

STIMULATION, N'EN FAITES PAS TROP**4 règles d'or****1 Faites-vous confiance**

Le plus perfectionné des jouets ne peut pas remplacer



Photos : DR

l'extraordinaire lien d'amour qui lie un bébé à sa mère (ou à son père). Vous êtes, d'après les spécialistes, la «figure d'attachement» numéro un de votre enfant : usez et abusez-en ! La certitude d'être aimé est le meilleur atout à lui donner. Une fois sécurisé affectivement, votre tout-petit sera disponible pour tous ses apprentissages.

**2 Faites-lui confiance**

Dès ses premiers jours, un bébé sait

Côtelettes de veau à la sauge et au citron

Préparation 10 min, cuisson 10 min, pour 4 personnes, 4 côtelettes de veau, farine, 1 œuf battu, 2 cuil. à soupe de lait, 3/4 de tasse de chapelure, 1 cuil. à soupe de sauge fraîche finement hachée ou 2 cuil. à café de sauge sèche, 30 g de beurre, 1 cuil. à soupe d'huile d'olive, 1 gousse d'ail écrasée, quartiers de citron.

Otez le gras des côtelettes, enroulez les extrémités et maintenez-les à l'aide de cure-dents. Farinez les côtelettes et enduisez-les du mélange œuf et lait à l'aide d'un pinceau. Roulez dans le mélange chapelure et sauge. Faites chauffer le beurre, l'huile et l'ail dans une grande poêle. Mettez les côtelettes dans la poêle et laissez-les cuire à feu moyen sur les deux faces. Servez avec des quartiers de citron.

très bien exprimer son bien-être ou son inconfort. Son corps est détendu, il vous regarde avec attention. Il gazouille ? Tout va bien. Il s'agite ou détourne le regard ? Le message est clair : il a besoin de tranquillité. Il dort trop à votre goût ? Ne vous inquiétez pas : son cerveau travaille aussi quand il est au repos.

3 Respectez son rythme

Chaque bébé à son rythme propre, qui n'est pas celui du voisin. Dans une même famille, l'un marchera à 11 mois et le suivant à 15. Si un vrai retard de développement se vérifie, le pédiatre saura vous alerter.

4 Pensez à votre plaisir !

On ne fait pas progresser un enfant en jouant avec lui par devoir. Si vous détestez les



puzzles ou si vous êtes trop épuisée le soir pour une histoire, ce n'est pas un drame. Un bain moussant à deux vaut bien la énième aventure de Petit Ours Brun ! Trouvez d'abord ce qui vous plaît et votre enfant partagera à coup sûr votre plaisir.

Milk-shake fraises-yaourt

Préparation 5 min, cuisson aucune, pour 3 personnes 1 tasse de lait, 1/2 tasse de yaourt à la fraise, 1 tasse de fraises.

Mélangez les fraises, le lait et le yaourt dans le mixeur 1 min à vitesse maximum pour obtenir un mélange onctueux.

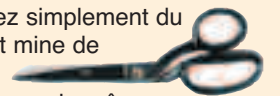
**Brownies au chocolat**

Préparation 15 min, cuisson 30 min, pour 25 brownies, huile pour graisser le moule, 200 g de chocolat noir en gros morceaux, 4 cuil. à soupe de beurre, 1 tasse de sucre, 1/2 tasse de cacahuètes, 2 œufs légèrement battus, 1 tasse de farine.

Allumez le four (180° C). Graissez le moule. Garnissez-le de papier sulfurisé en le faisant remonter jusqu'aux bords du moule. Graissez le papier. Mettez le chocolat et le beurre dans la casserole. Mélangez sur feu doux avec la cuillère en bois. Eteignez le feu. Laissez refroidir 2 min. Ajoutez le sucre et les cacahuètes, mélangez bien. Ajoutez les œufs et mélangez puis la farine tamisée. Versez la pâte dans le moule. Faites cuire 30 min (le centre doit être ferme quand vous appuyez dessus avec la cuillère en bois). Laissez refroidir. Démoulez le gâteau, posez-le sur la planche à pain et découpez-le en petits carrés. Saupoudrez de sucre glace.

TRUCS ET ASTUCES**Ciseaux**

Pour les aiguiser, découpez simplement du papier de verre. En faisant mine de couper un goulot de bouteille avec les ciseaux aura le même effet !

**Citron**

Pour blanchir les dents ternies par la nicotine, brossez-les 1 ou 2 fois par semaine avec la brosse trempée dans du jus de citron pur. Pour lutter contre un début de sinusite, aspirez du jus de citron par les narines, l'une après l'autre, comme si vous «buviez la tasse». Pénible au début, mais efficace comme pas deux !

Si vous roulez un citron sur la table en appuyant assez fort dessus, il vous donnera davantage de jus. Besoin de juste quelques gouttes de jus ? Piquez le citron avec un cure-dent et pressez juste ce qu'il vous faut pour votre recette !



Bouloches Si votre pull préféré est couvert de bouloches, passez un rasoir jetable sur la surface. Il aura ainsi un coup de neuf instantané.