

# Mon cahier de recettes





## Mes crêpes

---

 6 portions  15 minutes

### INGRÉDIENTS

100 grammes de farine  
2 oeufs  
250 millilitres de lait  
1 cuillère à soupe de  
beurre fondu  
une pincée de sel

### NOTES

*Ajoutez dans votre pâte à crêpe un peu de rhum ou de Grand Marnier, ce sont des alcools très parfumés.*

### INSTRUCTIONS

1. Tout d'abord, il faut tamiser la farine et mettre le sucre et le sel dans un récipient.
2. Ensuite, on ajoute les oeufs et un quart du lait. On mélange bien et on verse le reste de lait et on mélange.
3. Puis on verse le beurre fondu. On mélange.
4. Voilà, maintenant il faut laisser reposer pendant une heure.  
La cuisson :
5. Utilisez une poêle bien plate. Il faut bien chauffer la poêle. Quand la poêle est bien chaude, il faut mettre un peu de beurre au fond puis verser un peu de pâte. Voilà, vous attendez un peu, puis vous retournez la crêpe.
6. On peut manger les crêpes avec du sucre, de la confiture ou de la crème Chantilly.

*Bon appétit !*



# Salade de pâtes

---



2 personnes



20 minutes

## INGRÉDIENTS

150-200 g de pâtes

120 g thon au naturel

huile d'olive

1 citron

roquette

parmesan en copeaux

câpre

poivre noir

sel

## NOTES

## INSTRUCTIONS

1. Tout d'abord, il faut tamiser la farine et mettre le sucre et le sel dans un récipient. Faites cuire les pâtes "al dente", égouttez-les, passez-les sous l'eau froide et égouttez de nouveau.
2. Nettoyez le citron sous l'eau et prélevez quelques zestes. Pressez le jus d'1/2 citron. Égouttez les câpres. Égouttez le thon et émiettez-le dans un saladier.
3. Ajoutez le jus de citron et une partie des zestes, un peu d'huile d'olive et poivrez. Ajoutez ensuite les pâtes froides et les câpres, mélangez.
4. Servez la salade de pâtes en ajoutant un peu de roquette, les copeaux de parmesan et le reste des zestes de citron. Poivrez.

*Bon appétit !*



## Ma recette

---



portions



minutes

### INGRÉDIENTS

grammes de ....

millilitres de ....

cuillère(s) à soupe ....

### NOTES

*Bon appétit !*

### INSTRUCTIONS

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.



## Ma recette

---



portions



minutes

## INGRÉDIENTS

## INSTRUCTIONS

## NOTES

version à imprimer