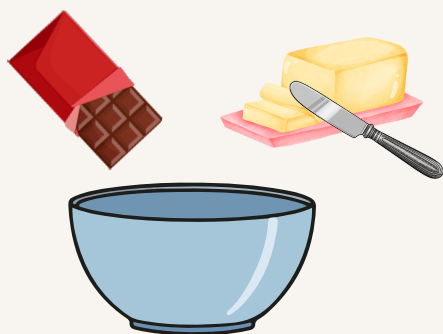


1 couteau
1 fourchette



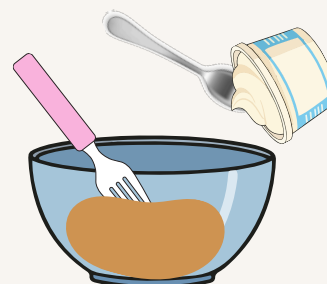
1 moule à
cake

1



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

2



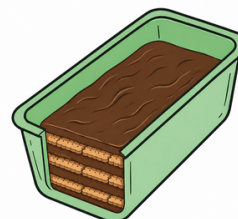
Ajouter le fromage blanc.
Mélanger.

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

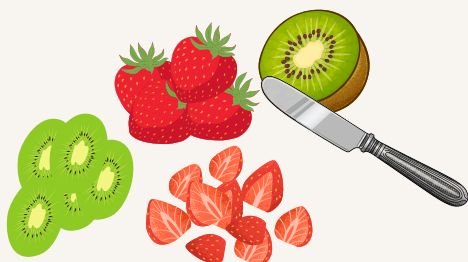


1 fourchet



1 couteau

1



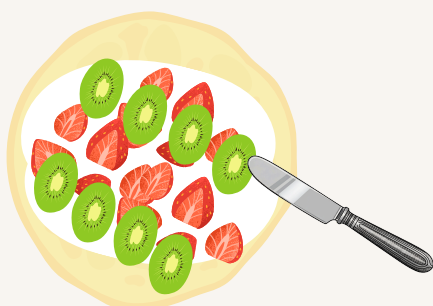
Laver les fraises. Éplucher les kiwis.
Couper les fruits en tranches.

2



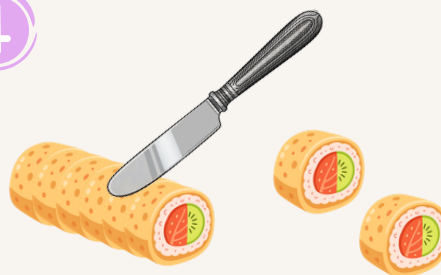
Mélanger le fromage frais, le sucre
et la noix de coco râpée.

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



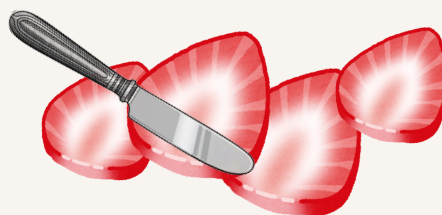
Des cure-dents

1



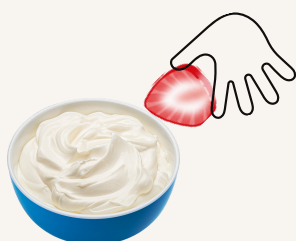
Former un boudin de pâte d'amande et le couper en tranches épaisses (2/3 cm).

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 ! 😊

Escargots briochés



Brioche en tranches



200g de compote



100 g de raisins secs



1 couteau



1 saladier



1 rouleau à pâtisserie

1



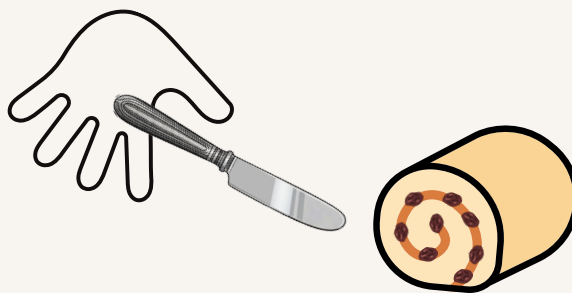
Aplatir chaque tranche de brioche avec le rouleau à pâtisserie.

2



Étaler dessus de la compote et disposer des raisins secs.

3



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

Dégustez ! 😊