

## Flan au chocolat

200 g de farine, 100 g de sucre en poudre,  
4 œufs, 1 litre de lait, 100 g de chocolat, sel



Préchauffer le four à 180°C (Th.6). Cassez le chocolat dans un saladier et le poser au-dessus d'un bain-marie. Sortez-le dès qu'il est fondu. Dans un saladier, mélangez la farine, le sucre et le sel. Incorporez les œufs un à un en remuant à chaque fois et terminer par le lait et le chocolat fondu. Mélanger pour obtenir une pâte homogène. Beurrer un moule à manqué et le chemiser à la farine. Versez la pâte et l'enfourner au milieu du four pendant 40 à 45 min. Laisser refroidir avant de démouler. Variante : faites cuire le flan dans des ramequins et ajuster le temps de cuisson.

## Relooking, utiliser le draping pour définir vos couleurs

### En quoi consiste le draping ?

Cette technique nécessite principalement un tissu doré, argenté, bleu canard, turquoise, bleu ciel et bleu roi d'une dimension d'environ 1 cm. Choisissez de préférence un tissu à base de polyester. Le but de l'exercice est de définir la couleur qui vous ira bien : couleur chaude ou froide. Afin de déterminer les tons qui sont en harmonie avec le physique d'une personne, il est nécessaire de prendre en compte la couleur de ses cheveux, de ses yeux et de sa peau.

### Comment déterminer les couleurs qui vous vont le mieux ?

Pour se draper, commencez d'abord par vous démaquiller car



Photos : DR

celui-ci peut influencer vos couleurs. Ensuite, installez-vous confortablement en face de votre miroir, de préférence vers la fenêtre pour bénéficier au maximum de la lumière naturelle car considérée comme neutre. Attachez ensuite vos cheveux. Il est maintenant temps de tester le draping, les premiers tissus à utiliser sont les dorés et l'argenté. Apposez successivement sous votre visage autour de vos épaules le tissu afin de voir l'effet de chacun (le mieux est de

se faire draper par une copine, amie...). Observez particulièrement l'ovale du menton, le blanc de l'œil, les cernes, hiver et imperfections.

### Reconnaître vos couleurs

Si votre visage s'illumine et que vos imperfections sont atténuées si vous posez le tissu doré autour de vos épaules, alors votre typologie est de type chaude. Si votre visage réagit positivement au tissu argent, vous êtes dans la catégorie des personnes de type froid.

### Se relooker en fonction des couleurs

Si vous êtes de typologie froide, en hiver, pour mettre en valeur votre visage, il faudra utiliser des couleurs et du maquillage de couleur froids : bleu, blanc, argent... Faire le contraire si vous êtes de typologie chaude. Il faut savoir qu'il existe des femmes automne, hiver et printemps. Par exemple : la femme hiver a soit un teint ivoire, pêche, porcelaine soit un teint mat, olive.

## LES POINTS NOIRS À quoi sont-ils dus ?

Lorsque le sébum est en excès dans les pores, cela provoque l'apparition d'un petit comédon.

Au contact de l'air, le comédon s'oxyde et devient noir : c'est le point noir.

### Les facteurs extérieurs

Les causes

de cet excès de sébum dans les pores ne sont pas encore bien connues. Mais certaines habitudes de vie peuvent provoquer ou augmenter l'apparition de points noirs. Il est donc important de penser systématiquement à :

- Se laver quotidiennement le visage.
- Bien se démaquiller avant de se coucher.
- Ne pas utiliser de produits trop



décapants, ni de crèmes trop grasses.

- Ne pas tripoter sans arrêt ses boutons et points noirs, cela ne fait qu'aggraver la situation.
- Ne pas s'exposer de façon prolongée au soleil.
- Faire éventuellement de façon régulière un masque ou un

gommage pour libérer la peau de ses impuretés.

### Recette maison

Mélangez deux cuillères de farine de maïs à un blanc d'œuf battu. Appliquez sur le visage, et laissez poser pendant 10 minutes. Essuyez avec une serviette sèche, puis appliquez sur la zone une lotion à l'eau de rose.

## Sauce au poivre toute simple

40 g de beurre, 30 g de farine,  
un cube de bouillon de bœuf



Faire un roux avec le beurre et la farine. Ajouter 1/4 l d'eau en une seule fois et bien mélanger. Ajouter le cube de bouillon, une cuillerée à soupe de vinaigre et une cuillerée à café de poivre. Faire épaissir. Ajouter du sel si nécessaire (inutile en principe, à cause du bouillon). Au moment de servir, ajouter du poivre moulu. Très bonne avec de la viande rouge en grillades.

## TRUCS & ASTUCES

L'oignon est bon pour le cuivre



Pour enlever plus facilement les taches ou les auréoles sur un objet en cuivre, il convient tout simplement de les frotter avec un oignon.

Comment on récupère une bague presque foutue ?



La tremper dans du cola pendant une nuit, le lendemain la vernir avec du vernis transparent. Elle tiendra assez longtemps.

## Pommes de terre-surprise



6 grosses pommes de terre, 8 œufs, 1/2 botte d'épinards hachés, 100 g de crème fraîche, 100 g de beurre, 1 c. à soupe de farine, muscade, sel, poivre

Lavez les pommes de terre, mettez-les au four chaud 210° (th7). Dès que la peau commence à griller, enveloppez chaque pomme de terre dans une feuille d'aluminium pour continuer la cuisson. Une fois cuites, découpez largement le dessus et prélevez la chair que vous garderez au chaud. Tapissez le fond de chaque pomme de terre de 2 cuillerées à soupe d'épinards chauffés avec la farine, 1 cuillerée à soupe de beurre, la crème fraîche, sel, poivre, muscade. Cassez un œuf dessus, salez légèrement. Réduisez la pulpe des pommes de terre en purée avec le reste du beurre, sel, poivre, le jaune des œufs restants, les blancs battus en neige. Remplir chaque pomme de terre, mettez au four chaud 180° (th6) pour faire souffler et dorer. Les pommes-surprise sont à la fois une entrée confortable et un plat complet pour un dîner léger. L'œuf peut être remplacé par du gruyère râpé dans la purée.