

Sport, d'accord, mais gourmandise aussi !

Si vous avez des recettes à proposer, n'hésitez pas à nous les communiquer !

Gâteau au chocolat au micro-ondes de Vivi :

Ingrédients :

- 1 tablette de chocolat pâtissier
- 125g de beurre
- 75 g de farine
- 130 g de sucre
- 3 oeufs

Préparation :

- Faire fondre le beurre et le chocolat au micro-ondes
- Ajouter le sucre, la farine et les oeufs
- Mettre dans un moule beurré
- Mettre au micro-ondes :
 - si moules individuels : cuire 2 minutes
 - sinon : cuire 7 minutes

Moelleux au citron de Josiane :

Pour 6 personnes :

- 4 œufs
- 130 g de sucre
- 80 g de beurre
- 130 g de farine (eventuellement 150g si la préparation est trop liquide)
- 20cl de crème fraîche
- 1 sachet de levure chimique
- jus et zeste d'un citron non traité,

Séparez les blancs des jaunes d'œufs.

Dans une jatte, battez les jaunes avec le sucre et le jus de citron jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

Ajoutez le beurre fondu, la farine, la levure, la crème fraîche et les zestes de citron.

Battez les blancs en neige avec une pincée de sel et incorporez-les délicatement à la préparation.

Répartissez la pâte dans un moule à manqué beurré et fariné.

Enfournez environ 25/30 minutes dans le four préchauffé à 180° (th.6).

Laissez refroidir le gâteau et saupoudrez-le de sucre glace.

Pain d'épice d'Andrée :

- 250 gr de miel bien corsé : châtaigne, montagne ou sapin. Astuce : le faire chauffer pour bien le mélanger au reste de la préparation
- 250 gr de farine
- 90 gr de sucre roux ou de cassonade
- 10 cl de crème fraîche liquide ou du lait, mais c'est meilleur avec la crème !
- 2 œufs
- 1 c. à soupe rase de chaque épice : anis vert, cannelle, gingembre moulu, 4 épices, muscade (un peu moins), donc 5 c. à soupe au total. Personnellement je les mets au pif.
- 1 sachet de levure

1 h au four à thermostat 5-6 (160°) dans un moule beurré et fariné.

Attendre 24 h avant de déguster

Les canistrelli de (la grand-mère de) Chantal :

- 1 kg de farine + 1 pincée de sel
- 2 sachets de levure chimique
- 260 gr vin blanc
- 260 gr sucre
- 260 gr huile neutre (pas d'huile d'olive)
- Graines anis vert

Mélanger tout ça faire une pâte et l'étaler sur 1 cm d'épaisseur environ et découper en losange ou carrés

Les saupoudrer de sucre en poudre avant mise au four

Four moyen 10 mn

Attention surveiller ne pas faire trop cuire

Cookies (Andrée) :

Ingrédients :

Pour 20 cookies à peu près (selon la forme et la taille que vous leur donnerez :p):

- 170g de cassonade (200g dans la recette originale, à vous de voir)
- 100g de beurre un peu mou
- 170g de chocolat noir (ou pépites)
- 220g de farine
- 1 œuf
- 100g de chocolat blanc (ou noix/noisettes/comme vous voulez)
- 1 cuillère à café d'extrait de vanille liquide
- 1/2 cuillère à café de levure (voir même 1 cuillère)
- 1/2 cuillère à café de sel

Progression

Préchauffer le four à 170° C.

- 1 - Couper le chocolat noir et blanc en morceaux.
- 2 - Travailler le beurre en pommade avec une spatule.
- 3 - Ajouter le sucre et le sel au beurre et mélanger jusqu'à ça blanchisse.
- 4 - Ajouter l'œuf et la vanille.
- 5 - Incorporer progressivement la farine et la levure (vous pouvez les tamiser ensemble mais perso je le fais jamais ^^). Vous devez obtenir une grosse boule de pâte qui se décolle assez facilement du bol.
- 6 - Mettre les morceaux de chocolat et bien mélanger. Laisser reposer au réfrigérateur 15 mn minimum (la pâte ne doit pas coller aux doigts, vous pouvez la laisser plus longtemps si vous voulez les faire plus tard).
- 7 - Sur une plaque munie de papier sulfurisé, déposer des petites boules de pâte (attention à pas trop les coller les uns aux autres).
- 8 - Cuire au four à 170°C pendant 10 mn, ils seront bien moelleux, si vous les préférez un peu plus croustillants, laissez les 12 mn. Mais attention, ça cuit vite (et ça dépend de votre four donc surveillez les bien)