

Recettes*

POUR L'ÉTAPE 2

CRÊPES MAISON (POUR 10 CRÊPES)

INGRÉDIENTS

- 250 ml de lait
- 85 g de farine
- 1 œuf
- 20 g de beurre sans protéine de lait de vache (ex : Saint- Hubert)

Mettre la farine dans un plat et former un puit. Y ajouter œuf, beurre fondu. Mélanger avec un fouet en ajoutant le lait au fur et à mesure. Faire chauffer une poêle antiadhésive et la huiler légèrement.

Y verser une louche de pâte, la répartir dans la poêle puis attendre qu'elle soit cuite d'un côté avant de la retourner. Faire de même pour les suivantes.

CRÊPES SANS ŒUF (POUR 10 CRÊPES)

INGRÉDIENTS

- 250 g de farine
- 250 ml de lait
- 1/4 l d'eau
- 50 g de beurre sans protéine de lait de vache (ex : Saint- Hubert)
- un peu de levure

Procéder comme celui-ci

CRÊPES DR OETKER (POUR ENVIRON 10 CRÊPES)

Contenu 600 g (3 x 200 g)
Mélanger 1 sachet de 200 g avec 250 ml de lait + 200 ml d'eau. Verser le contenu du sachet dans un plat. Ajouter les 250 ml de lait froid lentement, puis les 200 ml d'eau en remuant avec un fouet jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse et légère. Faire bien chauffer la poêle, graissez-la avec un peu de beurre et faite dorer les crêpes de chaque côté.

MADELEINES SANS ŒUF (POUR 18 MADELEINES)

INGRÉDIENTS

- 70 g de farine
- 70 g de poudre d'amandes
- 40 g de sucre
- 1 sachet de sucre vanillé
- 1 sachet de Baking
- 30 g d'huile de tournesol
- 120 ml de lait
- le jus de ½ citron

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 15 minutes

Préchauffer le four à 180°C.

1. Dans un saladier, mélanger la farine, la poudre d'amandes et le Baking.
2. Ajouter le lait, l'huile et le jus de citron.
3. Ajouter ensuite le sucre et le sucre vanillé.

4. Mélanger jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.
5. Verser la préparation dans des petits moules à madeleines.
6. Enfourner et laisser cuire pendant environ 12 à 15 minutes.
7. Laisser refroidir avant de démouler.



POUR L'ÉTAPE 3

PURÉE MAISON

Placer la quantité de lait nécessaire dans une tasse allant au micro-onde :

INGRÉDIENTS

- 9 ml pour étape 3a
- 12.5 ml pour étape 3b
- 25 ml pour étape 3c

Porter ce lait à ébullition en le plaçant au micro-onde. Ecraser les pommes de terre cuites à l'eau, ajouter la quantité de lait « bouilli » à la quantité de pommes de terre écrasées que votre enfant a l'habitude de consommer, mélanger. Servir. Si votre enfant a encore faim, compléter avec des pommes de terre écrasées.

MOUSSELINE MAGGI®

(DELHAIZE® BOITE DE 250G)

Dans une casserole, porter 500 ml d'eau et 250 ml de lait demi écrémé à ébullition. Saler à votre convenance. Retirer du feu et attendez 2 minutes. Verser le contenu du sachet en remuant. Servir.



POUR L'ÉTAPE 5

CRÈME PUDDING IMPÉRIAL VANILLE



INGRÉDIENTS

- 1 sachet de poudre vanille Impérial
- 1 litre de lait
- 100 g de sucre.

Mélanger dans un récipient ± 250 ml de lait avec la poudre impérial. Faire chauffer les 750 ml le lait restant. Mélanger pour éviter que le lait ne brûle au fond de la marmite. Dès qu'il « monte » ajouter le mélange lait et poudre diluée. Mélanger à nouveau quelques secondes.

Sortir du feu et ajouter le sucre, mélanger. Répartir la crème dans 10 ramequins.