

PARENTS

Muffins aux thon et olives noires

180 g de thon à l'huile,
100 g de farine, 70 g
d'olives noires
dénoyautées, 3 œufs,
10 cl de crème fraîche
liquide, 90 g de fromage
râpé, 1 c. à café de
levure, sel, poivre



Préchauffez le four th.7
(200°C). Mettez le thon, les
œufs, la crème, le fromage
râpé dans le mixeur,
assaisonnez et mixez 2
min. Intégrez la farine et la
levure. Coupez les olives
en rondelles et ajoutez-les
à la préparation. Versez
dans des moules en
silicone en parts
individuelles et enfournez
pendant 20 min. Servez
avec un peu de fromage
râpé sur le dessus.

Tics et mouvements étranges de l'enfant



Photos : DR

Le tic est un mouvement involontaire, brusque et soudain, caractérisé par sa répétition. C'est une déformation caricaturale de mouvements naturels du visage, des membres ou de segments entiers du corps (épaules, dos par exemple).

Caractéristiques communes à tous les tics

Ils peuvent toucher n'importe quel muscle, s'associer et/ou se succéder. Ils diminuent au

repos. Ils disparaissent pendant le sommeil. Ils s'exacerbent en salves s'il y a tension, contrariété, anxiété.

Portrait du «tiqueur»

C'est généralement un enfant de 6 à 15 ans, parfois maladroit et/ou gaucher contrarié. Son caractère est volontiers marqué par une attitude d'opposition, avec des bouffées d'agressivité, ou au contraire, une attitude de soumission. Son jugement est souvent

puéril et l'enfant montre une dépendance étroite vis-à-vis de sa famille. L'anxiété est presque toujours présente chez le tiqueur.

Elle peut correspondre à des tensions familiales ou révéler un problème affectif. L'ensemble du caractère donne une impression d'instabilité du caractère.

Le tiqueur finit par épuiser son entourage et c'est souvent celui-ci qui amène l'enfant à consulter.

Cake aux yaourt et chocolat

1 yaourt, 3 œufs, 2 pots de
sucre, 3 pots de farine,
1 sachet de levure, 1 pot
d'huile, 3 c. à soupe de
chocolat à tartiner, 20 g de
beurre pour le moule



Préchauffez le four th.6
(180°C). Dans un saladier,
versez le yaourt. Lavez et
essuyez le pot qui vous servira
de doseur. Fouettez les œufs
entiers, ajoutez-les au yaourt et
mélangez, puis ajoutez le
sucre, la farine, la levure, l'huile
et mélangez bien jusqu'à
obtention d'une pâte bien lisse.
Beurrez un moule à cake.
Versez-y un tiers de la pâte,
recouvrez-la d'une cuillère à
soupe de chocolat à tartiner,
puis de pâte une seconde fois
avec deux cuillères à soupe de
chocolat et terminez par la
pâte. Enfournez et faites cuire
35 min. Vérifiez la cuisson à
l'aide d'un couteau, la lame doit
ressortir sèche. Laissez refroidir
sur la grille du four. Servez
froid.

Maux d'estomac

Après un repas
maladroit, boire
un verre d'eau
tiède, plus chaude
que tiède.
Deux minutes
après, si le mal
est toujours là, en
reprandre un
autre, avec une
eau un peu plus
chaude.



BEAUTÉ DES YEUX

Quand on s'épile trop
et trop souvent, le
sourcil a vite fait de ne
plus jamais repousser.
Mieux vaut en enlever
moins...

que plus. Si vous
voulez tenter l'aventure
seule, sans risquer
votre regard de braise,
rappelez-vous les
principes de base :
n'épilez jamais la ligne

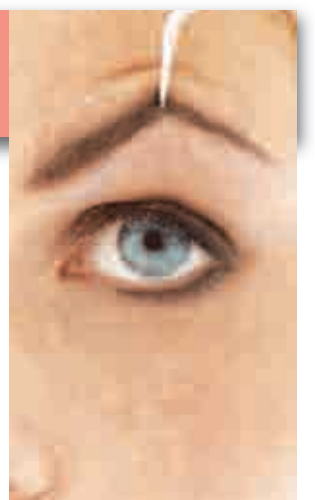
supérieure du sourcil, ni
ses extrémités internes.
N'épilez pas jusqu'à
obtenir un trait. Non
seulement c'est
démodé, mais ça prive
le regard de son
expression.

Ça vaut le coup d'œil

Offrez-vous un poil de
discipline en vous
équipant d'une brosse à

sourcil. Pour la pince à
épiller, préférez celle qui
est biseautée : elle
permet de bien prendre
le cil et d'avoir un geste
précis.

D'une main, maintenez
la peau avec fermeté ;
de l'autre, jouez de la
pince en tirant d'un
coup sec, toujours dans
le sens de
l'implantation.



Les étudiants de l'Ecole supérieure d'hôtellerie et
de restauration d'Alger vous convient à venir découvrir
leur restaurant éphémère «Al Madraga» bar à tapas,
qui ouvrira ses portes du 09 au 13 avril 2017.

Soyez nombreux à découvrir notre atmosphère
chaleureuse et moderne tout en savourant de bons petits
plats et sirotant vos verres sous l'esprit d'échange et de
partage. Et pour clôturer cette expérience exceptionnelle,
nous vous invitons à notre soirée gala qui accueillera
le fabuleux et talentueux groupe Triana d'Alger
le 13 avril 2017.

*Pour plus d'informations, suivez-nous
sur les réseaux sociaux :*



Facebook : Al Madraga, bar à tapas / Instagram : @al.madruga Bar a Tapas

Snapchat :el_madruga / Site web : al-madruga.e-monsite.com

Ou contactez nous directement au numéro suivant : 0561.08.86.67