

## Gratin d'aubergines frites aux champignons



2 aubergines, 1/2 poivron rouge, 1 boîte de champignons émincés, 2 c. à s. de crème fraîche, 2 c. à s. de fromage râpé, 1 c. à s. d'huile, sel, poivre  
Sauce béchamel : 2 c. à s. de beurre, 2 c. à s. de farine, 1/4 litre de lait, 2 c. à c. de crème fraîche, 1 c. à s. de persil haché, 100 g de fromage râpé, sel, poivre

Préparer la sauce béchamel, faire fondre le beurre dans une casserole sur feu doux, saupoudrer la farine en remuant avec une cuillère en bois, verser le lait graduellement en continuant à remuer constamment jusqu'à l'obtention d'une sauce épaisse, saler et poivrer, ajouter la crème fraîche, bien mélanger.

Laver soigneusement les aubergines et les essuyer. Couper les aubergines en deux dans le sens de la longueur en gardant la queue.

Faire frire les aubergines dans l'huile chaude, retirez-les lorsqu'elles sont bien dorées des deux côtés, placez-les dans un moule à gratin, videz-les délicatement à l'aide d'une cuillère en gardant une petite épaisseur de chair sous la peau, hacher la pulpe d'aubergines, pressez-la dans une passoire pour se débarrasser de l'excès d'huile.

Faire chauffer l'huile dans une poêle et y faire revenir les morceaux de poivron en remuant constamment pendant 5 minutes, ajouter les champignons émincés et continuer à remuer jusqu'à ce que les champignons soient dorés, ajouter la pulpe d'aubergines hachées, bien mélanger pendant 3 minutes, saler et poivrer, ajouter la crème fraîche et faire revenir 2 minutes. Hors du feu ajouter le persil haché et le fromage râpé, bien mélanger.

Remplir les demi-aubergines vidées avec la farce, verser sur chacune d'elles la sauce béchamel et parsemer de fromage râpé.

Faire gratiner 15 minutes à four moyen.

## Trucs et astuces

### Dorer une brioche

Dorez facilement vos brioches en versant dessus un peu de café faiblement sucré. Procédez de la même façon pour vos tartes, ça marche aussi !

### Eviter la solidification du caramel

Pour éviter que le caramel ne durcisse, ajoutez une goutte de vinaigre dès que sa couleur vous convient. Le caramel restera bien liquide, et patientera plus longtemps avant d'être dégusté !

### Dénoyauter les olives

Prenez un entonnoir,



renversez-le et placez votre olive sur le goulot. Tournez-la doucement : le noyau tombe dans l'entonnoir, votre olive est dénoyautée, sans difficulté.

### Faire dorer un poulet

Verser du lait directement sur votre poulet, puis saupoudrez-le de farine. Faites-le rissoler. En fin de cuisson, vous pourrez apprécier ce poulet délicieusement doré !

### Eplucher l'ail sans difficulté

Trempez vos gousses d'ail dans de l'eau très chaude juste avant de les éplucher. La peau partira beaucoup plus facilement !

## Le henné et les cheveux

**Le henné ravive votre chevelure et l'enrichit de reflets nuancés, renforçant les racines, gaine le cheveu, et préserve ses fonctions vitales tout en assurant à votre coiffure, souplesse, éclat et couleur.**

Le henné doit son pouvoir colorant à la présence d'un tanin, véritable colorant naturel dans sa feuille.

Il se fixe sur la kératine du cheveu ; le henné ravive votre chevelure et l'enrichit de reflets nuancés, renforçant les racines, gaine le cheveu, et préserve ses fonctions vitales tout en assurant à votre coiffure, souplesse, éclat et couleur.

Mode d'emploi Pour mettre de la couleur à vos cheveux, il est conseillé d'utiliser le henné de la manière suivante :

● On met la poudre de henné dans un récipient en verre, jamais métallique, et on verse de l'eau bouillante de préférence de l'eau de roche ou de l'eau minérale. On laisse refroidir jusqu'à ce

que le cuir chevelu le tienne.

● On fait une pâte ni trop épaisse ni trop liquide et on l'applique des racines

### Sauce au fromage

150 g de fromage râpé, 50 g de beurre, 50 g de farine, 550 ml de lait, sel et poivre



Faire fondre le beurre dans une casserole, ajouter la farine peu à peu en mélangeant et laisser cuire 1 min environ sans cesser de remuer jusqu'à l'obtention d'un mélange mousseux. Incorporer au mélange un verre de lait en mélangeant pour délayer le mélange et pour qu'il soit homogène, ajouter encore un peu de lait sans cesser de remuer et répéter l'opération autant de fois que nécessaire jusqu'à ce que le lait ait été mélangé et laisser cuire le tout pendant 10 min environ en remuant. Incorporer le fromage et laisser le fondre en mélangeant. Servir la sauce aussitôt avec un plat complet.



Photos : DF

aux pointes, en commençant par la partie postérieure de la tête. Il est conseillé de mettre des gants pour ne pas salir les mains et les ongles.

● On met un drap sur la tête ou un plastique et on laisse agir de 15 à 45 minutes selon l'intensité souhaitée de la couleur. Le henné requiert de la chaleur donc on peut se mettre au soleil.

Par la suite on fait un shampooing doux en utilisant un adoucissant comme d'habitude.

● Pour éviter de tacher vos mains, lavez-les immédiatement après l'application. Par contre, les linges ou serviettes utilisés risquent très fort d'être tachés, et indélébilement.

**ATTENTION : Si vous utilisez du henné, vous ne pourrez plus faire de teintures ni de permanentes chimiques. Le henné gaine les cheveux et empêche les produits chimiques de faire leur œuvre. Cela peut même donner des résultats catastrophiques !**

## Comment choisir son rouge à lèvres ?



**La teinte du rouge à lèvres doit être en harmonie avec la couleur de la peau, des yeux, des cheveux et le reste du maquillage.**

Le choix de sa texture a également un rôle fondamental dans le résultat du maquillage et dans sa tenue. Le choix de la tenue (garde-robres) et la nature du teint jouent un rôle primordial dans le choix du bon rouge à lèvres. En

effet, un teint un peu foncé accepte toutes les nuances ; par contre, un teint de rousse ira à merveille avec des tons plus orangés. Sensible à la matière, les lèvres peuvent aussi jouer selon les tissus : mat, brillant ou soyeux

- Les blondes opteront pour des couleurs douces telles que bois de rose, pêche, saumon.

- Les rousses seront mises en valeur par des tons orangés, bruns ou irisés.

Les teintes bleutées et certains rouges sont à éviter.

- Les brunes ou les peaux mates pourront porter des teintes chaudes, claires ou intenses. Les brunes aux lèvres pulpeuses pourront oser le rouge et les couleurs foncées. Si seules vos lèvres sont maquillées, évitez le plus possible les teintes foncées qui ont tendance à durcir les traits du visage. Les femmes d'âge mûr quant à elles devront éviter les couleurs trop sombres ou trop voyantes, les couleurs violines et les rouges brillants.

## Brownie rapide



2 œufs, 100 g sucre en poudre, 100 g chocolat noir, 100 g de beurre, 50 g de farine, 50 g de noix

Faire fondre le chocolat et le beurre dans une casserole. Dans un saladier mélanger les œufs et le sucre, ajouter la farine et bien mélanger, ajouter le chocolat fondu, les noix écrasées et mélanger le tout. Verser la préparation dans un moule beurré. Faire cuire dans un four préchauffé à 200°C pendant 15 à 20 minutes.