Test

Etes-vous un cordon bleu ?

Vous cuisinez tous les jours et il vous arrive de préparer de bons petits plats…Mais êtes-vous pour autant un as de la marmite ? Que valez-vous derrière les fourneaux ? Pour tester vos connaissances en matière culinaire…

Question 1 : Il faut ajouter une pincée de sucre aux blancs d'œufs avant de les monter en neige.

Vrai/faux

Question 2 : Pour faire un cake, il faut fariner les fruits confits pour qu'ils ne tombent pas au fond.

Vrai/faux

Question 3 : Pour réussir un soufflé, il faut régulièrement ouvrir le four et vérifier qu'il monte.

Vrai/faux

Question 4 : Un faitout est un fouet mécanique à deux branches.

Vrai/faux

Question 5: Pour vérifier la cuisson d'un gâteau, il faut plonger un couteau dedans

Vrai/faux

Question 6 : Lier une préparation consiste à y ajouter des vermicelles.

Vrai/faux

Question 7 : Pour réussir une chantilly, il faut placer le bol que l'on va utiliser au réfrigérateur.

Vrai/faux

Les bonnes réponses

1/Pour obtenir des blancs fermes, il faut ajouter une pincée de sel avant de les battre. Vous pouvez également mettre quelques gouttes de jus de citron.

2/C'est un truc connu depuis longtemps : pour que les fruits confits ne tombent pas tous au fond du moule, il faut les fariner avant de les mélanger à la pâte.

3/Pendant la cuisson d'un soufflé, n'ouvrez surtout pas la porte du four ! La baisse de température le ferait s'effondrer !

4/Le faitout est une marmite à bord haut, à fond plat avec deux poignées courtes de chaque côté.

5/Pour vérifier la cuisson d'un gâteau, il faut y enfoncer la lame d'un couteau : celle-ci doit ressortir sans pâte. Faites-le au centre du gâteau car c'est l'endroit le plus long à cuire.

6/Lier une préparation consiste à l'épaissir, à l'aide par exemple de jaunes d'œufs, de farine, de maïzena...

7/Pour être sûr de réussir votre chantilly, mettez le bol et les fouets au réfrigérateur pendant au moins 30 minutes ou au congélateur pendant 15 minutes. De plus, utilisez de la crème fraîche liquide très froide. Ne la prenez pas allégée, elle risque de ne pas monter.

Madeleines au yaourt

- 2 yaourts de bananes
- 8 œufs
- 4 verres à thé de sucre
- 2 verres à thé d'huile
- Zeste de citron
- 3 sachets de levure pâtissière
- 1 sachet de sucre vanillé
- 6 verres à thé de farine

Garniture
- Noix de coco
- Confiture d'abricot
- Dans un saladier, battre le sucre et les œufs à l'aide d'un batteur électrique jusqu'à ce que le mélange blanchisse, ajouter les yaourts, le zeste de citron, le sucre vanillé, la levure. Bien mélanger, ajouter peu à peu la farine tamisée et bien mélanger jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.
- Mettre les caissettes de papier à pâtisserie dans des moules individuels et y verser la préparation (ne remplir qu'au trois quart).
- Démouler les madeleines sur une grille et les garnir avec la confiture d'abricot et la noix de coco.

Beauté

Des soins pour le corps grâce aux amandes

De l'amande est extraite une huile aux vertus salvatrices.
L'huile d'amande est très bénéfique que ce soit pour la peau, les cheveux ou en usage interne pour l'estomac.
Appliquée sur la peau, elle préserve la jeunesse du visage et du corps grâce à la présence de la vitamines E, anti-oxydante. Elle a aussi des bienfaits sur l'hydratation de la peau.
Ses sucres et protéines maintiennent un taux d'hydratation idéal, indispensable pour avoir une peau de pêche.
Pour des cheveux brillants en pleine forme, elle s'utilise une fois par semaine en moyenne, en frictionnant les cheveux de la racine jusqu'aux pointes, il faut laisser reposer un moment et rincer.
L'huile d'amande douce a aussi des propriétés cicatrisantes pour les petites blessures ou les irritations, pour les fesses des nouveau-nés par exemple.
En usage interne, la protéine de ce fruit absorbe l'acidité de l'estomac, mais en plus l'huile d'amande douce extraite de la pulpe forme une couche protectrice sur les parois internes de l'estomac. Elle constitue donc un traitement des ulcères gastriques et lutte contre les fermentations intestinales. Elle a aussi des vertus laxatives et facilite la digestion des aliments.

Hachis parmentier de poulet

- 2 blancs de poulet
- 1 kg de pommes de terre
- 1 oignon
- 1 œuf
- 1 petit verre de lait
- 2 gousses d'ail
- 1 bouquet de persil haché
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- 2 cuillerées à soupe de chapelure
- 80 g de beurre
- Bouillon de volaille
- 40 g de fromage râpé
- 1 pincée de muscade en poudre
- Sel, poivre

Épluchez les pommes de terre, lavez-les et coupez-les en gros morceaux. Mettez-les dans une casserole d'eau froide, salez et laissez cuire 25 minutes. Egouttez-les, passez-les au moulin à légumes afin d'obtenir une purée, ajoutez le lait, l'œuf, la crème, le persil et la muscade, salez et poivrez, bien mélanger et laissez cuire à feu doux jusqu'à ce que la purée soit onctueuse.
- Hachez finement le blanc de poulet.
- Pelez l'oignon et l'ail, et émincez-les
- Dans une poêle, faites revenir les oignons émincés et l'ail avec le beurre fondu jusqu'à ce qu'ils soient dorés, ajoutez les hachis de poulet et faites-les colorer sur feu doux, salez et poivrez, couvrez de bouillon de volaille et laissez cuire pendant 30 minutes.
- Dans un plat légèrement beurré, déposez une couche de purée de pommes de terre puis une couche de hachis de poulet, salez et poivrez, terminez avec une couche de purée, saupoudrez de chapelure et de fromage râpé et enfournez pendant 40 minutes.
- Servir chaud.