Tarte briochée poivron-dinde

POUR LA PÂTE : 220 g de farine, 200 ml de lait, 1 œuf, 1/2 sachet de levure, 50 g de beurre, 1/2 c. à café de sel, 1 c. à café de sucre en poudre
POUR LA GARNITURE : 2 c. à s. de concentré de tomates, 3 poivrons rouges grillés, 2 gousses d'ail, 2 feuilles de laurier, 50 g de gruyère, 200 g de dinde en morceaux, sel, poivre, 1/2 c. à café de harissa, 1 c. à café d'huile d'olive, 1 verre d'eau

La pâte à brioche : Dans le bol du pétrin, verser le beurre mou coupé en petits morceaux, le lait, l'œuf, le sucre, le sel, la farine et enfin la levure. Mettre en mode pétrissage et laisser lever 1 heure.
La garniture : Dans une casserole, mettre l'huile et ajouter le concentré de tomates, incorporer l'ail haché et faire revenir. Ajouter le sel, le poivre et la harissa. Finir par un verre d'eau, laisser mijoter pendant environ 20 min à feu doux jusqu'à ce que la sauce épaississe. Laisser refroidir. Faire revenir la dinde dans une poêle antiadhésive (sinon avec 1CC d'huile). Là encore réserver.
Etaler la pâte dans un plat à tarte, puis y déposer la sauce tomate refroidie. Agrémenter de poivrons grillés préalablement coupés en morceaux et des morceaux de dinde. Parsemer de gruyère et mettre au four, départ à froid, pendant 20 min.

Gommage au café

Après avoir fait du café, vous pouvez récupérer le café dans le filtre de la cafetière. Au moment du bain ou de la douche, se rincer puis prendre une petite poignée de café (humidifier avec un peu d'eau et se frictionner le corps et le visage. Ne pas frotter trop fort aux endroits où la peau est sensible. On peut éventuellement se savonner après avec un savon doux.

Comment retrouver des cheveux naturels

S'il s'agit d'une coloration directe, celle-ci disparaît après quatre ou cinq shampooings. Mais s'il s'agit d'une coloration avec oxydation, consultez votre coiffeuse. Avec des produits dégorgeants, elle peut effacer la couleur, puis elle recolore les cheveux d'un ton proche de votre base naturelle. N'appliquez pas vous-même une nouvelle couleur sur l'ancienne pour la camoufler. Les deux se mélangent et vous risqueriez un résultat catastrophique !

IL VEUT MANGER TOUT SEUL

Les coups de pouce de maman

Il refuse désormais que vous lui donniez ses repas à la petite cuillère ? L'encourager n'est pas toujours facile quand il faut tout nettoyer derrière. Voici quelques trucs pour l'aider à manger seul, testés et approuvés par des mamans !

PHOTOS : DR

Laisser faire et encourager

Votre petit devient autonome et vous voulez l'accompagner. Ça tombe bien, sa première motivation, c'est vous imiter. Commencez donc par manger vos repas avec lui. Avant qu'il ne réclame de manger seul, vous pouvez lui donner une cuillère. D'abord pour l'amuser et pour le responsabiliser, ensuite pour qu'il apprenne à s'en servir. Continuez à lui donner à manger et progressivement, il amènera la cuillère à sa bouche.

Avec les doigts

Pour lui donner confiance, laissez-le attraper avec les doigts. Quoi de plus naturel que de palper la nourriture pour la sentir avant de la manger ? Donnez-lui des aliments à attraper facilement. Morceaux de banane, bâtonnets de carottes, frites de pomme… Vous le trouvez encore petit pour les morceaux ? Restez toujours à côté de lui si vous craignez l'étouffement. S'il ne mange pas les morceaux, essayez l'écrasé de légumes plutôt que la soupe qui éclabousse.

Comment limiter les dégâts ?

Il veut manger comme un grand mais malgré son insistance, il se révèle plus ou moins adroit? Il en met partout : par terre, sur les murs et sur vous ! Voici nos trucs pour limiter les saletés.
- Pour bébé : une bavette, un maxi bavoir ou un tablier de peinture. Pour dépanner, un t-shirt d'adulte peut aussi faire l'affaire.
- Pour vous : un tablier ou une chemise à manches longues pour protéger vos vêtements.
- Pour l'équipement, il y a un grand choix dans les rayons de puériculture : assiette à ventouse, timbale avec des anses, couverts aux manches ergonomiques… Enfin, une fourchette en plastique est parfois plus pratique pour attraper en piquant qu'une cuillère.

Autres trucs

* Faites de la purée lisse mais compacte. Si elle est trop liquide, elle va couler et éclabousser. Bon à savoir : une pomme de terre permet de donner une consistance plus collante.
* Donnez des morceaux de légumes fondants, trop cuits.
* Proposez une paille.

Flan au caramel

Temps de repos : 2 h
POUR LE CARAMEL : 3 c. à s. de sucre en poudre, 2c. à s. d'eau, 5 gouttes de jus de citron
POUR LA CRÈME : 1/2 l de lait, 1 pincée de sel, 4 c. à s. de sucre en poudre, 1 sachet de sucre vanillé, 4 œufs

Préparez le caramel : Directement dans le moule, mettez le sucre et mouillez avec l'eau. Laissez à feu doux jusqu'à ce que le sucre soit fondu. Forcez la température sans remuer ni pencher le moule dès que le sucre commence à dorer puis ajoutez quelques gouttes de jus de citron. Quand la coloration dorée est uniforme, arrêtez la cuisson, saisissez le moule et tournez-le en tous sens pour répartir le caramel sur les parois, laissez refroidir. Préchauffez le four th. 6/7 (180/210°C).
Préparez la crème : Faites bouillir le lait avec le sel, le sucre et le sucre vanillé. Fouettez les œufs vigoureusement. Ajoutez peu à peu le lait chaud en continuant à fouetter. Filtrez au chinois et versez dans le moule. Mettez le moule dans un plat faisant office de bain-marie. Enfournez pour 40 minutes, en vérifiant que la température du bain-marie reste tiède. La crème est cuite quand la surface, légèrement dorée, résiste à la pression du doigt. Laissez un peu refroidir avant de placer le moule dans le réfrigérateur pour 2 heures environ. Démoulez la crème complètement froide. Si un peu de caramel reste collé au fond du moule, ajoutez 1 ou 2 cuillerées d'eau, faites bouillir et versez autour de la crème démoulée.

Trucs et astuces

Nettoyer des joints noircis

Pour nettoyer les joints de salle de bain de manière économique et presque écologique, on vous propose cette méthode : mettre du vinaigre blanc et quelques gouttes de produit vaisselle dans un bol d'eau. Gratter avec une brosse à dent et rincer.

On peut aussi compléter avec une petite astuce : Après les avoir nettoyés avec du vinaigre et du produit vaisselle, rincer et passer, toujours avec une brosse à dents, de l'eau oxygénée sur le joint.

Comment empêcher la volaille de se dessécher ?

Glissez dans le four un petit récipient d'eau.

Pour que la volaille dore bien

- Trempez-la dans du lait avant de passer au four.
- Comme pour les rôtis, vous pouvez aussi presser sur ses entrailles un jus de citron qui lui donnera une belle couleur dorée.

Œufs au plat

Pour que vos œufs au plat ne collent pas, saupoudrez le beurre qui servira à faire cuire les œufs avec un peu de farine ou du vinaigre.

Un tiroir qui coulisse mal

Vous n'arrivez plus à ouvrir et fermer correctement un de vos tiroirs ? Ça accroche et ça grince ? Pour qu'il glisse mieux, frottez les glissières et les chants avec du savon liquide ou encore de la paraffine.