

BONS PLANS

60
ARGENT
CHOISISSEZ
VOTRE TROISIÈME
PILIER

62
SANTÉ
À L'EAU,
MAIS À L'EAU,
QUOI!

64
SEXUALITÉ
COMMENT TRAITER
UN TROUBLE DE
L'ÉRECTION?

66
ESCAPADE
HAMBOURG
CULTIVE
SES FORMES

68
CONSO
L'ART
DE VIDER
SON GRENIER

69
LIVRES ET MUSIQUE
FEMMES DE PLUMES
ET VOIX
DE FEMMES

CUISINE * TECHNO * ESCAPADE * SANTÉ * SEXUALITÉ * LIVRES ET MUSIQUE * AGENDA



ENTRÉE

Tomates cerises apéritives façon pomme d'amour

Pour 6 personnes
Préparation: 10 minutes
Cuisson: 2 minutes
Difficulté: facile
Budget: bon marché

Ingrédients

- 18 tomates cerises
- 3 c.s. de miel liquide type acacia
- 3 c.s. de graines de sésame blanc
- 18 pics en bois ou bambou

Préparation

1. Lavez et équeutez les tomates cerises. Séchez-les dans un linge propre.
2. Piquez-les chacune par le pédoncule avec un pic en bois.
3. Dans une petite casserole à feu doux, faites chauffer le miel jusqu'au premier bouillon. Mettez le sésame dans une petite coupelle.
4. Trempez les tomates dans le miel et égouttez-les rapidement pour ôter l'excédent avant de les passer dans le sésame pour les enrober. Déposez-les immédiatement sur un plat de présentation.
5. Servez les tomates cerises sans attendre au moment de l'apéritif.

On s'occupe de tout, **maman**

POUR QUE LE JOUR DE SA FÊTE, ELLE PUISSE SE REPOSER, PAPAS ET ENFANTS RETROUSSENT LEURS MANCHES ET S'APPLIQUENT À MITONNER UN MENU SIMPLE, AUSSI BON QUE BEAU

TEXTE ZOÉ IOBIN RECETTES ET PHOTOS SUCRÉ SALÉ



PLAT

Salade tiède de penne au pesto, poulet et champignons

Pour 6 personnes
Préparation: 20 minutes
Cuisson: 15 minutes
Difficulté: facile
Budget: bon marché

Ingrédients

- 4 escalopes de poulet fermier
- 500 g de champignons bruns ou de Paris
- 500 g de penne rigate
- 100 g de pignons de pin
- 100 g de parmesan
- 150 g de roquette
- 10 cl d'huile d'olive
- Sel, poivre blanc du moulin

Préparation

1. Lavez et coupez les champignons en lamelles. Coupez les escalopes en dés de 2 cm environ.
2. Réalisez des copeaux avec un tiers du parmesan à l'aide d'un économe. Rincez et essorez la roquette.
3. Faites cuire les pâtes suivant les instructions du paquet. Dans une poêle, faites revenir le poulet 3-4 minutes à feu vif dans 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive, en les assaisonnant. Réservez. Dans la même poêle à feu moyen, faites dorer les pignons 2-3 minutes sans cesser de remuer.
4. Dans une sauteuse à feu moyen, faites revenir les champignons 5-6 minutes dans un peu d'huile d'olive.
5. Egouttez les pâtes, rincez-les à l'eau froide et mettez-les dans un saladier. Ajoutez les champignons, 25 g de pignons et le poulet, mélangez avec un filet d'huile d'olive.
6. Préparez le pesto de roquette. Mixez au robot le reste de pignons avec le reste de parmesan en morceaux et 100 g de roquette. Ajoutez au fur et à mesure un peu d'huile d'olive pour détendre la préparation, assaisonnez-la légèrement.
7. Déposez sur les pâtes des touches de pesto, les copeaux de parmesan et le reste de feuilles de roquette. Servez tiède en proposant le complément de pesto à part.

DESSERT

Tartelettes aux fraises et au fromage blanc

Pour 6 personnes
Préparation: 20 minutes
Cuisson: 15 minutes
Repos: 1 heure
Difficulté: facile
Budget: bon marché

Ingrédients

- 160 g de biscuits type digestive ou petit-beurre
- 125 g de beurre (+ pour le moule)
- 2 c.s. de cassonade
- 1 sachet de sucre vanillé
- 12 belles fraises
- 500 g de fromage blanc lisse entier fermier
- 125 g de sucre
- 4 c.s. de pistaches concassées ou de pralin (rayon pâtisserie)
- 2 branches de basilic à petites feuilles

Préparation

1. Préchauffez le four à 210°. Faites fondre le beurre au micro-ondes pendant quelques secondes à moyenne puissance. Beurrez à l'aide d'un pinceau 12 encoches d'environ 5 cm de diamètre d'un moule à tartelettes en silicone. Disposez-les sur une grille de four.
2. Au robot, mixez les biscuits avec le beurre fondu, le sucre vanillé



- et la cassonade. Répartissez la préparation sablée obtenue dans les encoches du moule en tassant bien. Enfournes pour 10-15 minutes en surveillant bien la coloration.
3. A la sortie du four, laissez complètement refroidir avant de démouler et d'entreposer les 12 fonds de tartelettes au moins 1 heure au réfrigérateur.
4. Pendant ce temps, fouettez le fromage blanc avec le sucre et réservez-le au frais. Lavez et équeutez les fraises avant de les couper en tranches régulières. Recoupez les entames en 2.
5. Au moment de servir, nappez les fonds de tartelette de fromage blanc sucré et disposez par-dessus, en fleur, 3 tranches de fraise. Dressez au centre la moitié d'une entame. Parsemez de pistaches concassées et décorez de feuilles de basilic.
6. Dégustez bien frais.



Le vin qui lui va

Pour sublimer ce repas de fête, les **artisansdugout.ch** vous proposent L'Espigle Brut, de Dimitri Engel Vins à Saint-Blaise, AOC Neuchâtel (21 fr. les 75 cl). Ce mousseux à base de Chasselas, élaboré en méthode traditionnelle, se caractérise par une saveur brute et pétillante. Sa robe est jaune paille claire et son nez offre de l'élégance. En bouche, ce vin effervescent est frais avec une grande finesse de bulles. Belle vivacité et persistance. A servir frappé à 8°.

PHOTO VIN: RELASMEDIA.COM