



magfemme03@yahoo.fr

Entrée

Beignets de cervelle



Nombre de personnes : 4

Temps de cuisson : 25 mn

Temps de préparation : 10 mn

2 cervelles de veau de 400 g, 1 cuillerée à soupe de vinaigre, 1 oignon, 1 bouquet de persil, de l'huile pour la friture, sel et poivre.

Pâte à choux : 150 g de farine, 4 ou 5 œufs, 50 g de beurre, 1/4 de litre d'eau, 1 pincée de sel.

Préparation

Limoner les cervelles, les égoutter, les placer dans un grand faitout d'eau froide, ajouter le vinaigre et l'oignon, le persil. Saler, poivrer, porter à ébullition et laisser cuire 20 mn à feu doux.

Egoutter les cervelles, les laisser tiédir, les essuyer, les couper en petits morceaux et les réserver.

Préparer la pâte à choux : porter l'eau, le sel et le beurre à ébullition. Ajouter la farine en une fois, bien mélanger et incorporer les œufs un par un.

Plonger les morceaux de cervelle dans la pâte, puis dans un bain d'huile chaude, les laisser dorer, les retirer à l'aide d'une écumoire et les placer sur une feuille de papier absorbant.

Servir les beignets de cervelle accompagnés d'une sauce tartare ou de quartiers de citron.

BON À SAVOIR

Quand vos narines frémissent...



Hum ! quelle bonne odeur ! Vos narines en frémissent. Six millions de cellules, tapies dans vos fosses nasales, vont piéger ces effluves et les photographier. En moins d'une seconde, ces images olfactives voyagent jusqu'au centre de

vos narines qui les identifie. Tiens, c'est une madeleine ! Au même moment, le système limbique, le siège de nos émotions, les associe à nos souvenirs personnels (les goûters de notre enfance). L'odorat est le plus animal de nos

cinq sens. C'est aussi celui qui contient la puissance d'évocation la plus riche. A noter que les cellules olfactives se renouvellent constamment. Ainsi, chaque matin, vous vous réveillez avec un nez tout neuf !

Truc et Astuces

1 - Garder les œufs entiers pendant la cuisson

SOS Œufs durs fêlés : une cuillère de gros sel empêchera les blancs des œufs fêlés de se répandre dans l'eau en cours de cuisson.

2 - Rattraper une crème anglaise

Passez-la quelques instants au mixer.

3 - Rattraper une mayonnaise

Il suffit d'ajouter à votre mayonnaise quelques grains de sel ou encore quelques gouttes de vinaigre bouillant ou d'eau chaude.

4 - Rattraper une préparation trop salée

Des soupes ou des légumes trop salés peuvent être rattrapés en y ajoutant des pommes de terre crues. Otez les pommes de terre après qu'elles aient absorbé le sel.

5 - Vérifier la fraîcheur d'un œuf

Pour vérifier qu'un œuf est encore frais, placez-le dans de l'eau froide légèrement salée. S'il coule, c'est qu'il est encore frais. S'il flotte, jetez-le.

Attention aux hamburgers mal cuits !

■ Pour éviter tout risque de contamination par une bactérie parfois présente chez les bovins, il est conseillé de cuire les hamburgers pendant au moins deux minutes et sur feu vif. L'ingestion de viande infectée insuffisamment cuite peut, en effet, entraîner de violentes diarrhées, parfois teintées de sang, qui réclament un traitement rapide. Aux Etats-Unis, plusieurs épidémies de "maladies du hamburger mal cuit" ont déjà été signalées.

Le gâteau

Crumble aux fruits de votre choix

Nombre de personnes : 8

Temps de cuisson : 20

Temps de préparation : 10

-120 g de farine
-100 g de beurre
-80 g de sucre en poudre
-1 pincée de sel
-1 pointe de cannelle
-500 g de fruits
Mettre dans le bol mixer
-la farine
-le beurre coupé en morceaux
-le sel
-le sucre
-la cannelle
Mixer le tout
Beurrer un moule (style plat à tarte)
Y disposer les fruits
Saupoudrer de la pâte émiettee
Mettre au four (180°) 20 mn environ



Le saviez-vous ? Il est déconseillé de lire en mangeant



L'attention apportée aux aliments facilite la digestion et les sucs digestifs sont stimulés par la vue et l'odorat. Absorbé par un livre ou par la télé, la sécrétion de la salive et des sucs gastriques est moins importante et la digestion sera plus difficile. En outre, pour faciliter l'assimilation des aliments, il faut bien les mâcher. Or, par distraction, on ne le fait pas toujours.