

# Simply Cookit



**20**  
RECETTES  
sucrées & salées

*Spécial Fêtes*

# Simply Cookit



## Cookit, la cuisine réinventée

Chaque année, c'est un pur bonheur de se replonger dans la magie de **Noël** : imaginer des cadeaux pour ses proches, décorer sa maison, penser à de belles recettes pour régaler sa famille... Si les enfants sont impatients d'ouvrir leurs cadeaux, la question du repas de Noël reste centrale : faut-il organiser un repas assis ? Un buffet ? Un apéritif dinatoire ?

Pour réussir ce moment d'exception, ce troisième magazine va vous séduire et vous inspirer avec ses 20 nouvelles recettes inédites Spécial Fêtes de fin d'année : des macarons ou des truffes au chocolat et au miel à offrir à vos invités, une recette de kouloubiac de saumon à partager, une préparation savoureuse et originale pour farcir un chapon ou une dinde, un bavarois aux fruits de la passion ou une bûche au caramel beurre salé pour les plus gourmands...

Et grâce à votre robot **Cookit**, préparer une bûche devient tellement simple ! Ses nombreux accessoires vous aident à réaliser les tâches un peu techniques. Sans oublier les nombreuses fonctionnalités de l'application **Home connect** qui vous facilitent la vie au quotidien, comme la liste de courses, la création de recettes personnelles, la modification de recettes ou la gestion des stocks pour limiter le gâchis alimentaire.

Chaque recette est également accompagnée de petites astuces, ainsi que de valeurs nutritionnelles pour mieux équilibrer son alimentation. Le plus difficile sera de choisir votre ou vos recettes préférées !

Toute l'équipe **Cookit** vous souhaite de très belles fêtes chaleureuses et de belles découvertes culinaires.

Anne Deville-Cavellin  
Diététicienne nutritionniste



### LES ENTRÉES

Œufs Bénédicte.....	10
Petits fours guacamole crevettes.....	11
Tartare de saumon et pomme acidulée.....	14
Terrine aux deux poissons.....	15
Velouté aux champignons et châtaignes.....	18
Verrines de saumon.....	19

### LES PLATS

Farce au pain d'épices, aux fruits secs et à l'orange...24
Gambas au safran.....25
Kouloubiac de saumon.....28
Polenta crémeuse aux légumes rôtis.....31
Saint-Jacques au beurre d'agrumes.....32
Tajine de dinde aux marrons et fruits secs.....33

### LES DESSERTS

Bavarois mangue fruits de la passion.....38
Bûche au caramel beurre salé.....39
Gratins de clémentines.....42
Macarons au chocolat.....43
Manalas de la Saint-Nicolas.....46
Tarte aux marrons.....47
Tarte potimarron et noix de pécan.....50
Truffes au chocolat et au miel.....51

### POUR EN SAVOIR PLUS

Nouvelle fonctionnalité.....	36
Nouvel accessoire.....	22

Cookit magazine Spécial Fêtes est édité par la société **BSH Electroménager**

26 avenue Michelet - 94300 Saint-Ouen - Tel.:+33(0)1.49.48.30.00

**Directeurs de publication** : Ronald Wassenaar & Anne Deville-Cavellin  
Cet ouvrage a été conçu et réalisé par la société : BSH Electroménager.

**Mise en page** : Cynthia Girard

**Diététicienne** : Anne Deville-Cavellin

**Tests & création des recettes** : Diane Glavany & Anne Deville-Cavellin

**Crédit photos** : Nathalie Carnet

**Stylisme culinaire** : Diane Glavany

**Photos** : Agence Sucre-Salé

**Photos intérieurs** : Agence Sucre-Salé et Adobe Stock

**Copyright © 2023 BOSCH** : Toute reproduction ou représentation intégrale ou partielle, par quelque procédé que ce soit, du texte et/ou de la nomenclature contenus dans le présent ouvrage, et qui sont la propriété de l'éditeur, est strictement interdite.

---

# CUISINEZ SELON VOS ENVIES AVEC VOTRE ASSISTANT IDÉAL

---



**Rien de tel que le fait maison. Mais vous manquez parfois de temps. Voici votre assistant : Cookit de Bosch. Grâce à lui, vous réussirez toujours parfaitement et rapidement de délicieux plats.** Avec son aide, vous pourrez réaliser des recettes savoureuses avec peu d'efforts tout en variant les plaisirs à table.

Afin que vous puissiez tout de suite commencer à cuisiner et essayer Cookit, nous avons résumé les informations les plus importantes dans les pages suivantes.

*Vous avez d'autres questions ?*  
Vous trouverez des informations plus détaillées et des explications plus techniques dans le livre de recettes Cookit, ainsi que dans le mode d'emploi.

## 3 MANIÈRES DE CUISINER, D'INFINIES POSSIBILITÉS.

**Votre Cookit est un robot multifonction polyvalent.**

**C'est vous qui décidez du niveau d'aide et de liberté que vous souhaitez pour cuisiner.**

**Cuisine guidée : des recettes guidées au succès garanti.**

Impossible de faire plus simple ! Grâce à des instructions données pas à pas, vous pouvez réaliser facilement des plats élaborés et en toute sécurité.

Sélectionnez la recette guidée souhaitée sur Cookit dans « Toutes les recettes » et réalisez-la simplement en suivant les étapes sur l'écran tactile. Comme la recette est spécialement adaptée à Cookit et que tous les paramètres de cuisson (tels que la vitesse, la température et la durée) sont définis, la recette ne peut être que réussie.

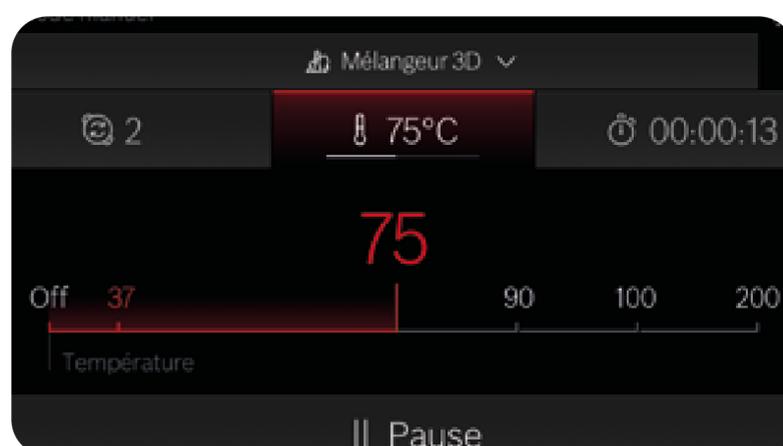
Vous aimez être guidé tout en apportant vos propres idées ? Alors nos recettes Flex sont faites pour vous. Vous pouvez alors varier les ingrédients et créer un plat qui vous est propre. Grâce à votre touche personnelle, vous créez la recette de votre choix.

**Programmes automatiques : ils vous apportent une grande aide**

Surprenez vos invités exigeants avec une viande parfaitement tendre ou préparez de délicieux légumes riches en vitamines pour les enfants ! Grâce aux nombreux programmes automatiques, vous êtes sûr de maîtriser toutes les techniques de cuisson comme la cuisson sous vide ou la cuisson vapeur, mais aussi celle du riz ou des pommes de terre.

**Cuisine manuelle : exactement à votre goût**

Envie de cuisiner une recette familiale que vous appréciez ou un plat que vous avez vu sur un blog culinaire ? Là aussi, Cookit vous permet d'atteindre votre objectif. Cuisinez manuellement et profitez d'une liberté totale. Sélectionnez l'accessoire puis réglez vous-même la vitesse de mélange, la température et la durée. C'est simple. Grâce à ses accessoires, Cookit remplit à lui seul les fonctions de nombreux appareils de cuisine.



# CUISINEZ AVEC AMOUR ET AVEC LES BONS ACCESSOIRES



## Un pour tout. Et tout-en-un.

### 1 Le bol XL avec technologie SmartSensor

► Avec une capacité de 3 litres, mijotez, saisissez, mélangez, mixez, émulsionnez, etc. de grandes quantités.

► Deux capteurs de température permettent de cuire vos plats préférés à la perfection, et ce en toute sécurité.

### 2 Le couteau universel

► Pour émincer des aliments, comme des oignons ou moulin des noix.

► Pour mixer des soupes.

► Pour mélanger des ingrédients.

► Pour pétrir des pâtes.

► Un fourreau de protection est fourni pour le rangement du couteau ou son nettoyage au lave-vaisselle.

### 3 Le mélangeur 3D

► Pour mélanger efficacement, des petites comme des grandes quantités jusqu'à 3 litres, ainsi que pour le mélange délicat des préparations comme le risotto. Grâce à lui les ingrédients sont mélangés uniformément et rapidement.

► Pour faire revenir des ingrédients en morceaux, tels que des morceaux de viande. Cela permet de retourner et de saisir la viande sur toutes les faces.

► Pour réchauffer des soupes et des ragoûts.

### 4 Le double fouet

► Pour fouetter des aliments tels que les blancs d'œufs et la crème liquide. Il permet d'incorporer de l'air dans les préparations, froides ou chaudes. Astuce : le couteau universel est le plus recommandé pour pétrir les pâtes à pain ou à gâteaux.

► Pour mélanger des sauces froides et chaudes, ainsi que des préparations liquides comme un flan, de la polenta ou du porridge. Ses deux fouets assurent une consistance uniforme et homogène.

► Pour émulsionner des préparations comme la mayonnaise.



### 5 Les disques réversibles pour émincer et râper

- ▶ Disque à découper réversible : pour couper en rondelles épaisses ou fines des fruits ou légumes, comme des pommes, des pommes de terre, des carottes ou des poireaux.
- ▶ Disque à râper réversible : pour râper grossièrement ou finement des fruits, des légumes ou encore du fromage.
- ▶ Astuce : pour moudre des noix, il est recommandé d'utiliser le couteau universel.

### 6 Le grand panier vapeur

- ▶ Grande capacité et forme optimale pour cuire à la vapeur même de grandes portions, par exemple du poisson, des asperges, des légumes ou de la volaille.
- ▶ Le plateau vapeur permet de cuire à la vapeur sur un troisième niveau.
- ▶ A la fin de la cuisson, le grand panier vapeur est posé sur le couvercle retourné. Ainsi, le plan de travail reste propre.

### 7 Le petit panier vapeur

- ▶ Pour cuire à la vapeur, par exemple des légumes, du riz ou des pommes de terre.
- ▶ Il est aussi possible d'utiliser simultanément le petit et le grand panier vapeur, donc de cuire à la vapeur sur trois niveaux.
- ▶ Convient également pour égoutter des aliments.

### 8 La spatule

- ▶ Les aliments saisis peuvent être facilement retirés du fond du bol, car la spatule résiste à la chaleur.
- ▶ Idéale pour mélanger des plats chauds.
- ▶ Grâce à l'encoche à l'extrémité du manche, le retrait du couteau universel, du mélangeur 3D, du double fouet ou du petit panier vapeur devient facile : inutile de se salir les mains.

# L'APPLI QUI REND VOTRE COOKIT ENCORE PLUS INTELLIGENT



Avec l'application Home Connect, votre Cookit vous facilite la vie. Home Connect se connecte intelligemment avec Cookit et tous les appareils électroménagers de la marque. Ensuite, depuis un appareil mobile, surveillez diverses fonctions ou recevez des informations précieuses. Un réel gain de temps !

## Trois étapes simples suffisent pour installer Home Connect et connecter votre Cookit :

1. Téléchargez gratuitement l'application Home Connect et installez-la sur votre smartphone ou tablette.
2. Créez un compte Home Connect.
3. Connectez votre Cookit.



Le téléchargement de l'application Home Connect est possible aussi bien sur l'App Store (pour iOS) que sur Google Play Store (pour Android). Nous avons ajouté ces liens pour vous à l'adresse [www.home-connect.com](http://www.home-connect.com).

Installez sans attendre l'application Home Connect et profitez de plusieurs avantages.

**Plus de recettes :** avec l'application Home Connect, vous accédez à toutes les nouvelles recettes de votre Cookit. Laissez-vous inspirer par de nouvelles idées et cuisinez en un clic. Trouvez une recette et appuyez sur "Télécharger la recette" ou "Commencer à cuisiner". La recette est ensuite transférée sur Cookit et apparaît immédiatement sur l'écran. On ne peut pas faire plus simple.

**Plus de liberté :** lorsque vous préparez des recettes guidées, l'appareil mobile vous montre à quelle étape de la recette se trouve Cookit. Ainsi, vous pouvez tranquillement poursuivre vos activités, tout en ayant l'essentiel sous les yeux.

**Plus d'informations :** vous pouvez lire une recette détaillée avec la liste des ingrédients. Vous n'avez pas votre smartphone à portée de main et vous souhaitez configurer l'application Home Connect plus tard ? Dans le menu « Paramètres » du Cookit, vous pouvez vous connecter à l'application Home Connect à tout moment.

---

# PASSEZ DE BELLES FÊTES AVEC COOKIT

---



## Conseil :

La **star des brunchs** ! Les œufs Bénédictes **se déclinent également avec du saumon fumé**. La sauce hollandaise est un classique de la gastronomie française, elle accompagne un plat de poisson ou des asperges cuites à la vapeur. Utiliser des œufs à température ambiante. Il est possible de cuire les œufs dans leur papier film directement dans le grand panier vapeur.



# OEUFS BÉNÉDICTE



## DIFFICULTÉ :

Facile

## ACCESSOIRES COOKIT :

Double Fouet  
Panier vapeur



## INGRÉDIENTS POUR 4 PORTIONS :

### Pour la sauce hollandaise :

- 2 jaunes d'œufs
- 1 cuil. à soupe de jus de citron
- 30 ml d'eau
- 125 g de beurre
- Sel et poivre

### Pour les toasts :

- 4 œufs
- Huile d'olive
- 4 tranches de filet de bacon fumé
- 2 muffins anglais
- 1 bouquet de ciboulette

## LA RECETTE :

1. Installer le **double fouet**.
2. Ajouter dans le bol 2 jaunes d'œufs, 1 cuil. à soupe de jus de citron, 30 ml d'eau, du sel et du poivre.
3. Programmer **vit 3 / 70 °C / 1 min 30 (sans le gobelet doseur)**.
4. Programmer à nouveau **vit 3 / 70 °C / 5 min** tout en ajoutant progressivement par l'orifice du couvercle 125 g de beurre coupé en petits dés.
5. Verser la sauce dans un récipient et garder au chaud.
6. Rincer le bol et le remettre dans l'appareil.
7. Ajouter 800 ml d'eau dans le bol.
8. Lancer le **Programme Automatique - Cuire à la vapeur – Intensité de vapeur élevée / 4 min**.
9. Pendant ce temps, chemiser 4 petits ramequins de film alimentaire en le laissant dépasser sur les bords. Huiler l'intérieur du film à l'aide d'un pinceau, puis casser un œuf dans chacun. Fermer avec un petit nœud puis placer les ramequins dans le **grand panier vapeur**.
10. Poser le **grand panier vapeur** sur le bol, ajouter le couvercle vapeur et continuer le **Programme Automatique - Cuire à la vapeur – Intensité de vapeur élevée / 5 min**. Ajouter **2 min** de cuisson si nécessaire.
11. Dans une poêle séparée, faire chauffer 4 tranches de filet de bacon fumé.
12. Couper 2 muffins anglais en deux et les toaster.
13. Ciseler 1 petit bouquet de ciboulette fraîche.
14. Disposer dans chaque assiette un demi-muffin, poser dessus une tranche de bacon.
15. Couper le nœud de chaque œuf et le faire glisser délicatement sur le bacon.
16. Napper de sauce, parsemer de ciboulette ciselée et servir.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 PORTION

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
329	7	29	10

# PETITS FOURS GUACAMOLE CREVETTES



## DIFFICULTÉ :

Facile

## ACCESSOIRES COOKIT :

Couteau universel  
Mélangeur 3D



## INGRÉDIENTS POUR 12 PETITS FOURS :

### Pour le guacamole :

- 1/2 oignon rouge
- 2 avocats mûrs
- Le jus de 1 citron vert
- 5 tiges de coriandre fraîche
- 1 pointe de piment de Cayenne (facultatif)
- Sel et poivre

### Pour les wontons :

- 5 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 12 feuilles à wonton
- 2 petites gousses d'ail
- 12 crevettes décortiquées cuites
- 2 tiges de coriandre fraîche
- Sel et poivre

## LA RECETTE :

1. Préchauffer le four à **180°C** (Th. 6) **mode convection naturelle**.
2. Installer le **couteau universel**.
3. Mettre 1/2 oignon rouge dans le bol.
4. Programmer **vit 14 / 20 sec (avec le gobelet doseur)**.
5. Rabattre les ingrédients avec la spatule.
6. Ajouter la chair de 2 avocats mûrs.
7. Presser le jus de 1 citron vert et l'ajouter dans le bol.
8. Effeuillez 5 tiges de coriandre fraîche et ajouter les feuilles dans le bol.
9. Ajouter 1 pointe de piment de Cayenne (facultatif), 2 pincées de sel et 1 pincée de poivre.
10. Fermer le couvercle et programmer **vit 14 / 20 sec (avec le gobelet doseur)**.
11. Retirer le **couteau universel**, verser la préparation dans un récipient, filmer et réserver au réfrigérateur.
12. Huiler légèrement un **moule à mini-muffins avec 12 cavités**.
13. Huiler légèrement 12 feuilles à wonton à l'aide d'un pinceau.
14. Insérer 1 feuille de wonton dans chaque cavité en pressant soigneusement pour faire adhérer aux parois et former des petits nids.
15. Enfourner et faire cuire pendant environ **10 minutes**.
16. Pendant ce temps, laver et sécher le bol.
17. Sortir les wontons du four et les laisser tiédir dans le moule.
18. Installer le **mélangeur 3D**.
19. Verser 2 cuil. à soupe d'huile d'olive dans le bol.
20. Eplucher et ciseler 2 petites gousses d'ail, les ajouter dans le bol.
21. Fermer le couvercle et programmer **vit 2 / 120 °C / 3 min (sans le gobelet doseur)**.
22. Ajouter 12 crevettes décortiquées, 1 pincée de sel et 1 pincée de poivre dans le bol.
23. Fermer le couvercle et programmer **vit 2 / 120 °C / 3 min (sans le gobelet doseur)**.
24. Effeuillez 2 tiges de coriandre fraîche et les ciseler finement.
25. Remplir chaque wonton de 1 cuil. à soupe de guacamole et de 1 crevette, parsemer de coriandre ciselée et servir.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 PETIT FOUR

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
117	3	9	6

## Conseil :

Les feuilles à wonton (ou feuilles à raviolis ou à gyoza) se trouvent **dans les épiceries asiatiques.**

Pour les préparer soi-même, pétrir dans le bol avec le **Programme Automatique - Pâtes 1 / 2 min**, 250 g de farine, 1 œuf, 80 ml d'eau froide et 1 c. à café de sel. Puis laisser reposer la pâte au réfrigérateur pendant 1 heure, ensuite la couper en 32 petits morceaux et les étaler très finement en carrés d'environ 10 x 10 cm. Puis continuer avec l'étape 13. Vous pouvez aussi **utiliser des feuilles de brick, en les doublant.**

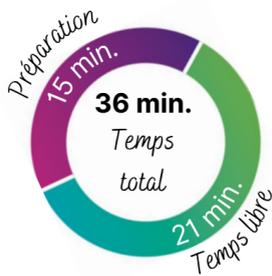


## Conseil :

**Choisir un saumon très frais** et le mettre au congélateur pendant 48 heures avant de le cuisiner, pour garantir sa sécurité sanitaire (notamment éviter l'anisakiase, une parasitose provoquée par des larves qui sont tuées par la congélation). Sinon, utiliser du saumon congelé et le dégeler la veille au réfrigérateur. Attention à ne pas trop mixer le saumon, le plat est meilleur s'il reste encore quelques petits morceaux.



# TARTARE DE SAUMON ET POMME ACIDULÉE



## DIFFICULTÉ :

Facile

## ACCESSOIRE COOKIT :

Couteau universel



## INGRÉDIENTS POUR 4 PORTIONS :

- 2 échalotes
- 4 tiges d'aneth
- 600 g de saumon frais sans peau ni arrêtes
- 1 citron bio
- 2 pommes Granny Smith
- 4 cuil. à soupe d'huile d'olive
- Fleur de sel et poivre

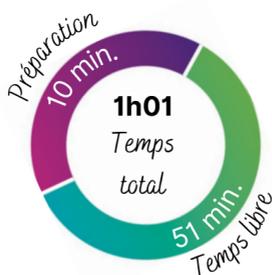
## LA RECETTE :

1. Installer le **couteau universel**.
2. Peler 2 échalotes, les couper en 2 et les ajouter dans le bol.
3. Retirer les feuilles de 4 tiges d'aneth et les ajouter dans le bol.
4. Programmer **vit 14 / 20 sec (avec le gobelet doseur)**.
5. Rabattre les ingrédients avec la spatule.
6. Programmer **vit 14 / 20 sec (avec le gobelet doseur)**.
7. Sécher et couper 600 g de filet de saumon en cubes d'environ 4 cm, les ajouter dans le bol.
8. Programmer **vit 12 / 7 sec (avec le gobelet doseur)**.
9. Retirer le couteau universel.
10. Râper le zeste de 1 citron et presser le jus. Ajouter le zeste et 3 cuil. à soupe de jus dans le bol.
11. Peler, couper en deux et retirer le cœur de 2 pommes Granny Smith. Couper 3 moitiés de pommes en petits dés de 5 mm, les arroser de 2 cuil. à soupe de jus de citron.
12. Ajouter les dés de pommes dans le bol. Mélanger avec la spatule.
13. Ajouter 4 cuil. à soupe d'huile d'olive, de la fleur de sel et du poivre, puis mélanger le tout.
14. Transférer le tartare dans un saladier, couvrir et réserver au réfrigérateur pendant 20 minutes.
15. Couper la moitié de pomme restante en bâtonnets, arroser de 1 cuil. à soupe de jus de citron.
16. Dresser le tartare sur chaque assiette à l'aide d'un emporte-pièce, décorer de bâtonnets de pomme et servir.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 PORTION

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
453	31	33	8

# TERRINE AUX DEUX POISSONS



## DIFFICULTÉ :

Facile

## ACCESSOIRE COOKIT :

Couteau universel



## INGRÉDIENTS POUR 6 PORTIONS :

- 600 g de dos de cabillaud
- 3 œufs
- 150 g de crème fraîche épaisse
- 2 tiges de menthe fraîche
- 2 tiges d'aneth frais
- 1 citron jaune
- 6 tranches de truite fumée
- 300 g de yaourt à la grecque
- Sel et poivre

## LA RECETTE :

1. Préchauffer le four à **180 °C (Th. 6) mode convection naturelle**.
2. Installer le **couteau universel**.
3. Ajouter 600 g de dos de cabillaud coupé en cubes, 3 œufs, 150 g de crème fraîche épaisse, 1 pincée de sel et 2 pincées de poivre dans le bol.
4. Prélever les feuilles de 2 tiges de menthe et de 2 tiges d'aneth et les ajouter dans le bol.
5. Râper le zeste de 1 citron jaune et réserver. Presser le jus et l'ajouter dans le bol.
6. Programmer **vit 14 / 20 sec (avec le gobelet doseur)**.
7. Rabattre sur les bords et programmer à nouveau **vit 14 / 20 sec**.
8. Retirer le **couteau universel**.
9. Chemiser le fond et les bords d'un moule à cake d'environ 25 cm de papier sulfurisé.
10. Verser la moitié de la préparation dans le moule, lisser la surface.
11. Recouvrir de 6 tranches de truite fumée. Puis verser le reste de préparation dessus et lisser.
12. Cuire la terrine au four à **180 °C** pendant environ **50 minutes dans un bain marie**.
13. Sortir la terrine du four (vérifier la cuisson en y plongeant la pointe d'un couteau) et la laisser refroidir pendant 30 minutes. Puis la réserver au réfrigérateur pendant au moins 3 heures.
14. Démouler la terrine sur un plat. La décorer de quartiers de citron.
15. Mélanger le zeste de citron avec 300 g de yaourt à la grecque. Saler, poivrer et servir avec la terrine.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 PORTION

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
272	30	16	2

## Conseil :

**Préparer la terrine la veille**, elle n'en sera que meilleure. Il est possible de réaliser cette terrine avec d'autres poissons : cabillaud, saumon, lieu noir, etc. La dresser sur des assiettes individuelles avec quelques feuilles de salades, des tomates cerises, des quartiers de citron, quelques brins d'aneth et un petit shot de sauce au yaourt. **Saler peu** la terrine, car la truite fumée l'est déjà.

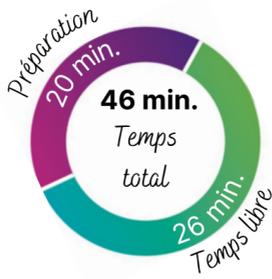


## Conseil :

Il est possible de remplacer les champignons de Paris par des cèpes. Saviez-vous que les châtaignes sont souvent appelées à tort des "marrons", car en réalité le fruit du marronnier n'est pas comestible !



# VELOUTÉ AUX CHAMPIGNONS ET CHÂTAIGNES



## DIFFICULTÉ :

Facile

## ACCESSOIRE COOKIT :

Couteau universel



## INGRÉDIENTS POUR 6 PORTIONS :

### Pour la soupe :

- 1 échalote
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 600 g de champignons de Paris
- 500 g de châtaignes en conserve
- 600 ml d'eau
- 1 cube de bouillon de légumes
- 60 ml de crème fraîche entière
- 1/2 cuil. à café de sel et 1/4 cuil. à café de poivre

### Pour la décoration :

- 2 branches de thym
- 6 tranches de filet de bacon
- 6 champignons de Paris

## LA RECETTE :

1. Installer **le couteau universel**.
2. Peler 1 échalote et l'ajouter dans le bol.
3. Programmer **vit 14 / 15 sec (avec le gobelet doseur)**.
4. Rabattre les ingrédients avec la spatule.
5. Ajouter 2 cuil. à soupe d'huile d'olive.
6. Programmer **vit 3 / 120 °C / 4 min (sans le gobelet doseur)**.
7. Ajouter 600 g de champignons de Paris coupés en deux ou en quatre selon leur taille dans le bol.
8. Programmer **vit 3 / 130 °C / 5 min (sans le gobelet doseur)**.
9. Ajouter 500 g de châtaignes dans le bol.
10. Prélever les feuilles de 2 branches de thym et en ajouter la moitié dans le bol.
11. Ajouter 600 ml d'eau, 1 cube de bouillon de légumes.
12. Programmer **vit 3 / 98 °C / 15 min (avec le gobelet doseur)**.
13. Ajouter 60 ml de crème fraîche entière, 1/2 cuil. à café de sel et 1/4 cuil. à café de poivre.
14. Programmer **vit 18 / 2 min (avec le gobelet doseur)**.
15. Garder la soupe au chaud en programmant **vit 5 / 65 °C / 15 min (avec le gobelet doseur)** et continuer la recette.
16. Saisir dans une poêle à feu vif 6 tranches de filet de bacon déchirées à la main pendant environ 5 minutes.
17. Débarrasser le bacon dans une assiette et ajouter dans la poêle 6 champignons de Paris coupés en tranches. Les faire revenir pendant environ 5 minutes.
18. Dresser la soupe dans 6 bols, répartir les champignons dessus, les morceaux de bacon et le thym restant. Servir.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 PORTION

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
222	7	10	26

# VERRINES DE SAUMON



## DIFFICULTÉ :

Facile

## ACCESSOIRE COOKIT :

Couteau universel



## INGRÉDIENTS POUR 6 PORTIONS :

### Pour la mousse :

- 280 g de saumon fumé
- 330 g de fromage blanc à 10 % mat. grasses
- 100 g de crème fraîche épaisse
- 2 tiges d'aneth
- 1 pincée de poivre blanc
- 1 citron

### Pour la décoration :

- 1 avocat
- 1 mangue
- 3 tranches de saumon fumé
- 1 tige d'aneth

## LA RECETTE :

1. Installer **le couteau universel**.
2. Ajouter 280 g de saumon fumé coupé en morceaux, 330 g de fromage blanc, 100 g de crème fraîche épaisse, les feuilles de 2 tiges d'aneth et 1 pincée de poivre blanc dans le bol.
3. Prélever le zeste de 1 citron bio et l'ajouter dans le bol. Presser le jus et réserver.
4. Programmer **vit 15 / 1 min (avec le gobelet doseur)**.
5. Rabattre les ingrédients avec la spatule.
6. Programmer **vit 15 / 1 min (avec le gobelet doseur)**.
7. Répartir la mousse de saumon dans 6 verrines.
8. Peler et dénoyauter 1 avocat et 1 mangue, les couper en dés et les ajouter dans un saladier. Les arroser de 2 cuil. à soupe de jus de citron et mélanger.
9. Répartir les dés d'avocat et de mangue sur le saumon.
10. Couper 3 tranches de saumon fumé en lanières et les disposer dans les verrines.
11. Décorer de feuilles d'aneth et servir.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 PORTION

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
248	18	16	8

## Conseil :

Des petites verrines festives parfaites pour un apéro dinatoire ou un buffet ! Le saumon fumé peut être remplacé par de la truite fumée ou du flétan fumé. Vous pouvez aussi tartiner la mousse de saumon sur des toasts !





# NOUVEL ACCESSOIRE : SOCLE VERSEUR DE BOL COOKIT

Avez-vous déjà eu des difficultés à verser le contenu du bol de votre Cookit dans un récipient ou dans un moule ? Par exemple une pâte à gâteau ou à brioche, une soupe veloutée ou un plat mijoté ?

**Voici la solution : le socle verseur**, l'accessoire idéal pour vous aider à manipuler et à vider le bol en toute simplicité.



## Le socle verseur Cookit : pour manipuler le bol facilement

Très simple d'utilisation. Tout d'abord, posez le socle verseur sur une surface sèche et plane pour assurer sa stabilité. Positionnez ensuite le bol dessus. Puis saisissez une poignée pour faire basculer le bol facilement. Pratique : une seule main suffit pour soulever le bol et verser les ingrédients. L'autre main est libre pour racler l'intérieur ou tenir un moule.

### Pratique et bien conçu avec des matériaux recyclés.

Nous avons veillé à ce que ce nouvel accessoire soit utile et pratique. Grâce à sa taille compacte, vous pouvez le ranger facilement (15 cm de hauteur). Nous avons également choisi avec soin le matériau qui le compose : 80 % du plastique utilisé est recyclé\*.

*\* uniquement les pièces en plastique, pas le caoutchouc ni le silicone. Évaluation réalisée conformément à la norme ISO 14021.*



MCCA1PA - Retrouvez plus d'informations sur [www.cookit.fr](http://www.cookit.fr)

## Conseil :

Une farce végétarienne sucrée salée, riche en parfums ! Vous pouvez farcir un chapon, une dinde, ou un filet de poulet. Pour ce dernier, le rouler et retenir la farce à l'aide de cure-dents.



# FARCE AU PAIN D'ÉPICES, AUX FRUITS SECS ET À L'ORANGE



## DIFFICULTÉ :

Facile

## ACCESSOIRE COOKIT :

Couteau universel



## INGRÉDIENTS POUR 8 PORTIONS (800 g) :

- 2 gousses d'ail
- 4 échalotes
- 4 tiges de persil plat
- 1 orange bio
- 60 g de beurre
- 60 g d'amandes blanches
- 60 g de pistaches
- 2 pommes
- 2 cuil. à café de cannelle moulue
- 2 cuil. à soupe de miel
- ½ cuil. à café de sel
- 2 pincées de poivre noir
- 8 tranches de pain d'épices (100 g)
- 12 abricots secs (90 g)

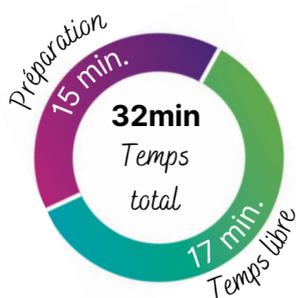
## LA RECETTE :

1. Installer le **couteau universel**.
2. Peler 2 gousses d'ail et 4 échalotes, couper les échalotes en deux et ajouter le tout dans le bol.
3. Prélever les feuilles de 4 tiges de persil plat et les ajouter dans le bol.
4. Râper le zeste de 1 orange bio et l'ajouter dans le bol.
5. Programmer **vit 18 / 30 sec (avec le gobelet doseur)**.
6. Ajouter 60 g de beurre coupé en morceaux dans le bol.
7. Ajouter 60 g d'amandes blanches et 60 g de pistaches.
8. Peler 2 pommes, retirer les pépins, les couper en quartiers et les ajouter dans le bol.
9. Ajouter 2 cuil. à café de cannelle moulue, 2 cuil. à soupe de miel, ½ cuil. à café de sel et 2 pincées de poivre dans le bol.
10. Programmer **vit 15 / 30 sec (avec le gobelet doseur)**.
11. Rabattre les ingrédients avec la spatule.
12. Programmer **vit 15 / 30 sec (avec le gobelet doseur)**.
13. Retirer le **couteau universel**.
14. Couper 8 tranches de pain d'épices et 12 abricots secs en petits dés, ajouter le tout dans le bol.
15. Mélanger la farce avec la **spatule** puis farcir la volaille selon la recette, ou la conserver au réfrigérateur.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 PORTION

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
230	4	14	22

# GAMBAS AU SAFRAN



## DIFFICULTÉ :

Facile

## ACCESSOIRES COOKIT :

Couteau universel  
Mélangeur 3D



## INGRÉDIENTS POUR 6 PORTIONS :

- 3 échalotes
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 800 g de gambas crues décortiquées
- 200 ml de vin blanc sec
- 3 doses de safran
- 250 ml de crème liquide
- ½ bouquet de persil frais
- Sel, poivre

## LA RECETTE :

1. Installer le **couteau universel**.
2. Peler 3 échalotes, les couper en deux et les ajouter dans le bol.
3. Programmer **vit 14 / 20 sec (avec le gobelet doseur)**.
4. Retirer le **couteau universel** et installer le **mélangeur 3D**.
5. Rabattre les ingrédients puis ajouter 2 cuil. à soupe d'huile d'olive.
6. Programmer **vit 2 / 120 °C / 4 min (sans le gobelet doseur)**.
7. Ajouter 800 g de gambas crues décortiquées dans le bol.
8. Programmer **vit 2 / 120 °C / 4 min**.
9. Ajouter 200 ml de vin blanc sec, 3 doses de safran, du sel et du poivre.
10. Programmer **vit 2 / 120 °C / 5 min**.
11. Ajouter 250 ml de crème liquide.
12. Programmer **vit 2 / 97 °C / 3 min**.
13. Prélever les feuilles de ½ bouquet de persil frais et les ciseler.
14. Servir les gambas parsemées de persil ciselé.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 PORTION

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
461	40	29	10

## Conseil :

**Servir les gambas avec du riz basmati.** Ce plat peut se réaliser avec des cubes de poisson blanc, par exemple du cabillaud ou du lieu noir. Pour une saveur encore plus orientale, accompagner le plat de coriandre ciselée, et le servir avec un trait de jus de citron vert. Penser à inciser le dos des gambas sur toute la longueur pour retirer le boyau noir, car il apporte de l'amertume. Les gambas peuvent être remplacées par des grosses crevettes. Pour une jolie présentation, garder les queues des gambas.

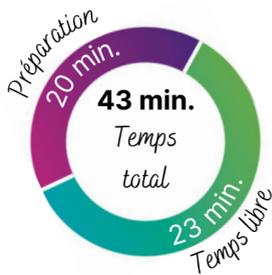


## Conseil :

Les légumes doivent être froids pour réaliser le montage. Bien les égoutter en les pressant avec les mains pour retirer toute l'eau. **Servir avec du riz basmati et une sauce hollandaise**, recette présente dans Home Connect. Pour plus de saveurs, préparer soi-même sa pâte feuilletée.



# KOULIBIAC DE SAUMON



## DIFFICULTÉ :

Moyenne

## ACCESSOIRES COOKIT :

Couteau universel  
Grand panier et plateau vapeur



## INGRÉDIENTS POUR 6 PORTIONS :

- 300 g de jeunes pousses d'épinards
- 800 g de filet de saumon
- 4 tiges d'aneth
- 400 g de champignons de Paris
- 2 échalotes
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 2 pâtes feuilletées
- 1 œuf
- Sel et poivre

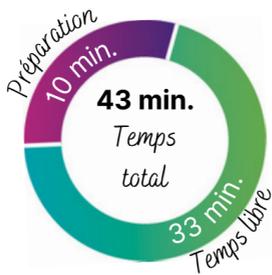
## LA RECETTE :

1. Ajouter 800 ml d'eau dans le bol.
2. Ajouter 300 g de jeunes pousses d'épinards dans le **grand panier vapeur**. Assaisonner de sel et de poivre.
3. Ajouter 800 g de filet de saumon dans le **plateau vapeur**. Prélever les feuilles de 4 tiges d'aneth et les répartir sur le saumon. Assaisonner de sel et de poivre.
4. Mettre le **grand panier vapeur** et le **plateau vapeur** sur le bol, couvrir avec le couvercle vapeur et lancer le **Programme Automatique - Cuire à la vapeur - Intensité de vapeur élevée / 10 min.**
5. Retirer le **grand panier vapeur** et le **plateau vapeur** et laisser s'égoutter.
6. Rincer le bol à l'eau froide, le remettre dans l'appareil.
7. Installer le **couteau universel**.
8. Couper la partie terreuse de 400 g de champignons de Paris et les ajouter dans le bol.
9. Peler 2 échalotes, les couper en deux et les ajouter dans le bol.
10. Programmer **vit 14 / 10 sec (avec le gobelet doseur)**.
11. Ajouter 2 cuil. à soupe d'huile d'olive, du sel et du poivre dans le bol.
12. Programmer **vit 3 / 130 °C / 8 min (sans le gobelet doseur)**.
13. Retirer le **couteau universel**.
14. Transférer les champignons dans une passoire fine et les égoutter.
15. Préchauffer le four à **180 °C (Th. 6) mode chaleur tournante**.
16. Mettre 1 pâte feuilletée avec son papier sulfurisé sur une plaque de four.
17. Disposer les filets de saumon dessus, au centre et dans la longueur. Les recouvrir d'épinards, puis de champignons.
18. Badigeonner la pâte d'eau tout autour du saumon à l'aide d'un pinceau.
19. Poser la deuxième pâte feuilletée dessus, presser avec les doigts pour faire adhérer.
20. Couper la pâte tout autour du saumon en laissant un bord de 3 cm.
21. Faire 3 petites incisions sur le dessus à l'aide d'un couteau pour laisser la vapeur s'échapper.
22. Réaliser des petites décorations au choix avec le reste de pâte.
23. Battre 1 œuf dans un bol et en badigeonner le koulibiac.
24. Cuire le koulibiac au four à **180 °C** pendant environ **30 minutes**.
25. Retirer le koulibiac du four, couper des parts et servir.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 PORTION

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
499	33	31	22

# POLENTA CRÉMEUSE AUX LÉGUMES RÔTIS



## DIFFICULTÉ :

Moyenne

## ACCESSOIRES COOKIT :

Disque à émincer  
Mélangeur 3D  
Double fouet



## INGRÉDIENTS POUR 6 PORTIONS :

### Pour les légumes :

- 400 g de champignons de Paris
- 1 oignon
- 2 carottes
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 300 g de jeunes pousses d'épinards
- ½ cuil. à café de sel
- 1 pincée de piment d'Espelette
- 1 cuil. à café de thym séché

### Pour la polenta :

- 600 ml d'eau
- 200 ml de crème liquide
- 200 ml de lait
- ½ cuil. à café de sel
- 200 g de polenta
- 20 g de beurre

## LA RECETTE :

1. Installer le **disque à émincer épais**.
2. Insérer 400 g de champignons de Paris par la cheminée de remplissage et les émincer **vit 9**.
3. Retirer le **disque à émincer épais** et installer le **disque à émincer fin**.
4. Peler 1 oignon et le couper en deux, peler 2 carottes. Insérer l'oignon et les carottes par la cheminée de remplissage et les **émincer vit 9**.
5. Retirer le **disque à émincer fin** et installer le **mélangeur 3D**.
6. Ajouter 2 cuil. à soupe d'huile d'olive dans le bol.
7. Programmer **vit 3 / 100 °C / 13 min (sans le gobelet doseur)**.
8. Ajouter 300 g de jeunes pousses d'épinards, ½ cuil. à café de sel, 1 pincée de piment d'Espelette et 1 cuil. à café de thym séché dans le bol.
9. Programmer **vit 3 / 130 °C / 5 min (sans le gobelet doseur)**.
10. Rabattre les ingrédients avec la spatule.
11. Programmer **vit 3 / 130 °C / 4 min (sans le gobelet doseur)**.
12. Retirer le **mélangeur 3D**.
13. Débarrasser les légumes dans un récipient et garder au chaud.
14. Laver et sécher le bol, le replacer dans l'appareil.
15. Installer le **double fouet**.
16. Ajouter 600 ml d'eau, 200 ml de crème liquide, 200 ml de lait et ½ cuil. à café de sel dans le bol.
17. Programmer **vit 2 / 94 °C / 5 min (avec le gobelet doseur)**.
18. Ajouter 200 g de polenta en pluie dans le bol.
19. Programmer **vit 2 / 94 °C / 5 min (sans le gobelet doseur)**.
20. Ajouter 20 g de beurre dans le bol.
21. Programmer **vit 3 / 20 sec (sans le gobelet doseur)**.
22. Servir la polenta avec les légumes rôtis.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 PORTION

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
336	8	20	31

## Conseil :

Pour une **version express**, remplacer les légumes par des tomates cerises et les faire rôtir au four pendant 10 minutes à 200 °C avec un filet d'huile d'olive. La polenta est **ultra crémeuse**, la servir sans attendre. Pour un repas de fête, garnir la polenta de lamelles de truffe.



## Conseil :

Un plat léger très raffiné ! Le servir avec une purée de céleri, un écrasé de pommes de terre ou de la semoule couscous. Les noix de Saint-Jacques se dégustent légèrement crues à cœur, si vous les préférez plus cuites, prolongez la cuisson de 2 minutes.



# SAINT-JACQUES AU BEURRE D'AGRUMES



## DIFFICULTÉ :

Facile

## ACCESSOIRE COOKIT :

Couteau universel



## INGRÉDIENTS POUR 4 PORTIONS :

- 1 citron vert bio
- 1 citron jaune bio
- 1/2 orange bio
- 125 g de beurre
- 1/2 cuil. à café de fleur de sel
- 1 cuil. à café d'huile d'olive
- 12 noix de Saint-Jacques
- 1 pincée de poivre blanc moulu
- 2 tiges de cerfeuil

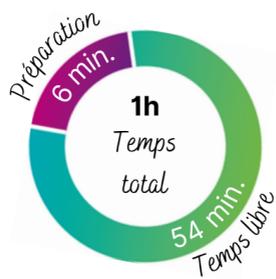
## LA RECETTE :

1. Installer **le couteau universel**.
2. Râper le zeste de 1 citron vert bio, 1 citron jaune bio et 1/2 orange bio, les ajouter dans le bol.
3. Ajouter 125 g de beurre coupé en morceaux et 1/2 cuil. à café de fleur de sel.
4. Programmer **vit 15 / 30 sec (avec le gobelet doseur)**.
5. Rabattre les ingrédients avec la spatule.
6. Programmer **vit 15 / 30 sec (avec le gobelet doseur)**.
7. Retirer **le couteau universel**.
8. Débarrasser le beurre d'agrumes dans un récipient et réserver.
9. Ajouter 1 cuil. à café d'huile d'olive dans le bol.
10. Programmer **vit 0 / 120 °C / 2 min en gardant le couvercle ouvert**.
11. Ajouter les 12 noix de Saint-Jacques dans le bol.
12. Programmer **vit 0 / 120 °C / 1 min en gardant le couvercle ouvert**.
13. Retourner les Saint-Jacques et programmer à nouveau **vit 0 / 120 °C / 1 min en gardant le couvercle ouvert**.
14. Ajouter 40 g de beurre d'agrumes dans le bol.
15. Programmer **vit 0 / 120 °C / 1 min en gardant le couvercle ouvert**. Mélanger le tout pour enrober les noix de Saint-Jacques de beurre fondu.
16. Faire fondre le beurre d'agrumes restant dans une petite casserole séparée.
17. Dresser les noix de Saint-Jacques dans un plat, assaisonner de poivre blanc, napper de beurre d'agrumes, parsemer de pluches de cerfeuil et servir.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 PORTION

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
300	11	28	1

# TAJINE DE DINDE AUX MARRONS ET FRUITS SECS



## DIFFICULTÉ :

Facile

## ACCESSOIRES COOKIT :

Couteau universel

Mélangeur 3D



## INGRÉDIENTS POUR 4 PORTIONS :

- 1 oignon
- 3 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 600 g de filet de dinde
- 1 cuil. à café de cannelle moulue
- ½ cuil. à café de gingembre moulu
- 1 cuil. à café de curcuma
- ½ cuil. à café de paprika
- 300 ml d'eau
- 6 figes séchées
- 6 abricots secs
- 2 cuil. à soupe de miel liquide
- 1 cuil. à soupe de fleur d'oranger
- 250 g de marrons ou châtaignes
- 40 g d'amandes blanches
- ½ bouquet de coriandre fraîche
- Sel et poivre

## LA RECETTE :

1. Installer le **couteau universel**.
2. Peler 1 oignon, le couper en 4 et l'ajouter dans le bol.
3. Programmer **vit 14 / 10 sec (avec le gobelet doseur)**.
4. Retirer le **couteau universel** et installer le **mélangeur 3D**.
5. Rabattre les ingrédients avec la spatule.
6. Ajouter 3 cuil. à soupe d'huile d'olive dans le bol.
7. Programmer **vit 5 / 130 °C / 4 min (sans le gobelet doseur)**.
8. Couper 600 g de filet de dinde en cubes d'environ 3 cm et les ajouter dans le bol.
9. Ajouter 1 cuil. à café de cannelle moulue, ½ cuil. à café de gingembre moulu, 1 cuil. à café de curcuma, ½ cuil. à café de paprika, 2 pincées de sel et 1 pincée de poivre.
10. Programmer **vit 2 / 130 °C / 4 min (sans le gobelet doseur)**.
11. Ajouter 300 ml d'eau, 6 figes séchées coupées en deux, 6 abricots secs coupés en deux, 2 cuil. à soupe de miel liquide et 1 cuil. à soupe de fleur d'oranger dans le bol.
12. Programmer **vit 2 / 97 °C / 35 min (avec le gobelet doseur)**.
13. Ajouter 250 g de marrons et 40 g d'amandes blanches.
14. Programmer **vit 2 / 97 °C / 10 min (avec le gobelet doseur)**.
15. Prélever les feuilles de ½ bouquet de coriandre fraîche et les ciseler.
16. Servir le tajine parsemé de coriandre ciselée.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 PORTION

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
511	40	19	45

## Conseil :

Toute la douceur de l'orient est dans ce tajine. **L'accompagner de semoule couscous et/ou de carottes au cumin.** La dinde peut être remplacée par du poulet, voire de l'agneau, mais dans ce cas poursuivre la cuisson d'environ 30 min.



9:41



< Retour

Recettes



# Cabillaud et légumes sauce crème



Mon livre ...

Partager

Plus

encer à cuisiner

ent de la démo Cookit ▼

quotidien, avec un filet de

Accueil

Appareils

Recettes

Découvrir

Assistant

# NOUVELLE FONCTIONNALITÉ : MODIFIER UNE RECETTE

Imaginez que vous puissiez **personnaliser vos recettes Cookit préférées**. C'est exactement ce que permet la **nouvelle fonction "Copier et modifier"** de l'application Home Connect. Que ce soit avec des recettes proposées par Bosch ou par d'autres utilisateurs, vous pouvez copier une recette dans votre livre de recettes, puis y **ajouter, remplacer ou supprimer des ingrédients, ajouter une note personnelle ou ajuster les portions, les mots clés, les paramètres de cuisson et bien plus encore**.



**Nouveau : personnalisez chaque recette Cookit.**

Végétarienne, pauvre en glucides, sans gluten... Adaptez simplement vos recettes préférées à vos préférences alimentaires.

De nos jours, les habitudes et régimes alimentaires sont propres à chacun. Les allergies, les intolérances et les différents modes de vie exigent souvent une alimentation adaptée.

Il suffit parfois de faire quelques petits ajustements - remplacer le lait de vache par du lait de soja ou la viande hachée par du tofu ou des lentilles. La nouvelle fonction "Copier et modifier" permet d'**adapter facilement n'importe quelle recette à vos besoins et à vos préférences**.

Personnes seules ou familles nombreuses - **ajustez facilement les portions** de vos recettes préférées.

Envie de savourer votre plat préféré, seul, à deux ou bien avec votre groupe d'amis ? C'est facile en ajustant manuellement, à vos besoins, les quantités d'ingrédients et les paramètres de cuisson. et ainsi de garantir des résultats parfaits malgré les quantités modifiées. Pratique, il n'est plus nécessaire de se souvenir ou de noter les ajustements, car ils seront **sauvegardés dans votre Livre de recettes**.

**Ajoutez vos commentaires personnels à la description.**

Vous avez enfin trouvé LE lait de coco parfait pour votre recette préférée de curry et vous souhaitez vous souvenir de la marque utilisée ? Très simple, modifiez la recette et ajoutez votre note personnelle dans le champ description de la recette, qui n'est visible que par vous.

**Envie de modifier votre première recette ? Ouvrez-la dans l'application Home Connect, cliquez sur les trois points en haut à droite et sélectionnez "Copier et modifier"**. Un nouvel écran s'ouvre alors et permet de modifier tous les éléments. Enfin, enregistrez vos modifications et retrouvez la recette dans l'onglet "Mes recettes".

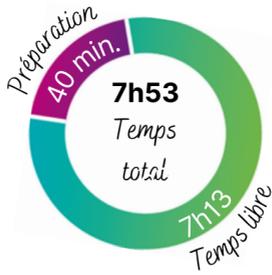
**Régalez-vous !**

## Conseil :

Un bavarois qui fait son effet, pourtant simple à préparer avec Cookit ! Le coulis mangue passion peut être remplacé par du jus de fruits de la passion. Adapter le temps au moment de fouetter les blancs d'œufs et la crème liquide.



# BAVAROIS MANGUE FRUITS DE LA PASSION



## DIFFICULTÉ :

Difficile

## ACCESSOIRES COOKIT :

Couteau universel  
Double fouet



## INGRÉDIENTS POUR 8 PORTIONS :

### Pour la génoise :

- 80 g de sucre
- 3 œufs
- 90 g de farine

### Pour le bavarois :

- 3 feuilles de gélatine
- 100 ml de coulis mangue passion
- 35 ml de jus de citron vert (2 citrons)
- 150 g de sucre
- le zeste de 1 citron vert
- 2 jaunes d'œufs
- 20 g de sucre glace
- 400 ml de crème liquide à 35% MG
- 4 blancs d'œufs

### Pour le glaçage et la décoration :

- 2 feuilles de gélatine
- 170 ml de coulis mangue passion
- 10 g de sucre
- 100 g de pulpe de fruits de la passion (environ 3 fruits)
- 3 physalis
- 2 kumquats
- 2 fruits de la passion

## LA RECETTE :

- 1 Préchauffer le four à **180 °C** (Th. 6) **mode chaleur tournante**.
2. Installer le **double fouet**.
3. Ajouter 80 g de sucre et 3 œufs dans le bol.
4. Programmer **vit 5 / 3 min 30 (avec le gobelet doseur)**.
5. Ajouter 90 g de farine dans le bol.
6. Programmer **vit 5 / 8 sec (avec le gobelet doseur)**.
7. Beurrer et fariner un **moule à fond amovible 28 x 7 cm**, chemiser le fond de papier sulfurisé puis verser la pâte dedans.
8. Cuire au four pendant **environ 20 min**.
9. Démouler la génoise, retirer le papier sulfurisé et laisser refroidir sur une grille.
10. Faire tremper 3 feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide.
11. Laver et sécher le bol, le replacer dans l'appareil.
12. Installer le **double fouet**.
13. Ajouter 100 ml de coulis mangue passion et 35 ml de jus de citron vert dans le bol.
14. Programmer **vit 5 / 90 °C / 3 min (avec le gobelet doseur)**.
15. Presser la gélatine entre les mains et l'ajouter dans le bol.
16. Programmer **vit 5 / 30 sec (avec le gobelet doseur)**.
17. Verser le coulis dans un saladier et réserver.
18. Laver et sécher le bol, le replacer dans l'appareil.
19. Installer le **couteau universel**.
20. Ajouter 150 g de sucre et le zeste de 1 citron vert dans le bol.
21. Programmer **vit 18 / 1 min (avec le gobelet doseur)**.
22. Retirer le **couteau universel** et installer le **double fouet**.
23. Ajouter 2 jaunes d'œufs.
24. Programmer **vit 5 / 40 °C / 3 min 30 (avec le gobelet doseur)**.
25. Ajouter le mélange coulis-gélatine dans le bol.
26. Programmer **vit 5 / 40 °C / 30 sec (avec le gobelet doseur)**.
27. Verser le mélange dans le saladier et laisser refroidir.
28. Laver et sécher le bol, le replacer dans l'appareil.
29. Installer le **double fouet**.
30. Ajouter 20 g de sucre glace et 400 ml de crème liquide à 35 % MG dans le bol.
31. Programmer **vit 4 / 1 min 40 (avec le gobelet doseur)**. Surveiller et adapter le temps si nécessaire.
32. Ajouter la crème fouettée dans le saladier avec le coulis, mélanger délicatement.
33. Laver et sécher le bol, le replacer dans l'appareil.
34. Installer le **double fouet**.
35. Ajouter 4 blancs d'œufs dans le bol.
36. Programmer **vit 5 / 2 min 30 (avec le gobelet doseur)**.
37. Ajouter les blancs en neige dans le saladier, mélanger délicatement.
38. Replacer la génoise dans le moule puis la recouvrir de mousse. Lisser la surface et mettre au réfrigérateur pendant au moins 4 heures.
39. Faire tremper 2 feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide.
40. Installer le **double fouet**.
41. Ajouter 170 ml de coulis mangue passion, 10 g de sucre et 100 g de pulpe de fruits de la passion dans le bol.
42. Programmer **vit 2 / 80 °C / 2 min (avec le gobelet doseur)**.
43. Presser la gélatine entre les mains et l'ajouter dans le bol.
44. Programmer **vit 3 / 20 sec (avec le gobelet doseur)**.
45. Laisser refroidir pendant 30 min.
46. Verser le glaçage sur le bavarois et remettre au réfrigérateur pendant au moins 2 heures.
47. Démouler le bavarois puis le décorer de 3 physalis, de 2 kumquats coupés en deux et de 2 fruits de la passion coupés en quartiers.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 PORTION

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
382	7	18	48

# BÛCHE AU CARAMEL BEURRE SALÉ



## DIFFICULTÉ :

Difficile

## ACCESSOIRES COOKIT :

Couteau universel  
Double fouet



## INGRÉDIENTS POUR 8 PORTIONS :

### Pour le caramel :

- 240 g de sucre
- 120 g de beurre demi-sel
- 300 g de crème liquide

### Pour la ganache :

- 200 g de chocolat blanc
- 200 g de crème liquide
- 1 gousse de vanille

### Pour le biscuit :

- 4 œufs
- 120 g de sucre
- 80 g de farine
- 40 g de noisettes en poudre

## LA RECETTE :

1. Installer le **double fouet**.
2. Ajouter 240 g de sucre et 120 g de beurre demi-sel coupé en morceaux dans le bol.
3. Programmer **vit 1 / 170 °C / 8 min 30 (sans le gobelet doseur)**.
4. Ajouter 150 g de crème liquide par l'orifice du couvercle.
5. Programmer **vit 1 / 170 °C / 30 sec (sans le gobelet doseur)**.
6. Ajouter 150 g de crème liquide par l'orifice du couvercle.
7. Programmer **vit 1 / 130 °C / 6 min (sans le gobelet doseur)**.
8. Verser le caramel dans un récipient, laisser refroidir pendant 30 minutes, puis réserver au réfrigérateur pendant environ 6 heures, ou une nuit.
9. Laver et sécher le bol, replacer le bol dans l'appareil.
10. Installer le **couteau universel**.
11. Ajouter 200 g de chocolat blanc coupé en morceaux dans le bol.
12. Programmer **vit 18 / 20 sec (avec le gobelet doseur)**.
13. Ajouter 200 g de crème liquide et la pulpe de 1 gousse de vanille fendue en deux dans le bol.
14. Programmer **vit 5 / 55 °C / 8 min (avec le gobelet doseur)**.
15. Programmer **vit 12 / 30 sec (avec le gobelet doseur)**.
16. Débarrasser la ganache dans un récipient, couvrir et réserver au réfrigérateur pendant au moins 2 heures (voire une nuit).
17. Préchauffer le four à **180°C (Th. 6) mode convection naturelle**.
18. Laver et sécher le bol, replacer le bol dans l'appareil.
19. Installer le **double fouet**.
20. Séparer les blancs des jaunes de 4 œufs, ajouter les blancs dans le bol, réserver les jaunes.
21. Programmer **vit 5 / 3 min (avec le gobelet doseur)**.
22. Verser les blancs en neige dans un récipient et réserver.
23. Ajouter 120 g de sucre et les jaunes dans le bol.
24. Programmer **vit 7 / 3 min (avec le gobelet doseur)**.
25. Débarrasser le mélange jaunes-sucre dans un autre récipient. Ajouter les blancs en neige en 3 fois et mélanger délicatement avec la spatule.
26. Ajouter 80 g de farine et 40 g de poudre de noisette tamisés. Mélanger délicatement à la spatule.
27. Verser la pâte sur une plaque de four chemisée de papier sulfurisé, lisser la surface.
28. Enfourner dans le milieu du four et faire cuire la pâte pendant environ **10 minutes**.
29. Retirer la génoise du four, la retourner sur un torchon légèrement humide, retirer le papier sulfurisé puis rouler la génoise en partant du côté le plus long. Laisser refroidir pendant environ 15 minutes.
30. Dérouler délicatement la génoise, étaler le caramel refroidi dessus puis la rouler à nouveau et réserver au réfrigérateur.
31. Laver et sécher le bol, replacer le bol dans l'appareil.
32. Installer le **double fouet**.
33. Ajouter la ganache au chocolat blanc dans le bol.
34. Programmer **vit 4 / 1 min 10 (avec le gobelet doseur)**.
35. Étaler les  $\frac{3}{4}$  de la ganache montée sur toute la buche, lisser avec une spatule.
36. Mettre le reste de ganache dans une poche à douille munie d'une douille cannelée et faire des petites décorations sur la buche. Réserver au réfrigérateur jusqu'à consommation.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 PORTION

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
651	7	39	68

## Conseil :

Préparer le caramel la veille puis le sortir du réfrigérateur 1 heure avant de l'étaler. Il doit être crémeux mais ferme. Vous pouvez également préparer la ganache au chocolat blanc la veille.



## Conseil :

**Un dessert raffiné** et ultra facile à préparer ! Le vin blanc peut être remplacé par du Prosecco, du Champagne ou du jus d'orange. Pour une touche de croquant, **ajouter des amandes effilées** sur les gratins juste avant de les passer sous le grill.



# GRATINS DE CLÉMENTINES



## DIFFICULTÉ :

Facile

## ACCESSOIRE COOKIT :

Double fouet



## INGRÉDIENTS POUR 6 PORTIONS :

### Pour les gratins :

- 6 clémentines
- 5 jaunes d'œufs
- 100 g de sucre en poudre
- 100 ml de vin blanc

### Pour le dressage :

- 6 cuil. à café de sucre glace

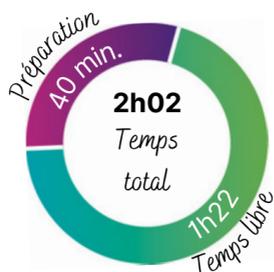
## LA RECETTE :

1. Préchauffer le **grill** du four à **240 °C** (Th. 8) **mode chaleur tournante**.
2. Installer le **double fouet**.
3. Prélever le zeste de 2 clémentines bio et en ajouter la moitié dans le bol. Réserver le reste pour le dressage.
4. Peler à vif 6 clémentines, puis prélever les segments et les disposer en rosace dans le fond de 6 ramequins préalablement beurrés.
5. Ajouter 5 jaunes d'œufs, 100 g de sucre en poudre et 100 ml de vin blanc dans le bol.
6. Programmer **vit 5 / 70 °C / 10 min (avec le gobelet doseur)**.
6. Verser le sabayon sur les clémentines.
7. Enfourner sous le grill du four pendant environ **3 minutes**, jusqu'à ce que les gratins soient dorés.
8. Saupoudrer chaque gratin de 1 cuil. à café de sucre glace, de zestes de clémentine et servir.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 PORTION

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
132	3	4	21

# MACARONS AU CHOCOLAT



## DIFFICULTÉ :

Difficile

## ACCESSOIRES COOKIT :

Couteau universel  
Double fouet



## INGRÉDIENTS POUR 20 MINI MACARONS :

### Pour les macarons :

- 60 g de blancs d'œufs à température ambiante
- 40 g de sucre en poudre
- 80 g de poudre d'amande
- 80 g de sucre glace
- 2 cuil. à café de cacao en poudre non sucré
- 1 pointe de couteau de colorant rouge en poudre

### Pour la ganache :

- 100 g de chocolat noir
- 50 ml de crème liquide
- 25 g de beurre demi-sel

## LA RECETTE :

1. Installer **le double fouet**.
2. Ajouter 60 g de blancs d'œufs à température ambiante dans le bol.
3. Programmer **vit 4 / 30 sec (avec le gobelet doseur)**.
4. Ajouter 20 g de sucre en poudre dans le bol.
5. Programmer **vit 4 / 3 min (avec le gobelet doseur)**.
6. Ajouter 20 g de sucre en poudre dans le bol.
7. Programmer **vit 5 / 2 min (avec le gobelet doseur)**.
8. Programmer **vit 7 / 1 min (avec le gobelet doseur)**.
9. Transférer la meringue dans un saladier et réserver.
10. Laver et sécher le bol, replacer le bol dans l'appareil.
11. Installer **le couteau universel**.
12. Ajouter 80 g de poudre d'amande, 80 g de sucre glace, 2 cuil. à café de cacao en poudre non sucré et 1 pointe de couteau de colorant alimentaire rouge en poudre dans le bol.
13. Programmer **vit 15 / 20 sec (avec le gobelet doseur)**.
14. Verser les poudres sur les blancs en neige en deux fois, en mélangeant avec une spatule et en soulevant la préparation pendant environ 3 min, jusqu'à ce que l'ensemble devienne brillant et forme un « ruban » (on appelle cette étape le « macaronage »).
15. Mettre la préparation dans une poche à douille munie d'une douille lisse.
16. Former des petits ronds réguliers sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé ou d'une feuille de silicone. Soulever la plaque et la laisser retomber à plat sur le plan de travail pour retirer les bulles d'air. Puis laisser reposer pendant 1 à 2 heures à température ambiante pour que les coques « croûtent ».
17. Pendant ce temps, laver et sécher le bol, replacer le bol dans l'appareil.
18. Installer **le couteau universel**.
19. Ajouter 100 g de chocolat noir coupé en morceaux dans le bol.
20. Lancer le **Programme Automatique - Faire fondre du chocolat**.
21. Retirer **le couteau universel** et installer **le double fouet**.
22. Ajouter 50 ml de crème liquide et 25 g de beurre demi-sel dans le bol.
23. Programmer **vit 5 / 1 min (avec le gobelet doseur)**.
24. Mettre le chocolat dans une autre poche à douille munie d'une douille lisse. Réserver au réfrigérateur jusqu'à ce que la ganache devienne ferme.
25. Préchauffer le four à **145 °C** (Th. 5) **mode convection naturelle**.
26. Enfourner les macarons et les cuire pendant environ **12-15 min**, jusqu'à ce qu'une corolle se forme.
27. Retirer les macarons du four et les laisser refroidir complètement. Puis creuser légèrement chaque demi-coque avec le pouce, les garnir de ganache au centre, fermer avec une autre coque et continuer avec le reste des ingrédients.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 MINI MACARON

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
94	1	6	9

## Conseil :

Les macarons doivent être **préparés la veille**. Les conserver dans un récipient au réfrigérateur sans couvercle la première nuit, puis les conserver dans une boîte fermée par la suite. L'ajout de **colorant rouge** en poudre permet d'obtenir une belle couleur marron. Ce colorant doit impérativement être **sous la forme de poudre** et se trouve dans les magasins spécialisés.

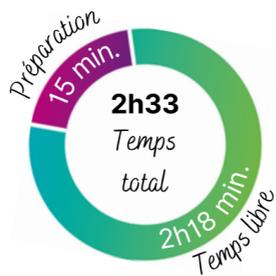


## Conseil :

Ces petites brioches sentent bon comme dans les boulangeries, elles ont une forme de bonhomme et sont préparées **pour fêter la Saint Nicolas** en Alsace. Vous pouvez aussi utiliser du beurre demi-sel, dans ce cas ne pas ajouter de sel dans la pâte.



# MANALAS DE LA SAINT-NICOLAS



## DIFFICULTÉ :

Facile

## ACCESSOIRE COOKIT :

Couteau universel



## INGRÉDIENTS POUR 8 MANALAS :

- 14 g de levure de boulanger fraîche
- 100 g de lait tiède
- 300 g de farine de blé
- 50 g de sucre
- 1 œuf
- ½ cuil. à café de sel
- 60 g de beurre

## Pour le glaçage :

- 1 jaune d'œuf
- 1 cuil. à soupe de lait
- 40 pépites de chocolat

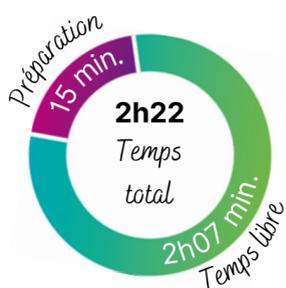
## LA RECETTE :

1. Installer le **couteau universel**.
2. Ajouter 14 g de levure de boulanger fraîche dans le bol.
3. Ajouter 100 g de lait tiède.
4. Programmer **vit 5 / 37 °C / 2 min (avec le gobelet doseur)**.
5. Ajouter 300 g de farine, 50 g de sucre, 1 œuf et ½ cuil. à café de sel.
6. Lancer le **Programme Automatique – Pâtes 2 (avec le gobelet doseur)**.
7. Ajouter 60 g de beurre ramolli coupé en morceaux.
8. Lancer le **Programme Automatique – Pâtes 2 (avec le gobelet doseur)**.
9. Retirer le **couteau universel**.
10. Lancer le **Programme Automatique – Laisser lever une pâte / 1 heure (avec le gobelet doseur)**.
11. Dégazer la pâte puis former une boule. L'étaler sur un plan de travail fariné sur 1,5 cm d'épaisseur.
12. Tailler des manalas avec un emporte-pièce en forme de bonhomme et les déposer sur une plaque de four chemisée de papier sulfurisé.
13. Couvrir et laisser lever à nouveau pendant 1 heure.
14. Préchauffer le four à **180 °C (Th. 6) mode chaleur tournante**.
15. Mélanger dans un petit bol 1 jaune d'œuf avec 1 cuil. à soupe de lait et en badigeonner les manalas avec un pinceau, puis ajouter sur chacun 2 pépites de chocolat pour les yeux et 3 pour la boutonnière.
16. Enfourner et faire cuire pendant environ **10 minutes**.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 PORTION

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
249	5	9	37

# TARTE AUX MARRONS



## DIFFICULTÉ :

Facile

## ACCESSOIRES COOKIT :

Couteau universel  
Double fouet



## INGRÉDIENTS POUR 8 PORTIONS :

### Pour la pâte :

- 250 g de farine de blé
- 125 g de beurre
- 25 g de sucre
- 1 œuf
- 1 pincée de sel

### Pour la garniture :

- 3 œufs
- 30 g de sucre
- 250 g de ricotta
- 400 g de crème de marron
- 2 cuil. à soupe de rhum
- 1 cuil. à café d'extrait de vanille
- 5 marrons glacés

## LA RECETTE :

1. Installer **le couteau universel**.
2. Ajouter 250 g de farine de blé, 125 g de beurre coupé en morceaux, 25 g de sucre, 1 œuf et 1 pincée de sel dans le bol.
3. Lancer le **Programme Automatique - Pâtes 1 (avec le gobelet doseur)**.
4. Former une boule, l'envelopper de film alimentaire et la réserver au réfrigérateur pendant environ 1 heure.
5. Laver et sécher le bol, replacer le bol dans l'appareil.
6. Installer **le double fouet**.
7. Ajouter 3 œufs, 30 g de sucre, 250 g de ricotta, 400 g de crème de marron dans le bol, 2 cuil. à soupe de rhum et 1 c. à café d'extrait de vanille.
8. Programmer **vit 6 / 1 min (avec le gobelet doseur)**.
9. Etaler la pâte en un cercle et fonder un moule à tarte de 30 cm préalablement beurré et fariné. Piquer le fond avec une fourchette et réserver la pâte au congélateur pendant 15 minutes.
10. Préchauffer le four à **180°C** (Th. 6) **mode convection naturelle**.
11. Retirer la pâte du congélateur et verser la crème au marron dessus.
12. Enfourner et faire cuire la pâte pendant **20 minutes**.
13. Baisser la température à **120 °C** (Th. 4) et continuer la cuisson pendant environ **30 minutes**.
14. Sortir la tarte du four (elle doit être encore tremblotante au milieu).
15. La laisser refroidir. Puis la décorer de marrons glacés et servir.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 PORTION

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
520	9	20	76

## Conseil :

Décorer la tarte avec des marrons glacés. Vous pouvez également ajouter quelques touches de crème chantilly. Pour encore plus de gourmandise, ajouter une couche de ganache au chocolat sur le fond de la pâte.

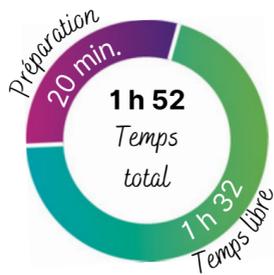




### Conseil :

Si la tarte brunit trop vite pendant la cuisson, la recouvrir de papier sulfurisé. Le potimarron peut être remplacé par du potiron, ou une autre courge. Selon vos goûts, ajoutez plus ou moins d'épices.

# TARTE POTIMARRON ET NOIX DE PÉCAN



## DIFFICULTÉ :

Facile

## ACCESSOIRES COOKIT

Couteau universel  
Grand panier vapeur



## INGRÉDIENTS POUR 8 PORTIONS :

### Pour la pâte :

- 250 g de farine de blé
- 125 g de beurre
- 50 g de sucre
- 5 cuil. à café de cannelle moulue
- 3 cuil. à soupe d'eau

### Pour la garniture :

- 400 g de potimarron
- 165 g de vergeoise blonde
- 350 ml de crème liquide
- 3 œufs
- ½ cuil. à café de cannelle moulue
- ½ cuil. à café de gingembre moulu
- ¼ cuil. à café de noix de muscade moulue
- ½ cuil. à café de sel
- 40 noix de pécan
- 1 cuil. à café de sucre glace

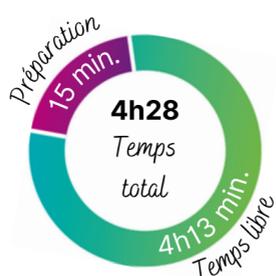
## LA RECETTE :

1. Installer **le couteau universel**.
2. Ajouter 250 g de farine de blé, 125 g de beurre coupé en morceaux, 50 g de sucre, 5 cuil. à café de cannelle moulue et 3 cuil. à soupe d'eau dans le bol.
3. Lancer le **Programme Automatique - Pâtes 1 (avec le gobelet doseur)**.
4. Former une boule, l'envelopper de film alimentaire et la réserver au réfrigérateur pendant environ 1 heure.
5. Laver et sécher le bol, replacer le bol dans l'appareil.
6. Ajouter 800 ml d'eau dans le bol.
7. Couper 400 g de potimarron en dés et les ajouter dans **le grand panier vapeur**.
8. Poser **le grand panier vapeur** avec le couvercle vapeur sur le bol et lancer le **Programme Automatique - Cuire à la vapeur – Intensité de vapeur élevée / 20 min**.
9. Retirer **le grand panier vapeur** et laisser le potimarron s'égoutter.
10. Préchauffer le four à **200°C** (Th. 6-7) **mode convection naturelle**.
11. Etaler la pâte sur un plan de travail fariné, chemiser un moule à tarte de 30 cm préalablement beurré et fariné. Piquer le fond avec une fourchette, le recouvrir de papier cuisson et de légumes secs.
12. Enfourner et faire cuire la pâte à blanc pendant **15 minutes**.
13. Rincer le bol à l'eau froide, replacer le bol dans l'appareil.
14. Installer **le couteau universel**.
15. Ajouter le potimarron cuit, 165 g de vergeoise blonde, 350 ml de crème liquide, 3 œufs, ½ cuil. à café de cannelle moulue, ½ cuil. à café de gingembre moulu, ¼ cuil. à café de noix de muscade moulue et ½ cuil. à café de sel dans le bol.
16. Programmer **vit 18 / 50 sec (avec le gobelet doseur)**.
17. Verser la préparation au potimarron sur le fond de tarte précuit.
18. Enfourner et faire cuire la tarte pendant **15 minutes**.
19. Baisser la température à **170 °C** (Th. 5-6) et continuer la cuisson au four pendant **30 minutes**.
20. Sortir la tarte du four, disposer 40 noix de pécan dessus.
21. Enfourner et faire cuire la tarte pendant **10 minutes**.
22. Sortir la tarte du four et la laisser refroidir complètement.
23. Saupoudrer la tarte de 1 cuil. à café de sucre glace et servir.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 PORTION

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
572	8	36	54

# TRUFFES AU CHOCOLAT ET AU MIEL



## DIFFICULTÉ :

Facile

## ACCESSOIRE COOKIT :

Couteau universel



## INGRÉDIENTS POUR 40 TRUFFES :

- 400 g de chocolat au lait
- 100 g de chocolat noir
- 45 g de beurre demi-sel
- 225 g de crème fraîche épaisse
- 60 g de miel
- 4 cuil. à soupe de cacao en poudre non sucré

## LA RECETTE :

1. Installer le **couteau universel**.
2. Ajouter 400 g de chocolat au lait et 100 g de chocolat noir coupés en morceaux dans le bol.
3. Lancer le **Programme Automatique - Faire fondre du chocolat**.
4. Ajouter 45 g de beurre demi-sel dans le bol.
5. Programmer **vit 5 / 50 °C / 2 min (avec le gobelet doseur)**.
6. Ajouter 225 g de crème fraîche épaisse et 60 g de miel dans le bol.
7. Programmer **vit 10 / 1 min (avec le gobelet doseur)**.
8. Verser la pâte dans un saladier, couvrir et réserver au réfrigérateur pendant au moins 4 heures.
9. Ajouter 4 cuil. à soupe de cacao en poudre non sucré dans une assiette.
10. Prélever de la pâte avec une petite cuillère, la rouler dans les mains puis l'enrober de cacao non sucré. Continuer avec le reste des ingrédients. Disposer les truffes sur une assiette.
11. Conserver les truffes au réfrigérateur jusqu'à consommation.

## VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 1 TRUFFE

KCAL	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
99	1	7	8

## Conseil :

Ces truffes sont ultra fondantes !  
Vous pouvez utiliser une cuillère parisienne pour prélever la pâte, ainsi que des gants pour rouler les truffes. Vous pouvez aussi réaliser ces truffes en remplaçant le miel par 2 cuil. à soupe de Grand Marnier ou de Champagne.

