

# Cuisinart<sup>MD</sup>

## LIVRET D'INSTRUCTIONS ET DE RECETTES



**Batteur sur socle 6,5 pintes (6,2 L) Precision Master<sup>MC</sup>**

**SÉRIE SM-65C**

Pour votre sécurité et votre satisfaction continue,  
prenez toujours le temps de lire le livret d'instructions avant d'utiliser l'appareil.

# PRÉCAUTIONS IMPORTANTES

Lorsque vous utilisez un appareil électrique, il faut toujours respecter certaines règles de sécurité élémentaires, dont celles-ci :

1. **LISEZ TOUTES LES INSTRUCTIONS.**
2. Mettez le sélecteur rotatif de vitesse à la position d'arrêt et débranchez l'appareil lorsque vous ne l'utilisez pas, avant de poser ou de déposer un accessoire, après l'avoir utilisé et avant de le nettoyer.
3. Exercez une surveillance étroite lorsque l'appareil est utilisé par des enfants ou à proximité. Cuisinart recommande de ne pas laisser les enfants utiliser cet appareil.
4. Évitez tout contact avec les pièces en mouvement et les accessoires raccordés. Pour éviter de vous blesser ou d'endommager le batteur sur socle, gardez les mains, les cheveux, les vêtements, les spatules et autres ustensiles à l'écart des fouets pendant le fonctionnement
5. L'utilisation d'accessoires non recommandés ou vendus par Cuisinart peut causer un incendie ou un choc électrique ou présenter un risque de blessure.
6. N'utilisez pas plus d'un accessoire à la fois.
7. Ne dépassez pas les capacités énoncées dans le livret d'utilisation.
8. N'utilisez pas le batteur sur socle s'il est endommagé ou si son cordon d'alimentation est endommagé. Faites-le vérifier et réparer ou régler au besoin avant de l'utiliser de nouveau.
9. Quand vous utilisez un accessoire, assurez-vous d'avoir lu et compris les précautions de sécurité qui y sont applicables.
10. N'utilisez pas l'appareil à l'extérieur.
11. Gardez le bol en acier inoxydable à l'écart des sources de chaleur, telles que la cuisinière, le four ou le four à micro-ondes.
12. Pour éviter les risques de choc électrique, ne mettez jamais le bloc moteur dans l'eau ou un autre liquide.
13. Retirez tous les accessoires du batteur sur socle avant de les laver.
14. Ne laissez pas le cordon pendre du rebord du comptoir ou de la table.
15. N'utilisez jamais un appareil électrique qui a mal fonctionné, a été échappé ou a été

endommagé de quelque façon que ce soit ou dont le cordon ou la fiche sont endommagés. Confiez l'appareil à un centre de service après-vente autorisé pour le faire examiner, réparer ou régler, au besoin.

16. N'utilisez pas l'appareil dans une armoire pour appareils ménagers ou sous une armoire suspendue. Lorsque vous rangez un appareil dans une armoire pour appareils ménagers, débranchez-le toujours de la prise électrique. Sinon, un contact pourrait accidentellement le mettre en marche, ce qui représente un risque d'incendie, surtout si l'appareil touche une paroi intérieure de l'armoire ou que la porte de l'armoire touche l'appareil lorsque vous la fermez.

## CONSERVEZ LES PRÉSENTES INSTRUCTIONS POUR USAGE DOMESTIQUE SEULEMENT

**REMARQUE :** L'intensité maximale est établie selon l'accessoire qui consomme le plus de courant. Il est possible que d'autres accessoires recommandés utilisent moins de courant.

## DANGER : RISQUE D'INCENDIE OU DE CHOC ÉLECTRIQUE.



L'éclair à tête de flèche dans un triangle équilatéral prévient l'utilisateur de la présence d'une tension dangereuse non protégée à l'intérieur de l'appareil assez élevée pour constituer un risque d'électrocution pour les personnes exposées.



Le point d'exclamation dans un triangle équilatéral prévient l'utilisateur de la présence d'instructions importantes concernant l'utilisation et l'entretien dans le mode d'emploi de l'appareil.

# INSTRUCTIONS CONCERNANT LE CORDON COURT

L'appareil est muni d'un cordon d'alimentation électrique court pour éviter les blessures que présentent les risques d'emmêlement ou de chute reliés à un cordon long.

Vous pouvez utiliser une rallonge électrique, à condition qu'elle ait un calibre égal ou supérieur à celui de l'appareil et qu'elle soit placée de façon à ne pas pendre du comptoir ou de la table pour éviter que les enfants ou les animaux domestiques ne puissent l'atteindre ou que quelqu'un ne trébuche dessus.

# INSTRUCTIONS POUR LA MISE À LA TERRE

L'appareil est muni d'un cordon d'alimentation électrique court pour éviter les blessures que présentent les risques d'emmêlement ou de trébuchement reliés à un cordon long. Il est possible d'utiliser un cordon d'alimentation détachable plus long ou une rallonge électrique, à la condition de prendre certaines précautions. Le cordon d'alimentation ou la rallonge doit :

1. Avoir un calibre égal ou supérieur à celui de l'appareil;
2. Être placé de façon à ne pas pendre du comptoir ou de la table pour éviter que les enfants ne puissent l'atteindre ou que quelqu'un ne trébuche dessus.
3. Être trifilaire (c'est-à-dire avoir une fiche avec mise à la terre [trois broches]).

## AVIS

L'appareil est muni d'une fiche d'alimentation polarisée (une des deux broches est plus large que l'autre). Pour réduire les risques de choc électrique, il n'y a qu'une seule façon d'insérer cette fiche dans une prise de courant polarisée.



# TABLE DES MATIÈRES

Précautions de sécurité.....	2
Caractéristiques et avantages .....	4
Instructions d'assemblage .....	5
Mode d'emploi .....	5
Nettoyage et entretien .....	5
Capacités maximales .....	5
Guide de dépannage .....	5
Tableau des vitesses suggérées .....	6
Trucs et conseils d'utilisation .....	6
Faire des biscuits .....	8
Faire du pain .....	8
Faire des gâteaux .....	8
Battre des blancs d'œuf .....	9
Fouetter de la crème.....	10
Recettes .....	11
Garantie.....	43

# INTRODUCTION

Voici enfin, le batteur qui peut tout faire! Votre tout nouveau batteur sur socle Precision Master<sup>MC</sup> de Cuisinart<sup>MD</sup> a la puissance, la capacité et la précision nécessaires pour effectuer toutes les tâches que demandent vos recettes. Son fouet en fil, son batteur plat et son crochet pétrisseur vous permettent de fouetter, de mélanger et même de pétrir. De plus, ses 12 vitesses vous aident à travailler les pâtes à la bonne vitesse pour obtenir d'excellents résultats!

Cuisinart vous offre plusieurs accessoires facultatifs que vous pouvez acheter séparément et que vous pouvez raccorder à la prise spéciale à l'avant. Qu'il s'agisse de faire des pâtes maison ou de hacher des viandes, sortes de gâteries glacées ou en spirales! Il y a un accessoire qui vous aidera à accomplir la tâche exactement comme vous le voulez.

Modèles inclus : (IC-50C, PE-50C, MG-50C, PRS-50C et SPI-50C.

# CARACTÈRES ET PIÈCES

## 1. Moteur de 600 watts

De la puissance à revendre pour les grosses recettes et les tâches de mélange lourdes.

## 2. Tête inclinable

Facilite la pose des accessoires ou le raclage des parois du bol.

## 3. Prise pour gros accessoires

Dissimulée derrière le petit couvercle à l'avant de la tête du batteur, reçoit les gros accessoires, comme le hachoir et la machine à pâtes (vendus séparément). Une vis de blocage facilite la pose et la dépose des accessoires.

## 4. Prise pour petits accessoires

Réservée au fouet à fil, au batteur plat et au crochet pétrisseur.

## 5. Bol en acier inoxydable de 6,5 pintes (6,2 L) avec poignée

Muni d'une poignée qui le rend facile à tenir, à vider ou à retirer. Grande capacité pour mélanger de plus grandes quantités.

## 6. Levier de verrouillage de la tête

Verrouille la tête du batteur en position relevée. Sert à remettre la tête en position de mélange.

## 7. Sélecteur rotatif de vitesse, marche/arrêt

12 vitesses qui permettent de mélanger avec précision.

## 8. Anneau éclairé bleu

S'allume pendant que l'appareil est en fonction. S'éteint lorsque le sélecteur est à la position d'arrêt.

## 9. Fouet à fil

Sert à aérer les ingrédients ou les mélanges. Idéal pour battre les œufs, les blancs d'œuf ou la crème épaisse (recettes de gâteaux des anges, de gâteaux mousseline ou de meringues, ou recettes de bonbons, comme les guimauves) ou pour battre des pommes de terre.

## 10. Batteur plat

Sert à remuer, à mélanger ou à battre des ingrédients et des préparations. Idéal pour mélanger le glaçage, la pâte à biscuits ou à gâteaux ou les pâtes lisses. Utilisé aussi dans la confection de pâtes à tarte, de biscuits chauds à la levure chimique et de gâteaux sablés et le mélange des ingrédients d'un pain de viande ou des boulettes de viande.

## 11. Crochet pétrisseur

Sert à mélanger et à pétrir les pâtes à la levure dont on fait des pains, des petits pains, de la pizza ou de la focaccia, des pâtes alimentaires ou des brioches.

## 12. Entonnoir

Facilite l'ajout d'ingrédients dans le bol pendant que le batteur tourne. Dirige les ingrédients dans le bol, sans dégâts.



# INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE

1. **Relever la tête du batteur** – Abaisser le levier de verrouillage de la tête et relever la tête du batteur jusqu'à ce qu'elle se verrouille en position haute.
2. **Poser l'accessoire** – Poser le batteur plat, le fouet à fil ou le crochet pétrisseur dans la prise pour petits accessoires. Pousser vers le haut et tourner l'accessoire dans le sens des aiguilles d'une montre jusqu'à ce qu'il soit verrouillé en position; le tourner dans le sens contraire pour le retirer.
3. **Poser le bol sur la base** – Tourner le bol dans le sens des aiguilles d'une montre pour le verrouiller en position.
4. **Descendre la tête du batteur** – En tenant la tête, abaisser le levier de verrouillage et descendre la tête jusqu'en bas.
5. **Poser l'entonnoir** – Placer l'entonnoir sur le bord du bol et appuyer dessus pour le fixer en place. L'entonnoir permet d'ajouter les ingrédients plus facilement pendant que le batteur tourne.

## MODE D'EMPLOI

### Placer le batteur sur socle

La plaque du logo qui recouvre la prise d'accessoires doit être tournée vers soi.

### Pour mettre en marche

Tourner le sélecteur rotatif à la vitesse désirée, entre 1 et 12 (voir la section sur les réglages de vitesse à la page 6).

### Pour éteindre

Ramener le sélecteur rotatif à la position d'arrêt (0) : l'appareil s'arrête de mélanger et s'éteint.

## NETTOYAGE ET ENTRETIEN

Toujours débrancher le batteur sur socle Cuisinart<sup>MD</sup> avant de le nettoyer.

### Bloc moteur

Essuyer le bloc avec un linge humide et sécher. Ne jamais utiliser d'abrasifs et ne jamais l'immerger dans l'eau.

### Bol

Peut être lavé à la main et essuyé parfaitement ou être lavé au lave-vaisselle. Ne jamais nettoyer le bol avec une brosse métallique, de la laine d'acier ou un produit javellisant.

### Petits accessoires

Le batteur plat et le crochet pétrisseur peuvent être lavés dans le panier supérieur du lave-vaisselle ou lavés à la main et essuyés parfaitement. Le fouet en fil doit absolument être lavé à la main

### Accessoires

Suivre les instructions fournies avec chaque gros accessoire.

### Entonnoir

Peut être lavé à la main et essuyé parfaitement ou être lavé dans le panier supérieur du lave-vaisselle.

### Petit entretien

Confier toute autre opération d'entretien à un technicien qualifié autorisé.

## CAPACITÉS MAXIMALES

- Pâte à la levure (la plupart des pains, la pizza) - 7,2 tasses (1,7 L) de farine blanche
- Pâte à biscuits - 6 douzaines de biscuits
- Crème à fouetter - 7,5 tasses (1,77 L) de liquide (15 tasses (3,5 L) fouettée)
- Blancs d'œuf - 14 gros

**REMARQUE** : Ne jamais remplir le bol au-delà de la ligne de remplissage maximale.

## GUIDE DE DÉPANNAGE

Le moteur coupe pendant le mélange. (Le batteur sur socle a un dispositif de protection contre les surcharges qui coupe le moteur en cas de surcharge.)

Solution : Si cela devait arriver :

- Mettre l'appareil hors tension et le débrancher.
- Réduire la charge en retirant certains des ingrédients et laisser le batteur reposer pendant quelques minutes.
- Rebrancher le batteur et régler la vitesse à nouveau. Si le batteur ne redémarre pas quand on met le sélecteur rotatif à la position de marche (ON), le laisser reposer un peu plus longtemps.

# TABLEAU DES VITESSES SUGGÉRÉES

1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tamiser les ingrédients secs</li> <li>• Plier des ingrédients dans un mélange</li> <li>• Fouetter de la crème et des blancs d'œuf (en augmentant graduellement la vitesse)</li> </ul>	7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Couper du beurre dans de la farine (pâtisserie et pâte à tarte)</li> <li>• Piler les pommes de terre ou des légumes</li> <li>• Fouetter de la crème et des blancs d'œuf (en augmentant graduellement la vitesse)</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tamiser les ingrédients secs</li> <li>• Plier des ingrédients dans un mélange</li> <li>• Mélanger des pâtes à pain éclair (muffins, etc.)</li> <li>• Mettre en crème du beurre et du sucre</li> <li>• Fouetter de la crème et des blancs d'œuf (en augmentant graduellement la vitesse)</li> </ul>	8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Couper du beurre dans de la farine (pâtisserie et pâte à tarte)</li> <li>• Piler les pommes de terre ou des légumes</li> <li>• Fouetter de la crème et des blancs d'œuf (en augmentant graduellement la vitesse)</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mettre en crème du beurre et du sucre</li> <li>• Incorporer les œufs</li> <li>• Pétrir de la pâte</li> <li>• Fouetter de la crème et des blancs d'œuf (en augmentant graduellement la vitesse)</li> </ul>	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Piler les pommes de terre ou des légumes</li> <li>• Fouetter de la crème et des blancs d'œuf (en augmentant graduellement la vitesse)</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mettre en crème du beurre et du sucre</li> <li>• Pétrir de la pâte</li> <li>• Pétrir des pâtes alimentaires</li> <li>• Couper du beurre dans de la farine (pâtisserie et pâte à tarte)</li> <li>• Fouetter de la crème et des blancs d'œuf (en augmentant graduellement la vitesse)</li> </ul>	10	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fouetter des pommes de terre ou des légumes</li> <li>• Fouetter de la crème et des blancs d'œuf (en augmentant graduellement la vitesse)</li> </ul>
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mettre en crème du beurre et du sucre</li> <li>• Couper du beurre dans de la farine (pâtisserie et pâte à tarte)</li> <li>• Piler les pommes de terre ou des légumes</li> <li>• Fouetter de la crème et des blancs d'œuf (en augmentant graduellement la vitesse)</li> </ul>	11	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fouetter des pommes de terre ou des légumes</li> <li>• Fouetter de la crème et des blancs d'œuf (en augmentant graduellement la vitesse)</li> </ul>
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Couper du beurre dans de la farine (pâtisserie et pâte à tarte)</li> <li>• Piler les pommes de terre ou des légumes</li> <li>• Fouetter de la crème et des blancs d'œuf (en augmentant graduellement la vitesse)</li> </ul>	12	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fouetter des pommes de terre ou des légumes</li> <li>• Fouetter de la crème et des blancs d'œuf (en augmentant graduellement la vitesse)</li> </ul>

---

# TRUCS ET CONSEILS D'UTILISATION

- Avant de mettre le four à préchauffer, régler les grilles à la hauteur appropriée. La plupart des recettes demandent de faire cuire au centre du four. Les tartes cuisent mieux dans le tiers inférieur du four.
- Suivre attentivement toutes les étapes de mélange de la recette. Il est tout aussi important de ne pas trop mélanger que de trop mélanger.
- Éviter de bourrer le four et d'ouvrir la porte du four pendant la cuisson. Utiliser l'éclairage du four pour surveiller la progression de la cuisson. Pour certains articles que l'on fait souvent cuire dans plus d'un moule ou d'une plaque à la fois (les biscuits en particulier), permuter les moules ou les plaques à mi-cuisson.
- Les mesures exactes sont très importantes. Pour bien mesurer la farine, commencer par la remuer, remplir la mesure et l'égaliser avec le côté plat d'un couteau ou le manche d'une cuillère. Il ne faut pas tasser ou compacter la farine. Il est également très important de ne pas mesurer directement à partir du sac, car la farine pré-tamisée a probablement été tassée pendant le remplissage du sac. Quand on ne remue pas la farine avant de la mesurer, les produits de boulangerie-pâtisserie risquent plus d'être lourds ou secs parce qu'ils contiendront trop de farine.
- Pour la plupart des recettes de pâtisserie-boulangerie, les articles réfrigérés, comme le beurre, le lait et les œufs, s'incorporent mieux lorsqu'ils sont à température ambiante.
- Sortir le beurre du réfrigérateur et le couper en dés de ½ pouce (1,25 cm) pour l'amener plus rapidement à la température de la pièce pendant qu'on mesure le reste des ingrédients. Ne pas réchauffer le beurre au four à micro-ondes, car s'il fond, cela en change la structure et cela donne une texture différente au produit fini.
- Pour séparer les œufs à incorporer dans une recette, les casser séparément, un à la fois, dans un petit bol. Séparer délicatement le blanc et le transférer dans un bol en verre ou en acier inoxydable parfaitement propre. Si le jaune se brise dans un blanc, réserver cet œuf pour une autre recette, car même une petite goutte de jaune d'œuf empêchera le blanc de monter en neige.
- Racler le bol entier – les parois, le fond et le batteur plat – pendant que l'on mélange ou que l'on ajoute des ingrédients permet de mieux les incorporer et donne de meilleurs résultats dans l'ensemble. Plus souvent on racle le bol, mieux c'est.
- Pour battre les blancs d'œuf, il faut s'assurer que le bol à mélanger et le fouet à fil sont parfaitement propres et secs, car la moindre trace d'huile ou de gras empêchera le blanc d'œuf de monter en neige.
- Pour vérifier la fraîcheur des œufs, les mettre dans un bol d'eau tiède; s'ils flottent, c'est qu'ils ne sont pas frais. Cela est particulièrement important lorsqu'il s'agit de battre des blancs d'œuf. Plus les œufs sont frais, plus la mousse sera stable.
- Pour faire fondre du chocolat, mettre le chocolat haché dans un bain-marie ou dans un grand bol au-dessus d'un bol d'eau chaude frémissante. Le bain-marie ou le bol ne doit pas toucher l'eau, car cela fera « saisir » le chocolat qui sera alors inutilisable pour la recette.
- Toujours tester la levure avant de l'utiliser dans une recette. À cette fin, saupoudrer une petite quantité de la levure demandée de la recette sur de l'eau chaude (105 à 110 °F [40 à 43 °C]) et ajouter une pincée du sucre ou de la farine que demande la recette. Si la levure ne forme pas d'écume dans les 5 à 10 minutes, c'est qu'elle est morte. Recommencer avec un autre sachet de levure fraîche.

---

## POUR FAIRE DES BISCUITS

- Utiliser une cuillère à crème glacée pour prélever la pâte à biscuits et obtenir des biscuits de forme et de grosseur uniformes. Nous recommandons des cuillères de différentes grosseurs (nos 40, 50 et 60) et une plus grosse encore d'environ  $\frac{1}{3}$  à  $\frac{1}{2}$  tasse (75 à 125 ml) pour des biscuits géants. La cuillère à crème glacée (no 16) est également pratique pour remplir les moules à muffins ou pour former des boulettes de viande.
- Pour avoir des biscuits qui gardent bien leur forme, déposer des cuillerées de pâte à biscuits sur des feuilles de papier ciré ou une pellicule plastique sur un plateau et les refroidir avant la cuisson. La plupart des pâtes à biscuits peuvent être réfrigérées pendant 2 à 3 jours avant d'être cuites; il suffit de bien les emballer.
- La pâte à biscuits peut également être congelée. Façonner la pâte en biscuits individuels, les envelopper dans un emballage double et les congeler pendant trois mois au plus. Dégeler avant de mettre à cuire.
- Tapisser les plaques à biscuits de papier sulfurisé pour faciliter le démoulage et le nettoyage.
- Laisser les biscuits reposer sur la plaque pendant 2 ou 3 minutes avant de les transférer sur une grille pour les laisser refroidir. Cela les empêchera de ratatiner, d'émietter ou de casser.
- Laisser refroidir les biscuits parfaitement avant de les mettre dans un récipient de conservation pour éviter qu'ils ne ramollissent ou ne se déforment.

## POUR FAIRE DU PAIN

- Un sachet de  $\frac{1}{4}$  oz (7 g) de levure équivaut à  $2\frac{1}{4}$  c. à thé (11 ml).
- Utiliser du lait au lieu de l'eau pour obtenir une croûte plus molle.
- Après avoir sorti le pain cuit du four, frotter la croûte avec du beurre non salé si on veut la ramollir un peu. Cela empêche la croûte de sécher trop vite.
- Quand une recette demande une sorte de farine en particulier, utiliser celle-là. A défaut de farine à pain, on peut utiliser de la farine tout usage non blanchie, mais il est alors possible que le pain ne gonfle pas autant.

- Ne pas utiliser de margarines légères ou molles dans la fabrication du pain; elles donnent de moins bons résultats parce qu'elles ont une structure différente.
- Le gluten de blé élastique est la protéine déshydratée qui est tirée de la farine lorsqu'on élimine l'amidon. C'est un bon agent de conditionnement ou rehausseur pour les pains à la levure et en particulier, les pains à grains entiers, mais aussi quand on utilise de la farine tout usage. Quand une recette demande du gluten de blé élastique, il est préférable de l'utiliser si l'on veut obtenir de meilleurs résultats.
- Pour du pain de blé entier à 100 %, utiliser  $1\frac{1}{2}$  c. à thé (7 ml) de gluten de blé élastique pour chaque tasse de farine.
- On peut utiliser du sel léger s'il contient à la fois du chlorure de potassium et du sodium.
- Les recettes de pain indiquent souvent une fourchette de quantité de farine. Commencer par utiliser la quantité inférieure indiquée, puis ajouter de la farine selon les besoins pour obtenir une pâte lisse et non collante.
- L'utilisation d'une quantité excessive de liquide ou la cuisson du pain par temps humide peut faire s'affaisser le pain ou ratatiner le dessus.
- Un thermomètre à lecture instantanée est pratique lorsque l'on fait du pain. Il peut être utilisé pour prendre la température du liquide qui sert à tester la levure, et pour prendre la température interne du pain cuit.
- Le liquide pour tester la levure doit être à une température se situant entre 105 et 110 °F (40 à 43 °C).
- Le pain doit avoir une température interne de 190 °F (88 °C) (les pains enrichis, comme ceux qui contiennent des œufs, sont cuits à une température plus élevée, soit plus près de 207 °F [97 °C]).

## FAIRE DES GÂTEAUX

- Amener tous les ingrédients et les bols à la température de la pièce. Les ingrédients seront plus faciles à incorporer et à mélanger.
- Remplir les moules dès que la pâte est prête.
- Mettre les gâteaux à cuire au four immédiatement après avoir rempli les moules.
- Vérifier la cuisson au début de la plage de temps indiquée dans la recette.



- Laisser refroidir les gâteaux dans les moules jusqu'à ce qu'ils soient frais au toucher avant de les démouler et de les laisser refroidir parfaitement sur une grille.
- Il est plus facile d'étaler le glaçage sur un gâteau avec une spatule coudée qu'avec un couteau ou une spatule droite.

## FOUETTER LES BLANCS D'ŒUF

- Pour qu'ils soient plus faciles à battre, les blancs d'œuf doivent être à la température de la pièce. Il suffit de les mettre, intacts, dans un bol d'eau chaude pendant 10 à 15 minutes.
- L'addition d'une petite quantité d'acide comme de la crème de tartre, du jus de citron ou du vinaigre stabilise les blancs d'œuf et les aide à atteindre un volume et un degré de fermeté optimaux. Il faut utiliser 1/8 c. à thé (0,5 ml) de crème de tartre pour chaque gros blanc d'œuf ou 1 c. à thé (5 ml) de crème de tartre pour 1 tasse (250 ml) de blancs d'œuf (8 à 10 gros œufs).
- Le temps qu'il faut pour que les blancs d'œuf montent en neige varie selon la température des blancs d'œuf, de l'âge des œufs et de la température ou du degré d'humidité dans la cuisine. Surveiller l'opération de près.
- Par temps humide, il est possible que le volume des blancs d'œuf ne soit pas celui qu'on obtient par temps chaud, plus sec.
- Mettre les blancs d'œuf à la température de la pièce dans un bol à mélanger propre et sec. Poser le fouet à fil propre et sec. Commencer à battre les blancs d'œuf à la vitesse 1, passer graduellement à la vitesse 6 jusqu'à consistance mousseuse, puis à la vitesse 12. S'ils sont battus trop rapidement au début, les blancs d'œuf auront une structure moins solide et stable, et ils n'atteindront pas leur plein volume une fois parfaitement battus. S'ils sont trop battus, ils se sépareront ou couleront en meringue.
- Les additions de sucre doivent être faites au bon moment. Ajouter le sucre lentement et graduellement après que les blancs forment un pic mou. Il faut toujours ajouter le sucre en un mince filet régulier le long des parois du bol pendant que l'on bat les blancs d'œuf, et jamais directement au centre du bol sur les œufs blancs battus, car cela les ferait s'effondrer.

- Voici l'apparence que prendront progressivement les blancs d'œuf fouettés : d'abord mousseux, ils se raffermissent et commencent à prendre forme (ils forment des pics mous qui retombent quand on lève le fouet); c'est la consistance désirée pour les mousses et les soufflés. Si l'on continue à battre les blancs d'œuf, les pics deviennent graduellement plus fermes; c'est la consistance désirée pour les meringues. Ensuite, les blancs sont fermes, mais pas secs (ils forment des pics fermes qui gardent leur forme quand on lève le fouet) et ils ont une couleur homogène et lustrée. Enfin, les blancs sont fermes et secs; ils sont tachetés et d'apparence fade.
- Les œufs blancs battus doivent être utilisés immédiatement, car ils commencent à se dégonfler et à perdre leur volume et leur structure après 5 minutes. Les blancs d'œuf battus avec du sucre ou de la crème de tartre sont plus stables et se tiennent un peu plus longtemps.

## À PROPOS DES BLANCS D'ŒUF CRUS

Il faut prendre garde quand on ajoute des blancs d'œuf cru dans des recettes qui ne sont pas cuites, puisqu'il y a un risque qu'ils contiennent des bactéries nocives. Quand une recette demande blancs d'œuf crus, il est souhaitable d'utiliser des blancs d'œuf en poudre ou d'« aseptiser » les blancs d'œuf. Voici comment faire :

- Mettre avec les blancs d'œuf, 2 c. à soupe (30 ml) de sucre granulé que demande la recette, 2 c. à soupe (30 ml) d'eau et une pincée de crème de tartre dans le bol à mélanger du batteur sur socle Cuisinart<sup>MD</sup> et remuer jusqu'à consistance lisse.
- Mettre le bol au-dessus d'une casserole d'eau frémissante et remuer constamment avec une spatule en caoutchouc parfaitement propre jusqu'à ce que la préparation atteigne une température de 160 °F (70 °C) sur un thermomètre à lecture instantanée. (Commencer à vérifier la température après environ 1 minute de mélange.)
- Lorsque la préparation atteint cette température, essuyer le fond du bol et mettre celui-ci sur le batteur sur socle. Poser le fouet à fil. Poursuivre selon les instructions de la recette.

---

## FOUETTER DE LA CRÈME

La crème épaisse a une teneur en babeurre plus élevée que la crème à fouetter et, plus la teneur en babeurre est élevée, plus la crème fouettée sera stable.

La crème légère peut aussi être fouettée, mais elle se tient moins longtemps. Les crèmes qui ne sont pas ultra pasteurisées sont les meilleures pour fouetter.

Une fois fouettée, la crème a généralement le double de son volume initial. Donc, pour obtenir 2 tasses (500 ml) de crème légèrement fouettée, il faut verser 1 tasse (250 ml) de crème épaisse ou à fouetter dans un bol à mélanger bien froid.

Commencer à battre à la vitesse 2 et passer graduellement à la vitesse 10 ou 12; fouetter seulement jusqu'à ce que la crème commence à se tenir. Ajouter environ ½ c. à thé (2 ml) de vanille pur ou d'un autre extrait pur et 1 à 4 c. à soupe (15 à 60 ml) de sucre granulé, superfine ou à glacer. Fouetter la crème jusqu'à ce qu'elle forme des pics mous et légers.

### Pour faire de la crème fouettée :

- La crème, le bol à mélanger et le fouet à fil doivent être bien froids. À cette fin, mettre le bol et le fouet au congélateur pendant au moins 15 minutes au préalable. La pièce ne doit pas être trop chaude.
- Fouetter la crème à basse vitesse jusqu'à ce qu'elle commence à former des petites bulles; cela prendra environ 30 secondes. Passer graduellement à la vitesse 12, jusqu'à la consistance désirée. Procéder maintenant avec précaution : il ne faut que quelques secondes pour que la crème fouettée lisse et onctueuse tourne en beurre!
- Pour sucrer ou aromatiser la crème fouettée, commencer à ajouter du sucre et des aromatisants lentement au moment où la crème devient aérée et onctueuse.
- Tamiser les sucres avant de les ajouter à la crème fouettée.
- Cesser de battre la crème quand elle a doublé de volume : elle doit être lisse, onctueuse et épaisse et elle doit former des pics mous (pour garnir des desserts ou être pliée dans des desserts) ou fermes (pour garnir des gâteaux ou des desserts ou pour dresser des décorations à la douille).

- La crème fouettée doit être servie immédiatement, à moins d'avoir été stabilisée.

## CRÈME FOUETTÉE STABILISÉE

La crème fouettée stabilisée se conserve mieux au réfrigérateur avant l'emploi. Elle peut être utilisée pour dresser des décorations avec une poche à douille. L'addition de gélatine ou de stabilisant commercial empêchera la crème fouettée de couler.

Pour faire la crème fouettée stabilisée, ramollir la gélatine en la saupoudrant sur de l'eau dans une tasse à mesurer et laisser reposer 5 minutes. Ensuite, mettre la tasse dans une casserole d'eau frémissante et remuer à feu doux jusqu'à dissolution. Laisser refroidir légèrement avant de l'ajouter à la crème, mais ne pas attendre qu'elle refroidisse et qu'elle durcisse.

- Pour 1 tasse (250 ml) de crème, ajouter ½ c. à thé (2,5 ml) de gélatine dissoute dans 1 c. à soupe (15 ml) d'eau.
- Pour 2 tasses (500 ml) de crème, ajouter 1 c. à thé (5 ml) de gélatine dissoute dans 2 c. à soupe (30 ml) d'eau.
- Pour 8 tasses (2 L) de crème, ajouter 1 c. à soupe + 1 c. à thé (30 ml) de gélatine dissoute dans 8 c. à soupe (120 ml) d'eau.

Fouetter selon les instructions habituelles, en ajoutant la gélatine dissoute d'un seul coup après que la crème a commencé à épaissir.

---

# RECETTES

## METS SALÉS

Gougères.....	12
Soufflé aux épinards et au fêta.....	12
Pommes de terre en purée.....	13
Chou-fleur en purée.....	13
Pâtes fraîches.....	14

## PAINS ET PETITS PAINS À LA LEVURE

Pâte à pizza.....	14
Pâte à pizza sans gluten.....	15
Pain blanc de base.....	15
Pain de blé à la mélasse.....	16
Pain multigrains.....	17
Petits pains au beurre.....	17
Pain du sabbat.....	18
Pain italien rustique.....	19

## BRIOCHES, MUFFINS ET PAINS ÉCLAIR

Gâteau aux miettes au babeurre et aux bleuets.....	20
Pain aux bananes et aux grains de chocolat.....	20
Brioches aux pacanes.....	21
Muffins au son d'avoine et aux pommes.....	22
Pain aux trois agrumes pour le thé.....	23

## BISCUITS ET BARRES

Craquelés au chocolat et aux cerises.....	23
Sablés aux pacanes et à la confiture.....	24
Biscuits aux morceaux de chocolat.....	25
Biscottis aux cerises et aux amandes.....	26
Biscuits au sucre au moka.....	26
Biscuits noirs et blancs.....	27
Biscuits énergétiques.....	28

Brownies au fudge.....	28
Blondies.....	29

## TARTES

Pâte à tarte feuilletée de base.....	30
Croûte aux miettes de biscuits.....	30
Tarte au citron meringuée.....	31
Tarte à la crème au chocolat.....	32

## GÂTEAUX ET PETITS GÂTEAUX

Gâteau jaune.....	32
Gâteau étagé au chocolat.....	33
Gâteau à la noix de coco.....	33
Gâteau au fromage marbré au chocolat.....	34
Petits gâteaux jaunes sans gluten.....	35
Gâteau des anges.....	36
Soufflé au chocolat.....	36
Gâteau chiffon aux agrumes.....	37
Pavlova.....	38

## GLAÇAGES ET GARNITURES

Crème au beurre française.....	39
Crème au beurre suisse.....	39
Glaçage au chocolat.....	40
Glaçage au fromage à la crème.....	40
Glaçage à la vanille sans produits laitiers.....	40
Glace royale.....	41
Ganache au chocolat.....	41
Mousse au chocolat vite faite.....	41
Glace orange et abricot.....	42
Crème fouettée.....	42

## Gougères

*Traditionnellement, les gougères sont préparées avec du gruyère, mais vous pouvez utiliser votre fromage préféré.*

**Donne environ 65 gougères de 1 pouce (2,5 cm)**

- ½ tasse (125 ml) d'eau
- 4 c. à soupe (60 ml ou ½ bâtonnet) de beurre non salé, en dés de 1 po (2,5 cm)
- ½ c. à thé (2 ml) de sel cascher, divisé
- ½ c. à thé (2 ml) de sucre granulé
- 1 t. (250 ml) de farine tout usage non blanchie
- 2 gros œufs et 2 autres, au besoin
- 1 tasse (250 ml) de gruyère, déchiqueté et divisé
- ¼ c. à thé (1 ml) de sel de mer fin ou de sel de table
- ½ c. à thé (2 ml) de poivre de Cayenne
- ¼ c. à thé (1 ml) de paprika

Préchauffer le four à 500 °F (260 °C). Tapiser deux plaques à pâtisserie de papier sulfurisé; réserver.

Mettre l'eau, le beurre, la moitié du sel et le sucre dans une casserole de taille moyenne à feu moyen et porter à ébullition. Retirer du feu et incorporer la farine. Remettre sur le feu et monter le feu à mi-vif. Avec une cuillère en bois, remuer continuellement la préparation pendant 1½ à 2 minutes, jusqu'à ce qu'elle soit sèche : elle laissera une épaisse pellicule dure sur le fond de la casserole.

Retirer du feu et vider la préparation dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat. Battre à la vitesse 3 pour libérer la vapeur et refroidir la préparation. Après 2 ou 3 minutes, quand la préparation a refroidi (et que le bol n'est plus chaud), passer à la vitesse 4 et ajouter les œufs, un à la fois, en battant bien après chaque addition. La pâte est prête quand elle a une couleur jaune pâle et qu'elle coule du batteur en un filet mince.

Si la pâte est trop épaisse, battre les deux derniers œufs ensemble et les ajouter lentement, 1 c. à thé (5 ml) à la fois, tout en battant. La pâte ne doit pas être trop liquide, car elle ne gardera pas sa forme.

Ajouter ½ t. (125 ml) du gruyère, le reste du sel et les épices; battre à la vitesse 2. Verser

la pâte dans une grosse poche à douille munie d'une douille ronde moyenne. Dresser des ronds de pâte de 1 pouce (2,5 cm) de diamètre, espacés de ½ pouce (1,25 cm), sur les plaques préparées et garnir chacun d'une pincée du gruyère réservé.

Mettre au four et baisser immédiatement le feu à 300 °F (150 °C). Cuire pendant 20 minutes environ, jusqu'à ce que les gougères soient bien dorées, creuses et sèches à l'intérieur.

Servir immédiatement.

**CONSEIL :** Pour obtenir des gougères uniformément dorées, tourner la plaque à mi-cuisson.

*Valeur nutritive d'une gougère :*

- Calories 29 (61 % provenant des lipides) • glucides 1 g
- protéines 1 g • lipides 2 g • gras saturés 1 g
- cholestérol 11 mg • sodium 39 mg • calcium 36 mg
- fibres 0 g

## Soufflé aux épinards et au fêta

*Vous avez envie d'un nouveau plat amusant et festif? Essayez la combinaison classique d'épinards et de fêta dans un soufflé savoureux.*

**Donne 12 portions**

- 6 c. à soupe (90 ml ou ¾ bâtonnet) beurre non salé, en dés de 1 po (2,5 cm), divisé
- ½ t. (125 ml) de fromage Romano râpé, divisé
- 5 gros œufs
- 1 gros blanc d'œuf
- ½ t. (125 ml) de farine tout usage non blanchie
- 1½ t. (375 ml) de lait entier
- 3 oz (85 g) de fêta
- ¼ c. à thé (1 ml) de sel cascher
- ¼ c. à thé (1 ml) poivre noir frais moulu
- ⅛ c. à thé (0,5 ml) de muscade frais moulue
- 1 boîte de 10 oz (240 g) d'épinards hachés congelés, décongelés et égouttés
- ¼ c. à thé (1 ml) de zeste de citron

Préchauffer le four à 400 °F (204 °C). Placer les grilles du four de façon à cuire le soufflé au centre.

Beurrer un plat à soufflé de 2 pintes (8 tasses) en utilisant 1 c. à soupe (15 ml) du beurre. Saupoudrer  $\frac{1}{4}$  t. (60 ml) du fromage Romano dans le plat et en recouvrir le fond et les parois. Secouer l'excédent. Essuyer le bord du plat avec un essuie-tout afin d'éliminer toute trace de beurre et de fromage; réserver.

Séparer les œufs. Mettre tous les blancs dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du fouet en fil et les jaunes, dans un autre bol à mélanger. Défaire les jaunes à l'aide d'une fourchette. Réserver les deux bols.

Faire fondre le reste du beurre dans une casserole à feu mi-doux. Ajouter la farine et cuire environ 3 à 4 minutes. Ajouter graduellement le lait tout en remuant constamment. Lorsque tout le lait a été ajouté, fouetter jusqu'à consistance lisse et homogène. Incorporer le reste du fromage Romano, le fêta, le sel, le poivre et la muscade. Incorporer les épinards et le zeste de citron.

En battant constamment avec un fouet, transférer une petite quantité de la préparation de lait et d'épinards dans les jaunes d'œuf. Battre en ajoutant le reste de la préparation, environ un tiers à la fois.

Battre les blancs d'œuf, en démarrant à la vitesse 1 et en passant graduellement à la vitesse 12. Battre pendant environ  $1\frac{1}{2}$  minute, en tout, jusqu'à la formation de pics fermes.

Plier délicatement un tiers des blancs d'œuf dans la préparation d'épinards à l'aide d'une grande spatule en caoutchouc, jusqu'à consistance homogène. Répéter, en ajoutant un tiers à chaque fois. Plier seulement jusqu'à ce que les ingrédients soient combinés.

Verser la préparation dans le plat préparé et égaliser le dessus pour que le soufflé gonfle également. Mettre dans le four préchauffé et réduire le feu à 375 °F (190 °C). Cuire pendant 45 à 50 minutes, jusqu'à ce que le dessus soit doré et à peine pris.

### Servir immédiatement.

Valeur nutritive d'une portion de  $\frac{1}{2}$  tasse (125 ml) :

Calories 207 (64 % provenant des lipides)  
• glucides 9 g • protéines 9 g • lipides 15 g

• gras saturés 8 g • cholestérol 152 mg • sodium 418 mg  
• calcium 175 mg • fibres 1 g

## Pommes de terre en purée

*Cette recette de base est délicieuse telle quelle. Vous pouvez aussi y ajouter des fines herbes ou du fromage pour en rehausser la saveur, à votre goût.*

Donne environ 9 tasses (2,25 L)

- 5 lb (2,2 kg) de pommes de terre à chair jaune (Yukon gold), pelées et coupées en dés de 1 po (2,5 cm)
- $5\frac{1}{3}$  c. à soupe (80 ml) de beurre non salé, en dés de 1 po (2,5 cm)
- 1 t. (250 ml) de crème fraîche
- $\frac{1}{2}$  t. (125 ml) de lait (entier ou écrémé, au goût)
- 1 c. à thé (5 ml) de sel cascher
- $\frac{1}{2}$  c. à thé (2 ml) de poivre noir frais moulu

Mettre les pommes de terre dans une grande marmite et les recouvrir d'eau froide. Porter à ébullition, puis laisser mijoter jusqu'à ce que très tendres. Égoutter et transférer dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup>.

Poser le fouet en fil et battre à la vitesse 5, jusqu'à ce que les pommes de terre soient réduites en purée, sans grumeaux, en raclant fréquemment le bol.

Lorsque la purée est lisse, ajouter le reste des ingrédients en battant à la vitesse 8 et en passant graduellement à la vitesse 12 jusqu'à consistance légère et mousseuse. Racler les parois et le fond du bol une fois pour que tous les ingrédients soient parfaitement incorporés.

Goûter et corriger l'assaisonnement au goût.

Valeur nutritive d'une portion de  $\frac{1}{2}$  tasse (125 ml) :

Calories 172 (42 % provenant des lipides) • glucides 21 g  
• protéines 3 g • lipides 8 g • gras saturés 5 g  
• cholestérol 27 mg • sodium 155 mg • calcium 55 mg  
• fibres 3 g

## Chou-fleur en purée

*Une solution de rechange savoureuse et saine à l'éternelle purée de pommes de terre. Sans produits laitiers, en plus!*

## Donne 6 tasses (1,5 L)

- 1 gros chou-fleur d'environ 3¼ lb (1,5 kg), en gros morceaux
- 1 lb (450 g) de pommes de terre à chair jaune (Yukon gold), pelées et coupées en dés de 1 po (2,5 cm)
- ¼ t. (60 ml) d'huile d'olive vierge extra
- 2 c. à thé (10 ml) de sel cascher
- ½ c. à thé (2 ml) de poivre noir frais moulu

Mettre les morceaux de chou-fleur avec les dés de pomme de terre dans une grande marmite, couvrir d'eau froide et porter à ébullition à feu vif. Réduire le feu et laisser mijoter à gros bouillons pendant 25 minutes, jusqu'à ce que tendres. Égoutter et transférer dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup>.

Poser le fouet en fil et battre à la vitesse 5 jusqu'à consistance lisse. Racler le bol fréquemment. Passer à la vitesse 8, puis à la vitesse 10 pour obtenir une purée parfaitement homogène. Réduire la vitesse à 2 et ajouter le reste des ingrédients, puis passer graduellement à la vitesse 10, puis 12 jusqu'à consistance légère et mousseuse. Racler les parois et le fond du bol une fois pour que tous les ingrédients soient parfaitement incorporés. Goûter et corriger l'assaisonnement au goût.

Valeur nutritive d'une portion de ½ tasse (125 ml) :

- Calories 142 (56 % provenant des lipides)
- glucides 13 g • protéines 3 g • lipides 10 g
- gras saturés 1 g • cholestérol 0 mg • sodium 394 mg
- calcium 27 mg • fibres 3 g

## Pâtes fraîches

*La combinaison de farine 00 et de farine de semoule donne une texture parfaite aux pâtes cuites, comparativement aux pâtes alimentaires qui sont habituellement fabriquées avec seulement de la farine 00.*

Donne environ 1½ lb (675 g) de pâte, soit 8 portions

- 5 gros œufs
- 2½ t. (625 ml) de farine 00
- ¾ t. (150 ml) de farine de semoule

Mettre tous les ingrédients, dans l'ordre indiqué, dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du crochet pétrisseur. Mélanger à la

vitesse 5 pendant environ 1 minute pour combiner.

Continuer à mélanger pendant 4 à 6 minutes, jusqu'à ce que la pâte commence à se tenir. Après 5 minutes environ, vérifier la texture. Si la pâte est trop sèche, ajouter de l'eau, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois ou si au contraire, elle est trop mouillée, ajouter de la farine 00, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois, jusqu'à la consistance désirée. Garder à l'esprit que la pâte ne prendra pas la forme d'une boule lisse, mais qu'elle se tiendra en gros morceaux avec de plus petits morceaux qui devront être pétris ensemble à la main. S'il reste de la farine ou des morceaux secs au fond du bol, les laisser là et ne pas les incorporer dans la pâte finale.

Transférer la pâte sur une surface légèrement farinée et la pétrir à la main, pendant environ 2 minutes, jusqu'à la formation d'une boule lisse et élastique.

Envelopper dans une pellicule plastique et laisser reposer pendant au moins 20 minutes, à température ambiante, avant de l'abaisser. La pâte se conservera jusqu'à trois jours au réfrigérateur.

Pour obtenir de meilleurs résultats, utiliser la machine à pâtes Cuisinart<sup>MD</sup> pour transformer la pâte en lasagne, fettuccini, linguine ou spaghetti.

Valeur nutritive d'une portion de 3 oz (85 g) :

- Calories 218 (15 % provenant des lipides) • glucides 35 g
- protéines 10 g • lipides 4 g • gras saturés 1 g
- cholestérol 11 mg • sodium 41 mg • calcium 13 mg
- fibres 3 g

## Pâte à pizza

*Cette pâte se prête bien à d'autres utilisations que la simple pizza... mais qui ne raffole pas de la pizza maison?.*

Donne 1½ lb (680 g) de pâte, soit deux croûtes de 12 po (30 cm)

- 1 t. (250 ml) d'eau chaude (105 à 110 °F [40 à 43 °C])
- 1½ c. à thé (7 ml) de sucre granulé
- 2¼ c. à thé (11 ml) de levure sèche active
- 3 t. (750 ml) de farine à pain (ou de farine tout usage non blanchie)
- 1½ c. à thé (7 ml) de sel cascher

- 1 c. à soupe (15 ml) d'huile d'olive vierge extra (plus une quantité additionnelle pour enduire la boule de pâte)

Mélanger la levure, le sucre et l'eau dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du couteau pétrisseur; laisser reposer pendant 5 à 10 minutes, soit jusqu'à la formation d'une écume.

Pendant ce temps, combiner la farine et le sel dans un autre bol.

Ajouter la farine et l'huile d'olive à la levure, et battre à la vitesse 3, jusqu'à ce que la pâte commence à se former et se détache des parois du bol. Pétrir à la vitesse 3 pendant 4 minutes environ : la pâte devrait être lisse et élastique. Si elle est collante, ajouter de la farine, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois, jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse; si au contraire, elle semble sèche, ajouter de l'eau, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois.

Couvrir le bol d'une pellicule plastique. Laisser reposer dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, pendant 1 heure environ.

La pâte devrait doubler de volume.

Transférer la pâte sur une surface légèrement farinée et la dégonfler d'un coup de poing. Façonner la pâte en rondelles de la taille désirée ou selon les instructions de la recette.

*Valeur nutritive d'une portion de 2 oz (60 g) (basée sur 12 portions pour deux croûtes de 12 pouces) :*

Calories 114 (9 % provenant des lipides) • glucides 23 g  
• protéines 3 g • lipides 1 g • gras saturés 0 g  
• cholestérol 0 mg • sodium 286 mg • calcium 1 mg  
• fibres 1 g

## Pâte à pizza sans gluten

*Enfin! une pizza dont les personnes intolérantes au gluten peuvent se régaler!*

**Donne environ 1 lb (450 g) de pâte, soit deux croûtes de 10 po (25 cm)**

- $\frac{3}{4}$  t. (180 ml) de farine de tapioca  
 $\frac{3}{4}$  t. (180 ml) de farine de riz blanc, un peu plus pour saupoudrer et abaisser la pâte  
 $\frac{1}{3}$  t. (75 ml) de farine de quinoa  
 $\frac{1}{3}$  t. (75 ml) d'arrow-root  
1 c. à thé (5 ml) de gomme xanthane

- 1 c. à thé (5 ml) de sel cascher  
2 c. à thé (10 ml) de sucre granulé  
 $\frac{1}{2}$  t. (125 ml) de lait de riz  
 $\frac{1}{4}$  t. (60 ml) d'eau  
2 c. à soupe (30 ml) d'huile d'olive vierge extra

Mettre les farines et l'arrow-root, la gomme xanthane, le sel et le sucre dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du crochet pétrisseur; combiner à la vitesse 4.

Combiner le lait de riz, l'eau et l'huile d'olive dans une tasse à mesurer.

Verser le mélange liquide lentement sur les ingrédients secs dans le bol en faisant tourner le batteur à la vitesse 3, jusqu'à ce que la pâte commence à se former et qu'elle se détache des parois du bol.

Pétrir à la vitesse 3 pendant 4 minutes environ : la pâte devrait être lisse et élastique. Si elle est collante, ajouter de la farine, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois, jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse; si au contraire, elle semble sèche, ajouter de l'eau, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois.

Au moment d'abaisser la pâte, la transférer sur une surface légèrement farinée et la dégonfler d'un coup de poing. Séparer en deux parties égales. Abaisser chacune en une rondelle de 10 po (25 cm).

Saupoudrer copieusement une pelle à pizza ou une plaque de farine de riz. Transférer la pâte dessus et garnir au goût avant de mettre à cuire.

*Valeur nutritive d'une portion de 1½ oz (43 g) (basée sur 12 portions pour deux croûtes de 10 pouces) :*  
Calories 114 (22 % provenant des lipides) • glucides 22 g  
• protéines 9 g • lipides 3 g • gras saturés 0 g  
• cholestérol 0 mg • sodium 209 mg • calcium 23 mg  
• fibres 1 g

## Pain blanc de base

*Un pain blanc de base qui fait de délicieux sandwiches.*

**Donne deux pains d'environ 1 lb 6 oz (624 g) chacun**

- 1  $\frac{2}{3}$  t. (400 ml) d'eau chaude (105 à 110°F [40-43 °C])  
 $\frac{1}{2}$  c. à soupe (25 ml) de miel  
 $\frac{1}{4}$  c. à thé (11 ml) de levure sèche active

**5½ t. (1375 ml) de farine à pain ou tout usage non blanchie, divisé**

**½ t. (125 ml) de lait en poudre écrémé**

**2 c. à thé (10 ml) de sel cascher**

**4 c. à soupe (60 ml ou ½ bâtonnet) de beurre non salé, en dés de ½ po (1,25 cm), à température ambiante enduit végétal de cuisson**

• cholestérol 3 mg • sodium 116 mg • calcium 7 mg  
• fibres 1 g

## Pain de blé à la mélasse

*Un pain de blé consistant qui a un petit goût de mélasse.*

**Donne deux pains de 1¼ lb (625 g) chacun.**

**1<sup>2</sup>/<sub>3</sub> t. (400 ml) d'eau chaude (105 à 110°F [40-43 °C])**

**1½ c. à soupe (22 ml) de mélasse**

**2¼ c. à thé (11 ml) de levure sèche active**

**3½ t. (875 ml) de farine de blé entier, divisé**

**2¼ t. (550 ml) de farine à pain ou tout usage non blanchie, divisé**

**½ t. (125 ml) de lait en poudre écrémé**

**2 c. à thé (10 ml) de sel**

**4 c. à soupe (60 ml ou ½ bâtonnet) de beurre non salé, en dés de ½ po (1,25 cm), à température ambiante enduit végétal de cuisson**

Mélanger l'eau, le miel et la levure dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du crochet pétrisseur; laisser reposer pendant 5 à 10 minutes, jusqu'à la formation d'une écume.

Pendant ce temps, combiner la farine avec le lait en poudre et le sel.

Ajouter le mélange de farine à la levure; mélanger à la vitesse 2, jusqu'à ce que la pâte commence à se former en boule et qu'elle se détache des parois du bol.

Pétrir à la vitesse 3 pendant 4 à 5 minutes : la pâte devrait être lisse et élastique. Si elle est collante, ajouter de la farine, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois, jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse; si au contraire, elle semble sèche, ajouter de l'eau, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois.

Couvrir le bol d'une pellicule plastique et laisser la pâte lever dans un endroit chaud à l'abri des courants d'air jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume.

Enduire deux moules à pain de 9 po (23 cm) d'enduit végétal de cuisson. Dégonfler la pâte d'un coup de poing, la diviser en deux parties. Façonner chacune en forme de pain et mettre chacune dans un moule préparé. Recouvrir d'une pellicule plastique et laisser lever pendant 30 à 45 minutes, jusqu'à ce que le volume ait presque doublé.

Pendant ce temps, préchauffer le four à 375 °F (190 °C). Lorsque le pain a doublé de volume, le cuire au four pendant 35 à 40 minutes, jusqu'à ce qu'il soit doré et qu'il rende un son creux quand on tape dessus. Sortir du four et laisser refroidir sur une grille jusqu'à ce qu'il soit froid au toucher. Démouler et laisser refroidir parfaitement avant de trancher.

Valeur nutritive d'une portion (1 tranche de 1 oz [28 g]) :  
Calories 64 (15 % provenant des lipides) • glucides 12 g  
• protéines 1 g • lipides 1 g • gras saturés 1 g

Mélanger l'eau, le miel et la levure dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du crochet pétrisseur; laisser reposer pendant 5 à 10 minutes, jusqu'à la formation d'une écume.

Pendant ce temps, combiner 3 t. (750 ml) de farine de blé entier et 1¼ tasse (425 ml) de farine à pain avec le lait en poudre et le sel.

Ajouter le mélange de farine à la levure avec le beurre. Battre à la vitesse 2 pendant 2 minutes. Dans un petit bol, combiner le reste des farines et réserver. Tout en faisant tourner le batteur à la vitesse 2, ajouter le reste du mélange de farine, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois, jusqu'à ce que la pâte se forme en boule et se détache des parois du bol.

Pétrir à la vitesse 3 pendant 4 minutes : la pâte devrait être lisse et élastique. Si elle est collante, ajouter de la farine, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois, jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse; si au contraire, elle semble sèche, ajouter de l'eau, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois.

Couvrir le bol d'une pellicule plastique et laisser la pâte lever dans un endroit chaud à l'abri des courants d'air jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume.



Enduire deux moules à pain de 9 po (23 cm) d'un peu d'enduit végétal de cuisson. Dégonfler la pâte d'un coup de poing, la diviser en deux parties. Façonner chacune en forme de pain et mettre chacune dans un moule préparé. Recouvrir d'une pellicule plastique et laisser lever pendant 30 à 45 minutes, jusqu'à ce que le volume ait presque doublé.

Pendant ce temps, préchauffer le four à 375 °F (190 °C). Lorsque le pain a doublé de volume, le cuire au four pendant 35 à 40 minutes, jusqu'à ce qu'il soit doré et qu'il rende un son creux quand on tape dessus. Sortir du four et laisser refroidir sur une grille jusqu'à ce qu'il soit froid au toucher. Démouler et laisser refroidir parfaitement avant de trancher.

*Valeur nutritive d'une portion (1 tranche de 2 oz [56 g]) :*

- Calories 154 (16 % provenant des lipides)
- glucides 28 g • protéines 5 g • lipides 3 g
- gras saturés 2 g • cholestérol 11 mg • sodium 224 mg
- calcium 33 mg • fibres 3 g

## Pain multigrains

*Ce pain riche en éléments nutritifs au petit goût de miel fait d'excellents sandwichs.*

**Donne deux pains de 1¼ lb (625 g) chacun**

- 1 t. (250 ml) d'eau chaude (105 à 110°F [40-43 °C])**
  - 1½ c. à soupe (22 ml) de miel**
  - 2¼ c. à thé (11 ml) de levure sèche active**
  - 3 t. (750 ml) de farine de blé entier**
  - 1½ t. (375 ml) de farine tout usage non blanchie ou à pain**
  - 2 c. à soupe (30 ml) de gluten de blé élastique**
  - 2 c. à thé (10 ml) de sel cascher**
  - ½ t. (125 ml) de flocons d'avoine roulés**
  - ¼ t. (60 ml) de graines de tournesol écalées**
  - ¼ t. (60 ml) de graines de lin**
  - 2 c. à soupe (30 ml) de germe de blé**
  - 2 c. à soupe (30 ml) d'huile de lin ou végétale**
- Enduit végétal de cuisson**

Mélanger l'eau, la mélasse et la levure dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du crochet pétrisseur; laisser reposer pendant 5 à 10 minutes, jusqu'à la formation d'une écume.

Pendant ce temps, dans un autre grand bol, combiner les farines, le gluten de blé élastique, le sel, l'avoine, les graines et le germe de blé.

Ajouter ces ingrédients secs à la levure avec l'huile de lin. Battre à la vitesse 2, seulement jusqu'à ce que les ingrédients soient combinés. Passer à la vitesse 4 et pétrir pendant 2 minutes : la pâte devrait être lisse et élastique. Si elle est collante, ajouter de la farine, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois, jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse; si au contraire, elle semble sèche, ajouter de l'eau, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois.

Couvrir le bol d'une pellicule plastique et laisser la pâte lever dans un endroit chaud à l'abri des courants d'air jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume.

Enduire deux moules à pain de 9 po (23 cm) d'un peu d'enduit végétal de cuisson. Dégonfler la pâte d'un coup de poing, la diviser en deux parties. Façonner chacune en forme de pain et mettre chacune dans un moule préparé. Recouvrir d'une pellicule plastique et laisser lever pendant 30 à 45 minutes, jusqu'à ce que le volume ait presque doublé.

Pendant ce temps, préchauffer le four à 375 °F (190 °C). Lorsque le pain a doublé de volume, le cuire au four pendant 35 à 40 minutes, jusqu'à ce qu'il soit doré et qu'il rende un son creux quand on tape dessus. Sortir du four et laisser refroidir sur une grille jusqu'à ce qu'il soit froid au toucher. Démouler et laisser refroidir parfaitement avant de trancher.

*Valeur nutritive d'une portion (1 tranche de 2 oz [56 g]) :*

- Calories 137 (23 % provenant des lipides)
- glucides 24 g • protéines 1 g • lipides 4 g
- gras saturés 0 g • cholestérol 0 mg • sodium 215 mg
- calcium 15 mg • fibres 3 g

## Petits pains au beurre

*Les petits pains classiques qui accompagnent les repas du dimanche et des occasions spéciales.*

**Donne 16 petits pains**

- ¾ t. (180 ml) de lait entier**
- 8 c. à soupe (120 ml ou 1 bâtonnet) de beurre non salé, en dés de 1 po (2,5 cm)**
- 1 c. à thé (5 ml) de sel cascher**

- 4 c. à soupe (60 ml) de sucre granulé, divisé
- ¼ t. (60 ml) d'eau chaude (105 à 110°F [40-43 °C])
- 2¼ c. à thé (11 ml) de levure sèche active
- 1 gros œuf
- 4 t. (1 L) de farine à pain (plus une quantité additionnelle pour rouler et saupoudrer) beurre non salé pour graisser le moule
- 1 c. à soupe (15 ml) de lait entier
- 1 c. à soupe (15 ml) de beurre non salé

Faire frémir le lait. (« Frémir » consiste à faire chauffer le lait jusqu'à ce qu'il commence à bouillir sur les bords du bol. Cela peut être fait au four à micro-ondes.) Incorporer le beurre, le sel et 3 c. à soupe (45 ml) du sucre. Laisser tiédir (105 à 110°F [40-43 °C]).

Mélanger l'eau, le reste du sucre et la levure dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du crochet pétrisseur; laisser reposer pendant 5 à 10 minutes, jusqu'à la formation d'une écume.

Pendant ce temps, mesurer la farine à pain dans un bol séparé.

Ajouter le lait tiède, les œufs et la farine à la levure. Battre à la vitesse 3, jusqu'à ce que la pâte se forme en boule et se détache des parois du bol.

Pétrir à la vitesse 3 pendant 4 à 5 minutes : la pâte devrait être lisse et élastique. Si elle est collante, ajouter de la farine, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois, jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse; si au contraire, elle semble sèche, ajouter de l'eau, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois.

Couvrir le bol d'une pellicule plastique et laisser la pâte lever pendant environ 1 heure, dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume.

Préchauffer le four à 375 °F (190 °C). Enduire un moule à gâteau rond de 9 po (23 cm) d'un peu de beurre. Diviser la pâte en 16 parties égales (d'environ 2¼ oz [65 g]) chacune). Façonner chacune en boule et mettre dans le moule préparé. Recouvrir d'une pellicule plastique et laisser lever pendant 30 à 45 minutes, jusqu'à ce qu'elle ait presque doublé de volume.

Combiner le reste du lait et du beurre et faire chauffer jusqu'à ce que le beurre soit fondu. Badigeonner les petits pains de cette dorure juste avant de les mettre au four. Cuire pendant 25 à 30 minutes, jusqu'à ce que dorés. (Les pains sont cuits quand leur température interne atteint 200 °F [96 °C] sur un thermomètre à lecture instantanée.)

Sortir du four et laisser refroidir sur une grille jusqu'à ce que les petits pains soient froids au toucher. Démouler et laisser refroidir parfaitement.

*Valeur nutritive d'un petit pain :*

*Calories 183 (35 % provenant des lipides) · glucides 26 g · protéines 4 g · lipides 7 g · gras saturés 5 g · cholestérol 34 mg · sodium 153 mg · calcium 13 mg · fibres 1 g*

## Pain du sabbat

*Notre pain du sabbat fait le meilleur pain doré... à condition qu'il en reste, bien sûr!*

### Donne 1 pain

- ¼ t. (60 ml) d'eau chaude (105 à 110°F [40-43 °C])
- 2¼ c. à thé (11 ml) de levure sèche active
- 4 c. à soupe (60 ml) de sucre granulé, divisé
- ⅔ t. (150 ml) d'eau froide
- 8 c. à soupe (120 ml ou 1 bâtonnet) de beurre non salé, fondu
- 4⅓ t. (1075 ml) de farine tout usage non blanchie
- 2 c. à thé (10 ml) de sel cascher dorure à l'œuf (1 gros œuf battu avec 1 c. à soupe [15 ml] d'eau) enduit végétal de cuisson

Mélanger l'eau, 2 c. à thé (10 ml) de sucre et la levure dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du crochet pétrisseur; laisser reposer pendant 5 minutes environ, jusqu'à la formation d'une écume.

Ajouter l'eau froide, le beurre fondu, la farine et le sel à la levure. Mélanger à la vitesse 2, seulement jusqu'à ce que les ingrédients soient combinés. Passer à la vitesse 4 et pétrir pendant 5 minutes environ : la pâte devrait être lisse et élastique.

Couvrir le bol d'une pellicule plastique et laisser la pâte lever dans un endroit chaud à l'abri des courants d'air, pendant 1 à 1½ h,

jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume.  
Tapisser une plaque à pâtisserie de papier sulfurisé.

Transférer la pâte sur une surface légèrement farinée. Dégonfler la pâte d'un coup de poing et la diviser en trois parties égales. Façonner chacune en un rouleau de 1½ po (4 cm) de diamètre et de 14 pouces (35 cm) de long. Placer les trois rouleaux, côte à côte, sur la plaque. Tresser les brins sans serrer, pincer aux extrémités et tourner en dessous. Recouvrir d'une pellicule plastique vaporisée d'enduit végétal de cuisson et laisser lever pendant 45 minutes environ, jusqu'à ce que le volume ait presque doublé.

Préchauffer le four à 375 °F (190 °C), grille dans le tiers inférieur du four.

Badigeonner le pain de dorure. Cuire au four pendant 20 minutes. Réduire le feu à 350 °F (176 °C) et poursuivre la cuisson pendant 10 minutes environ, jusqu'à ce que le pain soit doré et qu'il rende un son creux quand on tape dessus. Sortir du four et laisser refroidir sur une grille.

*Valeur nutritive d'une portion (1 tranche de 2 oz [56 g]) :*

*Calories 119 (61 % provenant des lipides)*

- glucides 18 g • protéines 3 g • lipides 4 g
- gras saturés 2 g • cholestérol 30 mg • sodium 202 mg
- calcium 4 mg • fibres 0 g

## Pain italien rustique

*Ce pain léger et croustillant est la preuve qu'il peut être vraiment facile de faire du pain de ménage à la maison.*

### Donne 1 grosse miché

- 1 t. (250 ml) d'eau chaude (105 à 110 °F [40 à 43 °C])
- ¾ c. à thé (4 ml) de sucre granulé
- 1¾ c. à thé (8,75 ml) de levure sèche active
- 3 t. (750 ml) de farine à pain
- 1/3 t. (80 ml) de son de blé
- 1½ c. à thé (7 ml) de sel cascher
- 2 c. à soupe (30 ml) d'huile d'olive vierge extra dorure à l'œuf (1 gros œuf et 1 c. à soupe [15 ml] d'eau froide fouettés ensemble)

Mélanger l'eau, le sucre et la levure dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du crochet

pétrisseur; laisser reposer pendant 5 à 10 minutes, jusqu'à la formation d'une écume.

Pendant ce temps, combiner la farine à pain, le son de blé et le sel dans un bol séparé.

Ajouter ce mélange de farine à la levure avec l'huile d'olive. Mélanger à la vitesse 3, jusqu'à ce que la pâte se forme en boule et qu'elle se détache des parois du bol.

Pétrir à la vitesse 3 pendant 4 à 5 minutes : la pâte devrait être lisse et élastique. Si elle est collante, ajouter de la farine, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois, jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse; si au contraire, elle semble sèche, ajouter de l'eau, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois.

Couvrir le bol d'une pellicule plastique et laisser la pâte lever dans un endroit chaud à l'abri des courants d'air, pendant environ 1 heure, jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume. Dégonfler la pâte d'un coup de poing, la reformer en une boule, la remettre dans le bol et recouvrir d'une pellicule plastique propre. Laisser reposer jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume.

Dégonfler délicatement la pâte et la façonner en une grande rondelle. Placer cette rondelle sur un papier sulfurisé dans une plaque à pâtisserie et recouvrir, sans serrer, d'une pellicule plastique. Laisser lever dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, pendant 30 minutes.

Pendant ce temps, préchauffer le four à 400 °F (204 °C). Juste avant d'enfourner le pain, marquer le dessus d'une croix avec un couteau dentelé, badigeonner de dorure et mettre au four.

Cuire pendant 30 minutes, jusqu'à ce que le pain soit doré et que sa température interne soit de 200 °F (93 °C). Sortir du four et laisser refroidir parfaitement sur une grille avant de trancher.

*Valeur nutritive d'une portion (1 tranche de 1½ oz [40 g]) :*

- Calories 95 (15 % provenant des lipides) • glucides 17 g*
- protéines 3 g • lipides 2 g • gras saturés 0 g
- cholestérol 12 mg • sodium 219 mg • calcium 2 mg
- fibres 1 g

# Gâteau aux miettes au babeurre et aux bleuets

*Cette variante du gâteau danois ne fera que des heureux!*

**Donne 1 gâteau, soit 16 portions**

**enduit végétal de cuisson**

**Garniture de miettes :**

- 1<sup>3</sup>/<sub>4</sub>** t. (425 ml) de farine tout usage non blanchie
- 3**/<sub>4</sub> t. (180 ml) de cassonade dorée, tassée
- 12** c. à soupe (180 ml ou 1<sup>1</sup>/<sub>2</sub> bâtonnet) de beurre non salé, en dés de 1 po (2,5 cm), à température ambiante
- 2** c. à thé (10 ml) de cannelle
- 3**/<sub>4</sub> c. à thé (4 ml) d'extrait de vanille pure
- 1**/<sub>4</sub> c. à thé (1 ml) de sel cascher

**Gâteau au babeurre :**

- 2<sup>2</sup>/<sub>3</sub>** cups unbleached, all-purpose flour
- 2<sup>2</sup>/<sub>3</sub>** t. (650 ml) de farine tout usage non blanchie
- 3**/<sub>4</sub> c. à thé (4 ml) de bicarbonate de soude
- 3**/<sub>4</sub> c. à thé (4 ml) de crème de tartre
- 1**/<sub>2</sub> c. à thé (2 ml) de sel cascher
- 10<sup>2</sup>/<sub>3</sub>** c. à soupe (160 ml ou 1<sup>1</sup>/<sub>3</sub> bâtonnet) de beurre non salé, en dés de 1 po (2,5 cm), à température ambiante
- 1<sup>1</sup>/<sub>3</sub>** t. (325 ml) de sucre granulé
- 2** gros œufs, à température ambiante
- 3**/<sub>4</sub> c. à thé (4 ml) d'extrait de vanille pure
- 2<sup>2</sup>/<sub>3</sub>** t. (150 ml) de babeurre
- 3** t. (750 ml) de bleuets

Préchauffer le four à 350 °F (176 °C). Vaporiser un moule à gâteau de 13 x 9 po (33 x 23 cm) d'un peu d'enduit végétal de cuisson; réserver.

Préparer la garniture de miettes. Mettre la farine, la cassonade, le beurre, la cannelle, la vanille et le sel dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat. Battre à la vitesse 2 pour défaire, en raclant le bol au besoin, puis passer à la vitesse 4, jusqu'à ce que le mélange soit grumeleux, en arrêtant pour racler le fond et les parois du bol au besoin. Réfrigérer jusqu'à l'emploi.

Préparer le gâteau. Mettre la farine, la poudre à pâte, la crème de tartre et le sel dans un bol moyen et combiner; réserver.

Mettre le beurre et le sucre granulé dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat. Battre à la vitesse 3 pour incorporer les ingrédients. Racler les parois du bol, puis battre à la vitesse 5 pendant 1 minute, jusqu'à consistance légère et mousseuse.

Racler le fond et les parois du bol et réduire la vitesse à 3. Ajouter les œufs, un à la fois, et la vanille, et battre jusqu'à ce que parfaitement lisse. Racler le fond et les parois du bol.

Ajouter la moitié du mélange sec réservé et la moitié du babeurre. Battre à la vitesse 1 seulement jusqu'à ce que les ingrédients soient combinés. Ajouter le reste des ingrédients secs et du babeurre. Continuer à mélanger à la vitesse 1 jusqu'à ce que le tout soit bien mélangé.

Verser la pâte dans le moule et égaliser le dessus. Parsemer les bleuets uniformément sur le dessus et les enfoncer légèrement dans la pâte. Défaire les gros morceaux de la garniture de miettes et saupoudrer uniformément sur les bleuets.

Cuire au four préchauffé pendant 60 à 65 minutes, jusqu'à ce que le dessus soit doré et qu'une sonde à gâteau piquée au centre du gâteau ressorte propre. Sortir du four et laisser refroidir sur une grille avant de couper dans le moule.

*Valeur nutritive d'une portion (basée sur 16 portions) :*

- Calories 381 (38 % provenant des lipides)
- glucides 55 g • protéines 5 g • lipides 16 g
- gras saturés 12 g • cholestérol 70 mg • sodium 178 mg
- calcium 16 mg • fibres 1 g

## Pain aux bananes et aux grains de chocolat

*Le secret d'un pain aux bananes moelleux est de mélanger la pâte d'une main légère. Bien que le batteur sur socle Cuisinart<sup>MD</sup> ait toute la puissance nécessaire pour faire les pains les plus lourds, sa vitesse 1 est tout à fait appropriée pour les tâches délicates.*

**Donne 1 pain de 9 po (23 cm)**

- 1<sup>1</sup>/<sub>3</sub>** t. (325 ml) de farine tout usage non blanchie
- 1** c. à thé (5 ml) de bicarbonate soude
- 3**/<sub>4</sub> c. à thé (4 ml) de poudre à pâte

- 1/4 c. à thé (1 ml) de sel cascher
- 2/3 t. (150 ml) de sucre granulé
- 6 c. à soupe (90 ml ou 3/4 bâtonnet) de beurre, en dés de 1 po (2,5 cm) (et une quantité additionnelle pour beurrer le moule)
- 2 gros œufs
- 1/2 c. à thé (2 ml) d'extrait de vanille pur
- 1 1/4 t. (310 ml) de bananes mûres, pelées et coupées en morceaux de 1 po (2,5 cm)
- 1/2 t. (125 ml) de mini grains de chocolat

Préchauffer le four à 350 °F (176 °C). Beurrer copieusement un moule à pain de 9 po (23 cm). Combiner la farine, le bicarbonate de soude, la poudre à pâte et le sel dans un bol de taille moyenne; réserver.

Mettre la farine et le beurre dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat. Battre à la vitesse 2 pendant 2 minutes pour défaire en crème. Racler le fond et les parois du bol.

Tout en continuant à battre à la vitesse 2, ajouter les œufs, un à la fois, en battant bien après chaque addition. Racler le fond et les parois du bol. Ajouter la vanille, puis les morceaux de banane et continuer à mélanger pendant 1 minute, jusqu'à ce que la banane soit parfaitement incorporée.

Ajouter le mélange de farine et battre seulement jusqu'à ce que les ingrédients soient combinés. Racler le fond et les parois du bol. Plier les grains de chocolat dans la pâte. Verser dans le moule à pain préparé. Cuire au four préchauffé pendant 40 à 50 minutes, jusqu'à ce que le dessus soit doré foncé et qu'une sonde à gâteau piquée au centre du gâteau ressorte propre. Sortir du four et laisser refroidir sur une grille jusqu'à ce que le pain soit froid au toucher. Démouler et laisser refroidir parfaitement.

*Valeur nutritive d'une portion (basée sur 12 portions) :*

- Calories 210 (38 % provenant des lipides)
- glucides 31 g • protéines 3 g • lipides 9 g
- gras saturés 6 g • cholestérol 51 mg • sodium 190 mg
- calcium 9 mg • fibres 1 g

## Brioches aux pacanes

*Avec le batteur sur socle Cuisinart<sup>MD</sup>, il n'a jamais été si facile de préparer la pâte soyeuse et légère en grande quantité que demandent les brioches.*

## Donne 18 brioches

### Pâte sucrée :

- 1/3 t. (75 ml) d'eau chaude (105 à 110 °F [40 à 43 °C])
- 1/3 t. (75 ml) de sucre granulé, divisé
- 2/4 c. à thé (11 ml) de levure sèche active
- 1/2 t. (125 ml) de lait écrémé
- 5 1/3 c. à soupe (80 ml ou 2/3 de bâtonnet) de beurre non salé, en dés de 1 po (2,5 cm), à température ambiante
- 1 gros œuf
- 3 1/2 t. (875 ml) de farine tout usage non blanchie
- 3/4 c. à thé (4 ml) de sel cascher

### Garniture :

- 3/4 t. (180 ml) de pacanes, hachées et divisées
- 1/3 t. (75 ml) de sucre granulé
- 3/4 c. à thé (4 ml) de cannelle moulue
- 1 1/2 c. à soupe (22 ml) de beurre non salé, à température ambiante
- 1/2 t. (125 ml) de raisins secs
- 5 1/3 c. à soupe (80 ml ou 2/3 de bâtonnet) de beurre non salé, fondu
- 1/2 t. (125 ml) de cassonade dorée enduit végétal de cuisson

### Préparation de la pâte :

Mélanger l'eau, 1 c. à thé (5 ml) du sucre et la levure dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; laisser reposer pendant 5 minutes environ, jusqu'à la formation d'une écume.

Pendant ce temps, combiner le lait, le beurre et l'œuf. Battre à la vitesse 2 pour défaire l'œuf. Ajouter la farine et le sel et mélanger seulement jusqu'à ce que les ingrédients soient combinés. Remplacer le batteur plat par le crochet pétrisseur.

Pétrir à la vitesse 5, jusqu'à ce que la pâte se forme en boule et qu'elle se détache des parois du bol : la pâte devrait être lisse et élastique. Si elle est collante, ajouter de la farine, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois, jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse; si au contraire, elle semble sèche, ajouter de l'eau, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois.

Couvrir le bol d'une pellicule plastique et laisser la pâte lever dans un endroit chaud à l'abri des courants d'air, pendant environ

1½ heure, jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume.

### Préparation de la garniture :

Dans un petit bol, combiner la moitié des pacanes, du sucre et de la cannelle; réserver.

Transférer la pâte sur une surface légèrement farinée et la dégonfler. Abaisser en un rectangle d'environ 12 x 20 po (30 x 50 cm). Tartiner du beurre ramolli (1½ c. à soupe [22 ml]), saupoudrer de la garniture et parsemer de raisins secs. Rouler la pâte en commençant par le côté court devant soi. Avec un couteau coupant, couper le rouleau en 18 tranches d'environ ¾ po (2 cm) d'épaisseur.

Verser le beurre fondu dans un moule à gâteau de 13 x 9 po (33 x 23 cm). Saupoudrer le reste de la garniture. Répartir les tranches, face coupée vers le haut, dans le moule. Couvrir d'une pellicule plastique vaporisée d'enduit végétal de cuisson et laisser lever pendant 40 minutes dans un endroit chaud. Pendant ce temps, préchauffer le four à 375 °F (190 °C).

Cuire au four pendant 30 minutes environ, jusqu'à ce que le dessus soit bien doré. Sortir du four et démouler immédiatement sur un plat de service, laissant le mélange de sucre couler sur les brioches. Racler les résidus de garniture sur les brioches et servir chaud.

*Valeur nutritive d'une brioche :*

*Calories 259 (38 % provenant des lipides)*

- glucides 36 g • protéines 4 g • lipides 11 g
- gras saturés 5 g • cholestérol 32 mg • sodium 109 mg
- fibres 1 g

## Muffins au son d'avoine et aux pommes

*Les morceaux de pommes dans ces muffins apportent une note sucrée inattendue et agréable.*

**Donne 24 muffins**

- enduit végétal de cuisson**
- 1 t. (250 ml) de son d'avoine**
- ½ t. (125 ml) de farine tout usage non blanchie**
- ½ t. (125 ml) de farine de blé entier**
- 1½ c. à soupe (22 ml) de poudre à pâte**

- 1½ c. à thé (7 ml) de cannelle moulue**
- ½ c. à thé (2 ml) de sel cascher**
- 6 c. à soupe (90 ml ou ¾ bâtonnet) de beurre non salé, en dés de 1 po (2,5 cm), à température ambiante**
- ¼ t. (60 ml) plus 2 c. à soupe (30 ml) de cassonade dorée, tassée**
- 1 gros œuf**
- 1 t. (250 ml) de babeurre**
- 1 c. à thé (5 ml) d'extrait de vanille pur**
- ½ t. (125 ml) de sauce aux pommes**
- 1 pomme Granny Smith, pelée, évidée et coupée en dés de ½ po (1,25 cm)**
- ½ t. (125 ml) de noix de Grenoble, grossièrement hachées**

Préchauffer le four à 375 °F (190 °C). Tapisser les cavités d'un moule à muffins de caissettes en papier et vaporiser celles-ci généreusement d'enduit végétal de cuisson; réserver.

Dans un petit bol, combiner le son d'avoine, les farines, la poudre à pâte, la cannelle et le sel; réserver.

Mettre le beurre et le sucre dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; défaire à la vitesse 2, puis passer à la vitesse 5 et mélanger pendant 2½ à 3 minutes, jusqu'à consistance lisse et mousseuse. Racler le fond et les parois du bol, au besoin.

Réduire la vitesse à 3, ajouter l'œuf et mélanger jusqu'à ce que parfaitement incorporé. Racler le fond et les parois du bol.

Réduire la vitesse à 2, ajouter le mélange de farine et battre jusqu'à ce que combiné. Racler le bol. Ajouter le babeurre et la vanille, puis mélanger pendant environ 1 minute, jusqu'à ce que combinés.

Réduire la vitesse à 1 et plier la sauce aux pommes dans la pâte. Ajouter les pommes en dés et les noix de Grenoble; plier dans la pâte.

Répartir la pâte uniformément entre les cavités du moule. Cuire au four, jusqu'à ce que le dessus soit doré foncé et qu'une sonde à gâteau piquée au centre ressorte propre.

Sortir du four et laisser refroidir sur une grille pendant 15 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient

très tièdes. Démouler et laisser refroidir parfaitement.

**CONSEIL** : Plus les muffins seront froids, plus les caissettes seront faciles à enlever.

*Valeur nutritive d'un muffin :*

Calories 81 (38 % provenant des lipides) • glucides 11 g  
• protéines 2 g • lipides 4 g • gras saturés 2 g  
• cholestérol 16 mg • sodium 143 mg • calcium 36 mg  
• fibres 1 g

## Pain aux trois agrumes pour le thé

*Ce pain éclair moelleux a un goût vif d'agrumes qui est accentué par une glace au sucre piquante.*

**Donne 1 pain**

- 3** **beurre et farine pour préparer le moule t. (750 ml) de farine tout usage non blanchie**
- 1½** **c. à thé (7 ml) de poudre à pâte**
- ¼** **c. à thé (1 ml) de bicarbonate soude**
- ½** **c. à thé (2 ml) de sel cascher**
- 12** **c. à soupe (180 ml ou 1⅓ bâtonnet) de beurre non salé, fondu et refroidi à température ambiante**
- 2** **t. (500 ml) de sucre granulé, plus ½ t. (125 ml) pour la glace**
- 1** **orange pour le jus et le zeste**
- 1** **citron pour le jus et le zeste**
- 1** **lime pour le jus et le zeste**
- 4** **gros œufs, à température ambiante**
- 1** **c. à thé (5 ml) d'extrait de vanille pur**
- ½** **t. (125 ml) de lait entier, à température ambiante**
- 2** **c. à soupe (30 ml) de sucre à glacer pour la glace**

Préchauffer le four à 350 °F (176 °C). Beurrer et fariner un moule à pain de 9 po (23 cm); réserver.

Dans un petit bol, tamiser la farine, la poudre à pâte, le bicarbonate de soude et le sel; réserver.

Mettre le beurre fondu et le sucre dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; battre à la vitesse 2 pour combiner, puis passer à la vitesse 5, pendant 2½ à 3 minutes, pour mettre en crème. Racler le fond et les parois du bol.

Combiner les jus d'agrumes. Combiner les zestes d'agrumes. Réduire la vitesse à 3 et ajouter ⅓ t. (75 ml) des jus et 2 c. à soupe (30 ml) des zestes au contenu du bol. Racler les parois et le fond. Ajouter les œufs, un à la fois, et la vanille, et battre jusqu'à ce que parfaitement combiné. Racler les parois et le fond du bol.

Réduire la vitesse à 2 et ajouter le tiers du mélange de farine, suivi de la moitié du lait. Répéter, en finissant avec la farine. Racler le fond et les parois du bol, au besoin.

Verser la pâte dans le moule préparé. Cuire au four pendant 65 à 70 minutes, jusqu'à ce que le dessus soit doré et qu'une sonde à gâteau piquée au centre ressorte propre.

Sortir du four et laisser refroidir dans le moule sur une grille. Pendant ce temps, verser le reste du sucre et des jus dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du fouet à fil et battre à la vitesse 5 pendant 2 à 3 minutes, jusqu'à ce que le sucre soit dissout. Réduire la vitesse à 2 et ajouter le sucre à glacer pour épaissir.

Lorsque le gâteau est froid au toucher, démouler et badigeonner la glace sur le dessus et les côtés à l'aide d'une spatule et d'un pinceau à pâtisserie. Laisser refroidir parfaitement avant de trancher.

*Valeur nutritive d'une portion (basée sur 12 portions) :*

Calories 356 (29 % provenant des lipides) • glucides 58 g  
• protéines 5 g • lipides 12 g • gras saturés 8 g  
• cholestérol 90 mg • sodium 204 mg • calcium 34 mg  
• fibres 1 g

## Craquelés au chocolat et aux cerises

*Des biscuits moelleux au goût chocolaté contrasté par le goût suret des cerises sûres.*

**Donne environ 30 biscuits**

- ½** **t. (125 ml) de cacao non sucré (traité à l'alcali, de préférence)**
- 1½** **t. (375 ml) de farine tout usage non blanchie**
- 1½** **c. à thé (7 ml) de poudre à pâte**
- ¼** **c. à thé (1 ml) de bicarbonate de soude**
- ¼** **c. à thé (1 ml) de sel cascher**
- 4** **c. à soupe (60 ml ou ½ bâtonnet) de beurre non salé, fondu**

- 1½ t. (375 ml) de sucre granulé
- 3 gros œufs
- 2 c. à thé (10 ml) d'extrait de vanille pur
- ½ t. (125 ml) de mini grains de chocolat
- ½ t. (125 ml) de cerises sûres déshydratées
- 1 t. (250 ml) de sucre à glacer, tamisé

Préchauffer le four à 350 °F (176 °C). Tapisser deux plaques à biscuits de papier sulfurisé.

Dans un petit bol, combiner le cacao, la farine, la poudre à pâte, le bicarbonate de soude et le sel.

Mettre le beurre fondu et le sucre dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; battre à la vitesse 4, jusqu'à consistance lisse. Racler le fond et les parois du bol.

En faisant tourner le batteur à la vitesse 4, ajouter les œufs, un à la fois, et la vanille, en battant bien après chaque addition. Racler le fond et les parois du bol au besoin.

En faisant tourner le batteur à la vitesse 2, ajouter les ingrédients secs, en deux lots, et mélanger seulement jusqu'à ce que combinés, en raclant le fond et les parois du bol entre chaque addition. Ajouter les grains de chocolat et les cerises et mélanger seulement jusqu'à ce que combinés. Réfrigérer la pâte pendant au moins 30 minutes.

Former la pâte en boules de 1 po (2,5 cm), les enrouler dans du sucre à glacer et les disposer, espacées de 1 po (2,5 cm), sur les plaques à biscuits préparées. Cuire au four pendant 12 minutes environ, jusqu'à ce que le dessus semble craquelé. Sortir du four et laisser refroidir pendant 2 minutes sur les plaques. Démouler sur une grille et laisser refroidir parfaitement.

*Valeur nutritive d'un biscuit craquelé :*

- Calories 115 (26 % provenant des lipides)
- glucides 20 g • protéines 12 g • lipides 3 g
- gras saturés 2 g • cholestérol 23 mg • sodium 60 mg
- calcium 8 mg • fibres 1 g

## Sablés aux pacanes et à la confiture

*Cette recette de sablés est parfaite pour les biscuits linzer.*

**Donne environ 60 biscuits linzer**

- 3 t. (750 ml) de farine tout usage non blanchie, plus une quantité pour abaisser
- ½ c. à thé (2 ml) de sel cascher
- 20 c. à soupe (300 ml ou 2½ bâtonnets) de beurre non salé, en dés de 1 po (2,5 cm), à température ambiante
- ½ t. (125 ml) de moitiés de pacanes grillées, finement hachées
- ¼ t. (60 ml) de sucre granulé
- 1 t. (250 ml) de sucre à glacer, tamisé, plus une quantité pour saupoudrer
- 1 c. à thé (5 ml) d'extrait de vanille pure
- ¼ t. (180 ml) de confiture de framboises

Combiner la farine et le sel dans un petit bol; réserver.

Mélanger le beurre, les pacanes et le sucre dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; battre à la vitesse 2 pour combiner, puis passer à la vitesse 5, pendant 2 à 3 minutes, jusqu'à consistance légère et mousseuse. Racler les parois et le fond du bol, au besoin.

Réduire la vitesse à 2, ajouter le sucre à glacer et mélanger jusqu'à ce que combiné. Racler les parois et le fond du bol. Ajouter le mélange de farine, en trois lots, et la vanille; battre pendant 2 à 3 minutes, jusqu'à consistance lisse. Racler les parois et le fond du bol, selon les besoins. La pâte devrait former une grosse boule lisse.

Diviser la pâte en deux parties égales. Façonner chacune en rondelle, envelopper dans une pellicule plastique et réfrigérer pendant au moins 2 heures.

Préchauffer le four à 350 °F (176 °C). Tapisser deux plaques à biscuits de papier sulfurisé; réserver.

Sortir une rondelle du réfrigérateur et l'abaisser à une épaisseur uniforme de ⅛ po (3 mm) sur une surface farinée. Avec un emporte-pièce rond dentelé de 2 po (5 cm) de diamètre, découper des biscuits et les transférer sur l'une des plaques à biscuits préparée. Récupérer les retailles, les abaisser et les découper de la même façon.

Cuire au four pendant 16 à 20 minutes, jusqu'à ce que les biscuits soient légèrement dorés sur les bords.



Pendant que la première fournée de biscuits cuit, abaisser la deuxième rondelle de pâte. Découper des biscuits avec le même emporte-pièce rond et y découper un autre rond au centre avec un emporte-pièce de  $\frac{3}{4}$  po (1,9 cm) de diamètre. Récupérer les retailles, les abaisser, les découper, les transférer sur une plaque à biscuits et cuire au four de la même façon.

Réchauffer la confiture au four à micro-ondes ou sur la cuisinière, seulement jusqu'à ce qu'elle soit liquide (elle coulera si elle est trop chaude).

Une fois que les biscuits ont refroidi, étaler environ  $\frac{3}{4}$  c. à thé (3,75 ml) de confiture au centre du biscuit plein. Recouvrir du biscuit troué. Saupoudrer de sucre en poudre. Conserver les biscuits, séparés par des feuilles de papier ciré, dans un récipient hermétique.

*Valeur nutritive d'un biscuit linzer :*

- Calories 107 (47 % provenant des lipides)
- glucides 13 g • protéines 1 g • lipides 6 g
- gras saturés 4 g • cholestérol 13 mg • sodium 26 mg
- calcium 1 mg • fibres 0 g

## Biscuits aux morceaux de chocolat

*Des morceaux de trois différentes sortes de chocolat rendent ces biscuits tout à fait délicieux!*

**Donne environ 48 biscuits**

- 3 t. (750 ml) de farine tout usage non blanchie**
- 1 c. à thé (5 ml) de bicarbonate de soude**
- $\frac{1}{2}$  c. à thé (2 ml) de sel cascher**
- 16 c. à soupe (240 ml ou 2 bâtonnets) de beurre non salé, en dés de 1 po (2,5 cm), à température ambiante**
- 1 t. (250 ml) de cassonade dorée, tassée**
- $\frac{3}{4}$  t. (180 ml) de sucre granulé**
- 2 gros œufs, à température ambiante**
- $1\frac{1}{2}$  c. à thé (7 ml) d'extrait de vanille pur**
- 4 oz (155 g) de chocolat amer, en morceaux de  $\frac{1}{2}$  po (1,25 cm)\***
- 4 oz (155 g) de chocolat mi-amer, en morceaux de  $\frac{1}{2}$  po (1,25 cm)\***
- 4 oz (155 g) de chocolat au lait, en morceaux de  $\frac{1}{2}$  po (1,25 cm)\***

\* On peut substituer le chocolat en morceaux par  $\frac{3}{4}$  t. (180 ml) de grains de chocolat.

Tapisser deux plaques à biscuits de papier sulfurisé; réserver.

Dans un petit bol, combiner la farine, le bicarbonate de soude et le sel; réserver.

Mettre le beurre dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; battre à la vitesse 3 pour ramollir. Tout en laissant tourner le batteur, ajouter le sucre et la cassonade en passant à la vitesse 4 et mélanger jusqu'à consistance légère et mousseuse. Racler le fond et les parois du bol.

Réduire la vitesse à 3 et ajouter les œufs, un à la fois, et la vanille, en battant bien entre chaque addition. Racler le fond et les parois du bol.

Tout en faisant tourner le batteur à la vitesse 2, ajouter les ingrédients secs et mélanger seulement jusqu'à ce que combinés. Racler le fond et les parois du bol.

Ajouter le chocolat, passer à la vitesse 3 et mélanger jusqu'à ce que parfaitement incorporé.

Transférer la pâte par grosses cuillerées (une cuillère à crème glacée no 40 ou l'équivalent de  $1\frac{1}{2}$  c. à soupe [22 ml]) sur les plaques à biscuits préparées. Couvrir d'une pellicule plastique et réfrigérer pendant au moins 2 heures.

Au moment de faire cuire les biscuits, préchauffer le four à 350° F (176 °C). Cuire pendant 12 à 16 minutes jusqu'à ce que dorés. Sortir du four et laisser refroidir sur les plaques. Démouler sur une grille et laisser refroidir parfaitement.

**CONSEIL :** Pour que les biscuits cuisent uniformément, tourner les plaques à mi-cuisson.

*Valeur nutritive d'un biscuit :*

- Calories 170 (47 % provenant des lipides)
- glucides 22 g • protéines 2 g • lipides 9 g
- gras saturés 4 g • cholestérol 22 mg • sodium 151 mg
- calcium 5 mg • fibres 1 g

# Biscotti aux amandes et aux cerises

*Croquants à souhait, ces biscottis ressemblent aux biscuits à tremper traditionnels.*

Donne environ 96 biscottis

- 2¾ t. (680 ml) de farine tout usage, plus une quantité pour abaisser
- 2 t. (500 ml) de sucre granulé
- 1 c. à thé (5 ml) de poudre à pâte
- 1 pincée de sel cascher
- 3 gros œufs
- 2 gros jaunes d'œuf
- ½ t. (125 ml) de cerises sûres déshydratées
- ½ t. (125 ml) d'amandes grillées, grossièrement hachées

Préchauffer le four à 350 °F (176 °C). Tapisser deux plaques à pâtisserie de papier sulfurisé; réserver.

Mettre la farine, le sucre, la poudre à pâte et le sel dans le bol du batteur sur socle Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; mélanger à la vitesse 2 pour combiner. Passer à la vitesse 3 et ajouter les œufs, puis les jaunes d'œuf, un à la fois, en battant bien après chaque addition. Racler le fond et les parois du bol. Ajouter les cerises et les amandes et battre seulement jusqu'à ce que incorporés. Il est possible que la pâte soit collante; c'est normal.

Transférer la pâte sur une surface farinée, la diviser en quatre parties égales et façonner chacune en un rouleau de 12 x 1½ x 1½ po (30 x 4 x 4 cm). Mettre deux rouleaux sur chaque plaque à pâtisserie préparée; cuire au four préchauffé pendant environ 35 minutes, jusqu'à ce que dorés.

Sortir du four et laisser refroidir. Lorsque les biscuits sont froids au toucher, couper chaque rouleau en 25 tranches de ½ po (1,25 cm) d'épaisseur. Remettre au four, pendant environ 30 minutes.

Sortir du four et laisser refroidir sur la plaque, puis transférer sur une grille et laisser refroidir parfaitement. Conserver les biscuits dans un récipient hermétique.

Valeur nutritive d'un biscotti :

- Calories 82 calories (66 % provenant des lipides)
- glucides 3 g • protéines 4 g • lipides 6 g
- gras saturés 4 g • cholestérol 19 mg • sodium 97 mg
- calcium 116 mg • fibres 0 g

## Biscuits au sucre au moka

*Ces biscuits au sucre ont une saveur marquée de moka.*

Donne environ 45 biscuits

- 3 t. (750 ml) de farine tout usage non blanchie
- 2 c. à soupe (30 ml) de poudre de cacao non sucrée
- 1½ c. à thé (7 ml) de poudre à pâte
- ¾ c. à thé (4 ml) de sel cascher
- ½ c. à thé (2 ml) de bicarbonate de soude
- 2 c. à soupe (30 ml) de lait (écrémé, si on veut)
- 2 c. à soupe (30 ml) d'expresso instantané en poudre
- 2 c. à soupe (30 ml) d'extrait de vanille pur
- 24 c. à soupe (360 ml ou 3 bâtonnets) de beurre non salé, en dés de ½ po (1,25 cm), à température ambiante
- 1½ t. (375 ml) de sucre granulé, divisé
- 1 gros œuf
- 1 gros jaune d'œuf
- ½ t. (125 ml) de sucre brut pour rouler (ou du sucre granulé)

Préchauffer le four à 350 °F (176 °C). Tapisser deux plaques à pâtisserie de papier sulfurisé; réserver.

Dans un petit bol, combiner la farine, le cacao, la poudre à pâte, le sel et le bicarbonate de soude à l'aide d'un fouet; réserver. Dans un autre petit bol, combiner le lait, la poudre d'expresso et la vanille; réserver.

Mettre le beurre dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; battre à la vitesse 2 pour ramollir. Passer à la vitesse 5 et battre pendant 3 à 5 minutes jusqu'à consistance légère et mousseuse. Racler le fond et les parois du bol, au besoin.

Réduire la vitesse à 3 et ajouter les œufs, un à la fois, en battant bien entre chaque addition. Ajouter le mélange de lait et battre jusqu'à ce que parfaitement combiné. Racler le fond et les parois du bol, au besoin.

Réduire la vitesse à 2, ajouter les ingrédients secs et battre seulement jusqu'à ce que combinés.

Prélever la pâte par grosses cuillerées (une cuillère à crème glacée no 40 ou l'équivalent de 1½ c. à soupe [22 ml]) et rouler chaque boule dans le sucre brut. Déposer, espacés d'environ 1 po (2,5 cm), sur les plaques préparées.

Cuire au four préchauffé, pendant 12 minutes environ, jusqu'à ce que les biscuits aient tout juste pris (le centre sera encore mou). Sortir du four et laisser refroidir sur la plaque. Transférer sur une grille et laisser refroidir parfaitement.

*Valeur nutritive d'un biscuit :*

*Calories 119 (46 % provenant des lipides)*

- glucides 15 g • protéines 1 g • lipides 6 g
- gras saturés 4 g • cholestérol 25 mg • sodium 67 mg
- calcium 5 mg • fibres 0 g

## Biscuits noirs et blancs

*Une coche au-dessus de ce que l'on sert dans le resto du coin, ces biscuits irrésistibles sont sûrs devenir vos nouveaux favoris.*

**Donne environ 45 biscuits**

### Biscuits :

- 1½ t. (375 ml) de farine tout usage non blanchie
- 1½ t. (375 ml) de farine à pâtisserie (sans levure ajoutée)
- 1 c. à thé (5 ml) de bicarbonate de soude
- 1 c. à thé (5 ml) de sel cascher
- ½ c. à thé (2 ml) de zeste de citron
- 1 t. (250 ml) de babeurre
- 1 c. à thé (5 ml) d'extrait de vanille pur
- 12 c. à soupe (180 ml ou 1½ bâtonnet) de beurre non salé, fondu et refroidi à la température de la pièce
- 1⅓ t. (325 ml) de sucre granulé
- 2 gros œufs

### Glaçage :

- 3 t. (750 ml) de sucre à glacer, tamisé
- 3 c. à soupe (45 ml) de sirop de maïs clair, divisé
- ¾ c. à thé (4 ml) d'extrait de vanille pur
- ¼ t. (60 ml) d'eau (et d'autre au besoin), divisé
- 4 oz (155 g) de chocolat amer, haché, fondu et refroidi à température ambiante

Dans un petit bol, combiner les farines, le bicarbonate de soude, le sel et le zeste; réserver. Dans une tasse à mesurer, combiner le babeurre et la vanille; réserver.

Mettre le beurre dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; battre à la vitesse 5 pendant 1 minute environ, jusqu'à ce que crémeux. Passer à la vitesse 3 et, pendant que le moteur tourne, ajouter graduellement le sucre. Passer à la vitesse 8 et battre pendant 2 minutes environ, jusqu'à consistance légère. Racler le fond et les parois du bol. Réduire la vitesse à 3 et ajouter les œufs, un à la fois, en battant bien entre chaque addition. Battre pendant 2 minutes environ, jusqu'à ce que parfaitement combiné. Racler le fond et les parois du bol.

Réduire la vitesse à 1 et ajouter un tiers des ingrédients secs. Lorsque presque entièrement combinés, ajouter la moitié du babeurre. Répéter avec les ingrédients secs et mouillés en raclant le fond et les parois du bol, au besoin. Finir avec les ingrédients secs. Réfrigérer la pâte pendant au moins 1 heure.

Au moment de faire cuire les biscuits, préchauffer le four à 350° F (176 °C). Tapisser deux plaques à biscuits de papier sulfurisé; réserver.

Prélever la pâte par grosses cuillerées (une cuillère à crème glacée no 40 ou l'équivalent de 1½ c. à soupe [22 ml]) et les déposer, en les espaçant d'environ 2 po (5 cm), sur les plaques préparées. Cuire au four pendant 10 à 15 minutes jusqu'à ce que dorés.

Pendant la cuisson, préparer les glaçages. Mettre le sucre à glacer tamisé, 2 c. à soupe (30 ml) de sirop de maïs, la vanille et ¼ t. (60 ml) d'eau dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du fouet en fil. Commencer à battre à vitesse 1 et passer graduellement à la vitesse 5, jusqu'à ce que les ingrédients soient combinés et que la pâte soit lisse. Couvrir la moitié des biscuits de ce glaçage à l'aide d'une petite spatule coudée.

Ajouter le chocolat refroidi, 1 c. à soupe (15 ml) du sirop de maïs et 1 c. à soupe (15 ml) d'eau dans le reste du glaçage; battre à la vitesse 5. Au besoin, ajouter de l'eau, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois, jusqu'à ce que

le glaçage soit lisse et lustré. Étaler sur l'autre moitié de chaque biscuit.

Laisser le glaçage prendre avant de servir.

*Valeur nutritive d'un biscuit :*

Calories 157 (28 % provenant des lipides)

- glucides 27 g • protéines 2 g • lipides 5 g
- gras saturés 3 g • cholestérol 20 mg • sodium 105 mg
- calcium 12 mg • fibres 0 g

## Biscuits énergétiques

*Sans sucre ni sel ajoutés, ces bouchées sans gluten ni produits laitiers se savorent pratiquement sans culpabiliser.*

**Donne 28 biscuits**

- 1** banane moyenne, coupée en morceaux de 1 po (2,5 cm)
- 2** c. à soupe (30 ml) de graines de chia
- 1/3** t. (75 ml) de beurre d'amande
- 1** c. à thé (5 ml) d'extrait de vanille pur
- 2** t. (500 ml) de flocons d'avoine
- 1/2** t. (125 ml) d'amandes hachées
- 1/2** t. (125 ml) de cerises sûres déshydratées
- 1/2** t. (125 ml) de grains de caroube

Préchauffer le four à 350° F (176 °C). Tapisser deux plaques à biscuits de papier sulfurisé; réserver.

Mettre les morceaux de banane dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; battre à la vitesse 2, pendant 20 minutes environ, pour ramollir. Passer à la vitesse 6 et battre pendant 1 minute environ, jusqu'à ce que parfaitement défaits. Ajouter les graines de chia et battre pendant 30 secondes environ, jusqu'à ce que combinés.

Réduire la vitesse à 2, ajouter les flocons d'avoine, en plusieurs lots, et battre jusqu'à ce que incorporés. Ajouter les amandes, les cerises et les grains de caroube, en lots.

Prélever la pâte par grosses cuillerées (une cuillère à crème glacée ou 40 ou l'équivalent de 1½ c. à soupe [22 ml]) et déposer les biscuits sur les plaques préparées en les aplatissant légèrement à la fourchette. (Les reformer s'ils se brisent.)

Cuire au four pendant 12 minutes, jusqu'à ce que dorés et tout juste pris (le centre sera

encore mou). Sortir du four et laisser refroidir sur la plaque. Transférer sur une grille et laisser refroidir parfaitement.

*Valeur nutritive d'un biscuit :*

- Calories 93 (42 % provenant des lipides) • glucides 12 g
- protéines 3 g • lipides 5 g • gras saturés 1 g
- cholestérol 0 mg • sodium 4 mg • calcium 29 mg
- fibres 2 g

## Brownies au fudge

*Ces brownies riches et fondants séduiront les accros de chocolat.*

**Donne 24 brownies**

- 16** enduit végétal de cuisson
- 16** c. à soupe (240 ml ou 2 bâtonnets) de beurre non salé, en dés de 1 po (2,5 cm)
- 6** oz (170 g) de chocolat non sucré, haché
- 2** oz (56 g) de chocolat amer, haché
- 1** c. à soupe (15 ml) de poudre de cacao
- 4** gros œufs
- 1** gros jaune d'œuf
- 2** t. (500 ml) de sucre granulé
- 1** t. (250 ml) de cassonade dorée, tassée
- 2** c. à thé (10 ml) d'expresso instantané en poudre
- 2** c. à thé (10 ml) d'extrait de vanille pur
- 3/4** t. (180 ml) de farine tout usage non blanchie
- 1/4** t. (60 ml) de farine à pâtisserie (sans levure ajoutée)
- 1** c. à thé (5 ml) de sel cascher
- 3/4** t. (180 ml) de grains de chocolat amer

Préchauffer le four à 375 °F (190 °C). Vaporiser un moule de 13 x 9 po (33 x 23 cm) d'enduit végétal de cuisson et le tapisser de papier sulfurisé ou aluminium en laissant 1 po (2,5 cm) déborder de chaque côté; réserver.

Mettre le beurre et les chocolats dans un bol à l'épreuve de la chaleur et faire fondre à bain-marie. Lorsque le chocolat et le beurre sont presque fondus, incorporer le cacao et laisser refroidir à température ambiante.

Mettre les œufs et le jaune d'œuf dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; battre à la vitesse 3, pendant 30 secondes environ, jusqu'à ce que la préparation soit jaune pâle. Ajouter le sucre et la cassonade et battre à la vitesse 4, pendant 1 minute de

plus, jusqu'à ce que la préparation soit légère et mousseuse. Racler le fond et les parois du bol, au besoin.

Ajouter l'expresso en poudre et la vanille; mélanger parfaitement.

Combiner les farines et le sel au chocolat fondu et remuer seulement jusqu'à ce qu'ils soient à peine incorporés. Réduire la vitesse à 2, ajouter la préparation de chocolat et battre pendant 45 secondes environ, seulement jusqu'à ce que les ingrédients soient combinés. Racler le fond et les parois du bol, au besoin.

Réduire la vitesse 1 et ajouter les grains de chocolat.

Verser la pâte dans le moule préparé. Cuire au four pendant 45 à 50 minutes environ, jusqu'à ce que les bords soient secs (les brownies seront encore mouillés à l'intérieur).

Sortir du four et laisser refroidir légèrement dans le moule. En saisissant le papier qui déborde chaque côté, soulever les brownies hors du moule et les transférer sur la grille pour les laisser refroidir. Couper et servir chaud, si l'on veut. Conserver les brownies qui restent dans un récipient hermétique.

*Valeur nutritive d'un brownie :*

*Calories 269 (48 % provenant des lipides)*

- glucides 35 g • protéines 3 g • lipides 15 g
- gras saturés 9 g • cholestérol 59 mg • sodium 102 mg
- calcium 15 mg • fibres 2 g

## Blondies

*Comme leurs cousins brownies, ces blondies sont irrésistibles : juste assez sucrés, ils offrent le bon dosage de chocolat amer et de grains de chocolat blanc.*

**Donne 24 blondies**

- 2** **enduit végétal de cuisson**
- 2** **t. (500 ml) de farine tout usage non blanchie**
- 1½** **c. à thé (7 ml) de sel cascher**
- ½** **c. à thé (2 ml) de cannelle moulue**
- 16** **c. à soupe (240 ml ou 2 bâtonnets) de beurre non salé, en dés de 1 po (2,5 cm), à température ambiante**
- ½** **t. (125 ml) de sucre granulé**
- 1** **t. (250 ml) de cassonade dorée, tassée**
- 3** **gros œufs, à température ambiante**

- 1** **c. à soupe (15 ml) d'extrait de vanille pur**
- 1½** **t. (375 ml) de chocolat amer, haché**
- 1** **t. (250 ml) de grains de chocolat blanc**
- 1** **t. (250 ml) de moitiés de noix de Grenoble**

Préchauffer le four à 350 °F (176 °C). Vaporiser un moule de 13 x 9 po (33 x 23 cm) d'enduit végétal de cuisson et le tapisser de papier sulfurisé ou aluminium en laissant 1 po (2,5 cm) déborder de chaque côté; réserver.

Dans un petit bol, combiner la farine, le sel et la cannelle; réserver.

Mettre le beurre dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; battre à la vitesse 2 pour ramollir. Ajouter le sucre et la cassonade, passer à la vitesse 5 et battre pendant 2½ à 3 minutes environ, jusqu'à consistance légère et mousseuse. Racler le fond et les parois du bol.

Réduire la vitesse à 3, ajouter les œufs, un à la fois, et la vanille, en battant bien entre chaque addition. Racler le fond et les parois du bol.

Réduire la vitesse à 1 et ajouter les ingrédients secs lentement. Lorsqu'ils sont presque entièrement incorporés, ajouter le chocolat haché, les grains de chocolat et les noix; mélanger jusqu'à ce que combinés.

Verser la pâte dans le moule préparé. Cuire au four pendant 30 à 35 minutes jusqu'à ce que le dessus commence à fendiller.

Sortir du four et laisser refroidir légèrement dans le moule. En saisissant le papier qui déborde chaque côté, soulever les blondies hors du moule et les transférer sur la grille pour les laisser refroidir. Couper et servir chaud, si l'on veut. Conserver les blondies qui restent dans un récipient hermétique.

*Valeur nutritive d'un blondie :*

*Calories 317 (48 % provenant des lipides)*

- glucides 39 g • protéines 3 g • lipides 18 g
- gras saturés 10 g • cholestérol 44 mg • sodium 153 mg
- calcium 317 mg • fibres 1 g

## Pâte à tarte feuilletée de base

*Cette recette donne assez de pâte pour une tarte de 9 ou 10 pouces (23 ou 25 cm), ordinaire ou épaisse ou pour une tarte à une croûte allant jusqu'à 11 ou 12 pouces (28 à 30 cm).*

### Pour une tarte à une croûte :

- 1½ t. (375 ml) de farine tout usage non blanchie
- ¼ c. à thé (1 ml) de sel cascher
- 8 c. à soupe (120 ml ou 1 bâtonnet) de beurre non salé, froid, en dés de ½ po (1,25 cm)
- 2 c. à soupe (30 ml) de shortening végétal non hydrogéné, froid, en dés de ½ po (1,25 cm)
- 2 à 4 c. à soupe (30 à 60 ml) d'eau glacée

### Pour une tarte à deux croûtes (ou deux tartes à une croûte) :

- 3 t. (750 ml) de farine tout usage non blanchie
- ½ c. à thé (2 ml) de sel cascher
- 16 c. à soupe (240 ml ou 2 bâtonnets) de beurre non salé, froid, en dés de ½ po (1,25 cm)
- 4 c. à soupe (60 ml) de shortening végétal non hydrogéné, froid, en dés de ½ po (1,25 cm)
- 5 à 8 c. à soupe (75 à 120 ml) d'eau glacée

Mettre la farine, le sel et la poudre à pâte dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; battre à la vitesse 2 pendant 30 secondes. Parsemer la moitié du beurre et tout le shortening sur le mélange de farine. Battre à la vitesse 4, en augmentant graduellement à la vitesse 8 jusqu'à ce que le mélange présente des grumeaux de la grosseur d'un pois. Racler le fond et les parois du bol.

Pendant que le batteur tourne à la vitesse 1, verser la quantité minimale d'eau glacée demandée, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois, et mélanger seulement jusqu'à ce que la pâte commence à se former en boule. Avec les mains, former la pâte en une boule (ou deux dans le cas de la recette pour deux croûtes) et l'aplatir en une rondelle de 6 po (15 cm) de diamètre (deux rondelles dans le cas de la recette double). Envelopper la pâte dans

une pellicule plastique et la réfrigérer pendant 1 heure pour laisser reposer le gluten dans la farine.

La pâte se conserve jusqu'à trois jours au réfrigérateur ou un mois au congélateur, enveloppée dans une double pellicule plastique. (Il faudra alors laisser la pâte dégeler à la température de la pièce 1 heure avant d'utiliser.)

### Pour cuire une croûte à blanc :

Abaisser la pâte à ⅛ po (3 mm) d'épaisseur, au diamètre du moule à tarte, la mettre dans le moule et façonner le bord. Piquer le fond avec une fourchette. Réfrigérer pendant 30 minutes. Préchauffer le four à 400 °F (200 °C). Recouvrir la croûte d'un papier sulfurisé ou d'aluminium et de haricots secs ou d'autres poids prévus à cette fin. Cuire pendant 20 minutes jusqu'à ce que pris. Retirer le papier d'aluminium ou les pois, avec précaution. Remettre à cuire pendant 5 à 10 minutes, jusqu'à ce que doré. Sortir du four et laisser refroidir parfaitement sur une grille.

*Valeur nutritive d'une portion (basée sur une tarte à une croûte donnant 8 portions) :*

- Calories 203 (63 % provenant des lipides)
- glucides 17 g • protéines 2 g • lipides 14 g
- gras saturés 9 g • cholestérol 30 mg • sodium 67 mg
- calcium 0 mg • fibres 0 g

## Croûte à tarte aux miettes de biscuits

*Vous pouvez faire cette croûte de base avec des miettes de biscuits Graham ou d'autres sortes de biscuits. Elle est délicieuse remplie d'une garniture crémeuse ou d'une crème anglaise.*

### Donne 1 croûte

- 8 oz (230 g) de miettes de biscuits (gin gembre, chocolat ou Graham) finement broyés
- 2 à 3 c. à soupe (30 à 45 ml) de sucre granulé (selon la sorte de biscuits choisis)
- ⅓ c. à thé (0,5 ml) de sel cascher
- 6 c. à soupe (90 ml ou ¾ de bâtonnet) de beurre non salé, fondu

Préchauffer le four à 350 °F (176 °C).

Mettre les miettes, le sucre et le sel dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; battre à la vitesse 2 pendant 30 secondes environ. Tout en laissant tourner le batteur, ajouter le beurre fondu lentement et mélanger pendant 2 minutes environ, jusqu'à ce que les miettes soient parfaitement enrobées. Transférer le mélange dans un moule à tarte et le tasser uniformément sur le fond et les parois en utilisant le fond d'un verre ou d'un ramequin.

Cuire au four pendant 8 à 10 minutes, jusqu'à ce que fermes au toucher. Sortir du four et laisser refroidir dans le moule sur une grille.

*Valeur nutritive d'une portion (basée sur 8 portions) :*

*Calories 222 (57 % provenant des lipides)*

*• glucides 23 g • protéines 1 g • lipides 6 g*

*• gras saturés 7 g • cholestérol 23 mg • sodium 183 mg*

*• calcium 7 mg • fibres 1 g*

## Tarte au citron meringuée

*Un véritable classique américain, cette tarte est une grande favorite depuis le début du 19<sup>e</sup> siècle.*

*Notre version est garnie d'une meringue qui ressemble à la guimauve.*

**Donne 1 tarte épaisse, soit 8 à 12 portions**

**Un fond de tarte feuilleté cuit à blanc (page 28)**

**Garniture au citron :**

- 1½ t. (375 ml) de sucre granulé
- ¼ t. (60 ml) + 3 c. à soupe (45 ml) d'amidon de maïs
- 1½ t. (375 ml) d'eau
- ¾ t. (180 ml) de jus de citron frais
- 7 gros jaunes d'œuf (réserver les blancs pour la meringue)
- 5 c. à soupe (75 ml ou 2/3 bâtonnet) de beurre non salé, en dés de 1 po (2,5 cm) zeste de 3 citrons

**Meringue :**

- 7 gros blancs d'œuf (déjà réservés)
- ¾ t. (180 ml) + 2 c. à soupe (30 ml) de sucre granulé
- 2 c. à soupe (30 ml) d'eau
- 1 c. à thé (5 ml) de crème de tartre
- ½ c. à thé (0,5 ml) de sel cascher

Placer la grille dans le tiers supérieur du four. Allumer le grilloir. Avoir le fond de tarte feuilleté précuit prêt à garnir, à portée de la main.

Préparer la garniture au citron. Mettre le sucre granulé et l'amidon de maïs dans une casserole de 2½ pintes (2,4 L) et remuer. Ajouter l'eau et le jus de citron; remuer jusqu'à consistance lisse. Cuire à feu moyen pendant 3 à 4 minutes, jusqu'à ce que le mélange commence à épaissir.

Fouetter les jaunes d'œuf dans un bol distinct. Tout en fouettant, ajouter environ la moitié du liquide chaud aux jaunes d'œuf dans la casserole. Verser la préparation maintenant tempérée dans la casserole avec le reste du liquide et chauffer à feu moyen, en fouettant constamment, pendant 5 à 6 minutes, jusqu'à ce que la préparation ait épaissi et commence à bouillonner. Ajouter le beurre et mélanger. Ajouter le zeste de citron et mélanger parfaitement. Recouvrir et garder au chaud jusqu'au moment de verser dans le fond de tarte.

Préparer la meringue. Mettre les blancs d'œuf, 2 c. à soupe (30 ml) de sucre granulé, 2 c. à soupe (30 ml) d'eau et la crème de tarte dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du fouet en fil; battre à la vitesse 3 pendant 30 secondes. Passer à la vitesse 12 et ajouter lentement le reste (¾ t. [175 ml]) du sucre granulé. Ajouter le sel et battre pendant environ 4 minutes, jusqu'à la formation de pics fermes.

Verser la préparation au citron chaude dans le fond de tarte. Recouvrir de meringue en étalant celle-ci parfaitement jusqu'à la croûte. On peut y faire des tourbillons ou des pics décoratifs, si on le désire. Cette recette donne une quantité généreuse de meringue; on peut en utiliser moins sur la tarte.

Faire dorer sous le grilloir pendant 5 minutes environ. Sortir du four et laisser refroidir sur une grille pendant 1 heure, puis réfrigérer, à découvert, pendant plusieurs heures.

**CONSEIL :** Il est important que la garniture soit encore chaude quand on la recouvre de meringue pour que celle-ci ne se contracte pas.

Cette tarte est meilleure servie le jour même.

*Valeur nutritive d'une portion (basée sur 12 portions) :*

Calories 393 (38 % provenant des lipides)

• glucides 56 g • protéines 5 g • lipides 17 g

• gras saturés 10 g • cholestérol 140 mg • sodium 105 mg  
• calcium 15 mg • fibres 0 g

## Tarte à la crème au chocolat

*Trois couches de chocolat couronnées d'une tonne de crème fouettée. Que demander de plus?*

**Donne 1 tarte de 9 pouces (23 cm),  
soit 12 portions**

- 1 **recette de croûte aux miettes de biscuits au chocolat (page 26)**
- 1 **recette de ganache au chocolat (page 40)**
- 1 **recette de mousse au chocolat vite faite (page 40)**
- 1 **recette de crème fouettée (page 41) copeaux de chocolat comme garniture**

Préparer, cuire et laisser refroidir la croûte de tarte aux miettes de biscuits au chocolat. Pendant ce temps, préparer la ganache au chocolat.

Verser la ganache dans la croûte préparée, étaler également et réfrigérer pendant environ 30 minutes.

Pendant ce temps, préparer la mousse au chocolat. Transférer la mousse sur la ganache prise. Réfrigérer pendant au moins 30 minutes ou jusqu'au lendemain.

Avant de servir, préparer la crème fouettée. Transférer à la cuillère sur la tarte. Garnir de copeaux de chocolat et servir immédiatement.

*Valeur nutritive d'une portion (basée sur 12 portions) :*

Calories 902 (78 % provenant des lipides)

• glucides 44 g • protéines 4 g • lipides 2 g

• gras saturés 49 g • cholestérol 230 mg • sodium 150 mg  
• calcium 60 mg • fibres 3 g

## Gâteau jaune

*Le gâteau jaune dont tout le monde raffole. Notre recette est pratiquement aussi facile à faire qu'une préparation en boîte. Habillez-le simplement de notre glaçage au chocolat (page 38) pour en faire un excellent gâteau toute occasion.*

**Donne 2 gâteaux de 9 pouces (23 cm),  
soit 12 portions**

- enduit végétal de cuisson**
- 3 **t. (750 ml) de farine à pâtisserie (sans levure ajoutée)**
- 1 **c. à soupe (15 ml) de poudre à pâte**
- 2 **c. à thé (10 ml) de bicarbonate de soude**
- ½ **c. à thé (2 ml) de sel cascher**
- 2 **gros œufs, plus 2 jaunes d'œuf**
- 1½ **t. (325 ml) de sucre granulé**
- 2 **c. à thé (10 ml) d'extrait de vanille pur**
- 1 **t. (250 ml) d'huile végétale**
- 1½ **t. (375 ml) de babeurre**

Préchauffer le four à 350 °F (176 °C). Vaporiser deux moules à gâteau ronds de 9 po (23 cm) d'enduit végétal de cuisson et tapisser de papier sulfurisé; réserver.

Dans un bol de taille moyenne, tamiser la farine, le bicarbonate de soude, la poudre à pâte et le sel; réserver.

Mettre les œufs et le sucre dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; battre à la vitesse 6 pendant 2 minutes, jusqu'à consistance légère et mousseuse. Ajouter la vanille et mélanger.

Réduire la vitesse à 2 et ajouter graduellement l'huile. Passer à la vitesse 4 et battre, pendant 1 minute environ, jusqu'à ce que parfaitement combiné. Racler le fond et les parois du bol.

Ajouter le tiers des ingrédients réservés et battre jusqu'à ce que combinés. Ajouter la moitié du babeurre et battre jusqu'à ce que combinés. Répéter en finissant avec les ingrédients secs. Racler le fond et les parois du bol, au besoin.

Diviser la pâte également entre les deux moules préparés. Cuire au four pendant 25 à 30 minutes, jusqu'à ce que le dessus soit doré, que les côtés commencent à se détacher des parois du moule et qu'une sonde à gâteau piquée au centre en ressorte propre.



Sortir du four et laisser refroidir les gâteaux dans les moules sur une grille jusqu'à ce que froids au toucher. Démouler et laisser refroidir parfaitement sur des grilles, avant de recouvrir de glaçage.

*Valeur nutritive d'une portion de 1 tranche (basée sur 12 portions) :*

Calories 396 (45 % provenant des lipides) • glucides 51 g  
• protéines 5 g • lipides 20 g • gras saturés 2 g  
• cholestérol 32 mg • sodium 462 mg • calcium 396 mg  
• fibres 1 g

## Gâteau au chocolat

*Ce gâteau au chocolat riche est savoureux avec notre glaçage au fromage à la crème.*

**Donne 2 gâteaux de 9 pouces (23 cm), soit 12 portions**

- beurre pour préparer les moules**
- 2 t. (500 ml) de farine tout usage non blanchie**
- ¾ c. à thé (4 ml) de bicarbonate de soude**
- ½ c. à thé (2 ml) de poudre à pâte**
- ½ c. à thé (2 ml) de sel cascher**
- 5 oz (142 g) de chocolat mi-amer, haché**
- ¾ t. (180 ml) de chocolat non sucré en poudre**
- 1½ c. à thé (7 ml) d'expresso instantané en poudre**
- 1 t. (250 ml) d'eau bouillante**
- 1 t. (250 ml) d'huile végétale**
- ¾ t. (180 ml) de babeurre**
- ¾ t. (180 ml) de sucre granulé**
- ¾ t. (180 ml) de cassonade**
- 3 gros œufs**
- ½ c. à soupe (7 ml) d'extrait de vanille pur**
- ¾ t. (180 ml) de babeurre**

Préchauffer le four à 350 °F (176 °C). Beurrer deux moules à gâteau ronds de 9 po (23 cm) et tapisser de papier sulfurisé; réserver.

Dans un bol de taille moyenne, tamiser la farine, le bicarbonate de soude, la poudre à pâte et le sel; réserver.

Dans un petit bol, combiner le chocolat mi-amer, le chocolat en poudre, l'expresso en poudre et l'eau bouillante; réserver.

Mettre le beurre, le sucre et la cassonade dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; battre à la vitesse 5, pendant 2½ à 3 minutes, jusqu'à consistance légère et

mousseuse. Réduire la vitesse à 3 et ajouter les œufs, un à la fois, et la vanille, en battant bien après chaque addition. Racler le fond et les parois du bol au besoin.

Réduire la vitesse à 2, ajouter le tiers des ingrédients réservés et battre jusqu'à ce que combinés. Ajouter la moitié du babeurre et battre jusqu'à ce que combinés. Racler le fond et les parois du bol. Répéter en finissant avec les ingrédients secs.

Réduire la vitesse à 1 et plier la préparation de chocolat, seulement jusqu'à ce que combinée. Racler le fond et les parois du bol une dernière fois.

Diviser la pâte également entre les deux moules préparés. Cuire au four préchauffé pendant 45 à 50 minutes, jusqu'à ce qu'une sonde à gâteau piquée au centre en ressorte propre.

Sortir du four et laisser refroidir les gâteaux dans les moules sur une grille jusqu'à ce que froids au toucher. Démouler et laisser refroidir parfaitement sur des grilles, avant d'étager et de recouvrir de glaçage.

*Valeur nutritive d'une portion (basée sur 12 portions) :*  
Calories 789 (48 % provenant des lipides) • glucides 98 g  
• protéines 12 g • lipides 45 g • gras saturés 29 g  
• cholestérol 175 mg • sodium 427 mg • calcium 59 mg  
• fibres 6 g

## Gâteau à la noix de coco

*Ce gâteau moelleux et savoureux convient aux occasions spéciales les plus variées.*

**Donne 2 gâteaux ronds de 9 po (23 cm), soit 12 portions**

- enduit végétal de cuisson**
- 3 t. (750 ml) de farine tout usage non blanchie**
- 1 c. à thé (5 ml) de poudre à pâte**
- ½ c. à thé (2 ml) de bicarbonate de soude**
- ½ c. à thé (2 ml) de sel cascher**
- 16 c. à soupe (240 ml ou 2 bâtonnets) de beurre non salé, en dés de 1 po (2,5 cm), à température ambiante**
- 2 t. (500 ml) de sucre granulé**
- 3 gros œufs**
- 2 gros jaunes d'œuf**
- ½ c. à thé (2 ml) d'extrait de vanille pur**
- ½ c. à thé (2 ml) d'extrait de noix de coco**

- ½ **t. (125 ml) de crème fraîche ou de crème sure**
- ½ **t. (125 ml) de crème de noix de coco**
- 1½ **t. (375 ml) de noix de coco râpé déshydratée ou de flocons de noix de coco non sucrés**

Préchauffer le four à 325 °F (162 °C). Vaporiser deux moules ronds de 9 pouces (23 cm) d'enduit végétal de cuisson. Tapisser de papier sulfurisé et vaporiser d'enduit végétal de cuisson; réserver.

Dans un bol de taille moyenne, tamiser la farine, le bicarbonate de soude, la poudre à pâte et le sel; réserver.

Mettre le beurre dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; battre à la vitesse 2 pour ramollir. Ajouter le sucre, passer à la vitesse 5 et battre pendant 2½ à 3 minutes, jusqu'à consistance légère et mousseuse. Réduire la vitesse à 3 et ajouter les œufs et les jaunes d'œuf, un à la fois, en battant bien après chaque addition. Racler le fond et les parois du bol après chaque addition. Ajouter les extraits et battre jusqu'à ce que combinés. Racler le fond et les parois du bol.

Réduire la vitesse à 2 et ajouter un tiers des ingrédients secs réservés; battre jusqu'à ce que combinés. Ajouter la crème fraîche et battre jusqu'à ce que combinée. Répéter, en alternant les ingrédients secs et la crème de noix de coco, en finissant avec les ingrédients secs. Racler le fond et les parois du bol, au besoin.

Réduire la vitesse à 1 et plier la noix de coco dans la pâte.

Diviser la pâte également entre les deux moules préparés. Cuire au four préchauffé pendant 45 à 50 minutes, jusqu'à ce qu'une sonde à gâteau piquée au centre en ressorte propre.

**CONSEIL :** Ce gâteau peut être apprêté de différentes façons. Pour en faire un gâteau étagé, trancher le gâteau à l'horizontale et l'enduire de glaçage. La crème au beurre suisse (recette à la page 38), par exemple, est délicieuse comme fourrage et comme glaçage. Pour un gâteau plus spécial, fourrer le gâteau de notre ganache au chocolat (recette à la page 40) et le recouvrir de crème

au beurre. Pour la touche finale, saupoudrer le dessus de noix de coco déshydratée.

*Valeur nutritive d'une portion (basée sur 12 portions) :*

- Calories 489 (41 % provenant des lipides)
- glucides 67 g • protéines 5 g • lipides 22 g
- gras saturés 16 g • cholestérol 124 mg • sodium 195 mg
- calcium 18 mg • fibres 1 g

## Gâteau au fromage marbré au chocolat

*Des rubans de gâteau au fromage au chocolat mi-sucré forment des volutes dans ce gâteau au fromage classique sur une croûte de biscuits brownies au chocolat*

**Donne 1 gâteau de 10 po (25 cm), soit 12 portions**

**Croûte :**

- 6 **c. à soupe (90 ml ou ¾ bâtonnet) de beurre non salé, en dés de 1 po (2,5 cm), à température ambiante**
- 1 **t. (250 ml) de farine tout usage non blanchie**
- ¼ **t. (60 ml) de cassonade tassée**
- 3 **c. à soupe (45 ml) de poudre de cacao non sucré**
- 1 **gros jaune d'œuf**
- ½ **c. à thé (2 ml) d'extrait de vanille pur**

**Garniture :**

- 2½ **lb (1125 g) de fromage à la crème faible en gras, à température ambiante**
- 1¼ **t. (310 ml) de sucre granulé**
- 5 **gros œufs, à température ambiante**
- 2 **c. à soupe (30 ml) d'extrait de vanille pur**
- 8 **oz (250 g) de chocolat mi-sucré, fondu et refroidi**

Préchauffer le four à 350 °F (176 °C). Vaporiser un moule à charnière de 10 x 3 po (25 x 8 cm) d'un peu d'enduit végétal de cuisson. Envelopper l'extérieur du moule dans un papier d'aluminium ultra robuste; réserver.

Mettre tous les ingrédients de la croûte dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; battre à la vitesse 2 pendant 2 minutes environ, jusqu'à ce que combinés. Verser dans le moule préparé et tasser en une couche uniforme sur le fond et à ½ po

(1,25 cm) sur les parois en utilisant le fond d'un verre ou d'une tasse à mesurer.

Cuire sur la grille du centre du four pendant 8 à 10 minutes. Sortir du four et laisser refroidir.

Verser 2 à 3 pouces (5 à 8 cm) d'eau dans une grande rôtissoire et placer celle-ci sur la grille inférieure du four. (Cela aide à prévenir les fissures pendant la cuisson du gâteau.)

Pendant que la croûte refroidit, préparer la garniture.

Laver le bol et le batteur. Mettre le fromage à la crème dans le bol et battre à la vitesse 2 pendant environ 1 minute, jusqu'à consistance lisse. Ajouter le sucre, ¼ t. (60 ml) à la fois, et battre jusqu'à consistance lisse. Racler le fond et les parois du bol et le batteur après chaque addition de sucre.

Faire tourner le batteur à la vitesse 2, ajouter les œufs, un à la fois, en battant bien après chaque addition. Racler le fond et les parois du bol après une addition sur deux. Ajouter la vanille; battre pour l'incorporer. Battre à la vitesse 2, pendant 1½ à 2 minutes, jusqu'à consistance lisse. Verser toute la pâte, sauf 2½ t. (375 ml), dans le fond de tarte préparé refroidi.

Remettre le bol sur la base du batteur sur socle Cuisinart<sup>MD</sup>. Faire tourner le batteur à la vitesse 2 et ajouter le chocolat fondu dans la pâte au chocolat refroidie. Verser la pâte au chocolat sur la pâte au fromage à la crème, ¼ t. (60 ml) à la fois. Couper la pâte avec un couteau ou une spatule pour obtenir un effet marbré.

Mettre à cuire au four sur la grille du centre. Ajouter de l'eau dans la rôtissoire, au besoin.

e pendant 1 heure et 15 minutes jusqu'à ce que les bords du gâteau commencent à se détacher des parois du moule (le centre sera encore mou). Sortir du four et laisser refroidir dans le moule sur une grille jusqu'à ce que parfaitement froid. Réfrigérer pendant au moins 6 heures avant de servir.

*Valeur nutritive d'une portion (basée sur 12 portions) :*

Calories 507 (48 % provenant des lipides) • glucides 53 g  
• protéines 12 g • lipides 28 g • gras saturés 17 g  
• cholestérol 159 mg • sodium 475 mg • calcium 160 mg  
• fibres 2 g

## Petits gâteaux jaunes sans gluten

*Ces petits gâteaux s'accordent très bien avec notre glaçage à la vanille sans produits laitiers.*

**Donne 12 petits gâteaux standard  
ou 42 miniatures**

	<b>enduit végétal de cuisson</b>
<b>2</b>	<b>t. (500 ml) de farine de sorgho</b>
<b>1</b>	<b>t. (250 ml) de fécule de pomme de terre</b>
<b>½</b>	<b>t. (125 ml) d'arrow-root</b>
<b>1</b>	<b>c. à soupe (15 ml) de poudre à pâte</b>
<b>½</b>	<b>c. à thé (2 ml) de bicarbonate de soude</b>
<b>1</b>	<b>c. à thé (5 ml) de gomme xanthane</b>
<b>1</b>	<b>c. à thé (5 ml) de sel cascher</b>
<b>1½</b>	<b>t. (375 ml) de nectar d'agave</b>
<b>½</b>	<b>t. (125 ml) d'huile d'olive</b>
<b>¾</b>	<b>t. (180 ml) de purée de courge Butternut</b>
<b>2</b>	<b>c. à soupe (30 ml) d'extrait de vanille pur</b>
<b>1</b>	<b>c. à thé (5 ml) de vinaigre blanc</b>

Préchauffer le four à 350 °F (176 °C). Vaporiser les cavités d'un moule à muffins standard ou miniatures d'un peu d'enduit végétal de cuisson. (On peut aussi tapisser les cavités de caissettes en papier et vaporiser celles-ci d'enduit végétal de cuisson – elles seront plus faciles à enlever.)

Mettre la farine, la fécule de pomme de terre, l'arrow-root, la poudre à pâte, le bicarbonate de soude, la gomme xanthane et le sel dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; battre à la vitesse 2 pour tamiser les ingrédients ensemble. Racler le fond et les parois du bol.

Pendant que le batteur tourne à la vitesse 2, ajouter le reste des ingrédients, dans l'ordre indiqué, et battre jusqu'à ce que combinés. Racler le fond et les parois du bol pour bien incorporer tous les ingrédients.

Verser la pâte dans le moule préparé. Cuire les muffins standard pendant 30 minutes ou les muffins miniatures pendant 15 minutes jusqu'à ce qu'ils soient dorés et qu'une sonde piquée au centre en ressorte propre. Sortir du four et laisser refroidir dans le moule sur une grille. Lorsqu'ils sont froids au toucher, les démouler et les laisser refroidir parfaitement sur une grille avant de recouvrir de glaçage.

Valeur nutritive d'un petit gâteau standard :

- Calories 396 (22 % provenant des lipides)
- glucides 77 g • protéines 4 g • lipides 10 g
- gras saturés 1 g • cholestérol 0 mg • sodium 359 mg
- calcium 50 mg • fibres 2 g

## Gâteau des anges

Accompagné de crème fouettée (page 41)  
et de petits fruits frais, ce gâteau fait  
un dessert estival léger et délicieux.

**Donne 1 gâteau de 9 pouces (23 cm),  
soit 12 portions**

- 1½ t. (375 ml) de sucre granulé, divisé
- 1¼ t. (310 ml) de farine à gâteau
- 12 gros blancs d'œuf
- 1¼ c. à thé (6 ml) de crème de tartre
- ¼ c. à thé (1 ml) de sel cascher
- 1 c. à thé (5 ml) d'extrait de vanille pur

Préchauffer le four à 325 °F (162 °C).

Tamiser ¾ t. (180 ml) de sucre avec la farine  
à gâteau dans un bol à mélanger; réserver.

Mettre les blancs d'œuf dans le bol du  
batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du fouet en fil; battre  
à la vitesse 5. Lorsque mousseux, ajouter  
la crème de tartre et le sel, et passer  
graduellement à la vitesse 12. Tout en faisant  
tourner le batteur à la vitesse 12, ajouter  
le reste du sucre granulé (¾ t. [180 ml]) et  
la vanille et continuer à battre jusqu'à la  
formation de pics fermes et lustrés. Retirer  
le bol du batteur.

Tamiser graduellement le mélange de farine  
et de sucre réservé dans les blancs d'œuf  
et plier délicatement à l'aide d'une grosse  
spatule en caoutchouc. Procéder avec  
délicatesse en s'assurant que tous les  
ingrédients sont incorporés de manière  
homogène.

Transférer la pâte à la cuillère dans un moule  
à cheminée de 9 po (23 cm) non graissé.  
Retourner le moule sur le goulot d'une  
bouteille vide au long goulot (comme une  
bouteille de vin) et laisser refroidir  
parfaitement.

Pour démouler, déposer le moule à plat sur  
le comptoir, glisser un couteau tout autour  
du moule pour détacher le gâteau. Recouvrir  
le moule d'une assiette et renverser le tout.

Glisser un couteau le long du fond du moule  
pour détacher le gâteau.

Valeur nutritive d'une portion :

- Calories 167 (1 % provenant des lipides) • glucides 37 g
- protéines 5 g • lipides 0 g • gras saturés 0 g
- cholestérol 0 mg • sodium 278 mg • calcium 5 mg
- fibres 0 g

## Soufflé au chocolat

Les œufs blancs fouettés confèrent à ce gâteau riche  
une texture légère, idéale pour couronner  
un repas spécial. Servez-le copieusement garni  
de crème fouettée et de framboises fraîches.

**Donne un gâteau rond de 23 cm (9 po),  
soit 16 portions**

- 2 c. à soupe (30 ml) de beurre non salé  
et une petite quantité additionnelle  
pour le moule
- ¼ t. (60 ml) de farine tout usage non  
blanchie et une petite quantité  
additionnelle pour le moule
- ¼ c. à thé (1 ml) de sel cascher
- 6 oz (170 g) de chocolat mi-sucré  
de bonne qualité
- 6 gros œufs
- 2 gros blancs d'œuf
- ¾ t. (175 ml) + 1 c. à soupe (15 ml)  
de sucre granulé, divisé  
sucre à glacer à saupoudrer

Préchauffer le four à 350 °F (176 °C), grille  
au centre. Beurrer généreusement le fond et  
les parois d'un moule rond de 9 po (23 cm);  
saupoudrer de farine, secouer pour recouvrir  
toutes les surfaces uniformément et retirer  
l'excédent. Découper un cercle de papier  
sulfurisé de la taille du moule; placer au fond  
du moule et beurrer.

Combiner le quart de tasse de farine et  
le sel dans un petit bol; réserver.

Faire fondre le chocolat et le beurre dans  
un bain-marie ou dans un bol en acier  
inoxydable sur une casserole d'eau à faible  
ébullition pendant 5 minutes environ en  
remuant occasionnellement. Retirer du feu;  
réserver.

Séparer les œufs en mettant les jaunes dans  
le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> et les blancs  
avec les deux blancs d'œuf additionnels  
dans un autre bol à mélanger.

Poser le fouet en fil sur le batteur. Ajouter ½ t. (125 ml) de sucre dans le bol qui contient les jaunes d'œuf. Battre en passant graduellement à la vitesse 12, pendant 3 minutes environ, jusqu'à ce que le mélange soit très pâle et épais. Réduire à la vitesse 6 et ajouter graduellement le chocolat fondu. Lorsque tout le chocolat a été ajouté, racler les parois du bol et battre à nouveau à la vitesse 12. Lorsque tous les ingrédients sont parfaitement incorporés, verser la préparation dans un grand bol à mélanger. Laver et essuyer le bol et le fouet.

Poser le fouet. Transférer les blancs d'œuf dans le bol du batteur. Battre pendant 1 minute environ en passant graduellement à la vitesse 12. Ajouter le reste du sucre (½ t. [125 ml]) tout en continuant à battre à la vitesse 12 pendant 2½ à 3 minutes jusqu'à ce que les blancs forment des pics mous.

Les blancs d'œuf montés en neige doivent être incorporés à la préparation de chocolat, en quatre fois. Prélever une bonne cuillerée de blancs d'œufs, l'ajouter à la préparation et mélanger parfaitement à l'aide d'une grande spatule en caoutchouc. Répéter deux autres fois, en pliant délicatement seulement jusqu'à ce que les blancs soient incorporés.

Tamiser les ingrédients réservés et les plier délicatement dans la pâte. Pour terminer, plier délicatement le reste des blancs d'œuf dans la pâte.

Verser le mélange dans le moule préparé et enfourner pour environ 30 minutes. Le gâteau est cuit lorsqu'il est gonflé, mais encore mou au toucher.

Laisser refroidir légèrement avant de renverser sur une assiette de service et démouler. Saupoudrer le dessus de sucre à glacer tamisé. Servir immédiatement.

*Valeur nutritive par portion (basée sur 16 portions) :*

Calories 94 (34 % provenant des lipides) • glucides 13 g  
 • protéines 3 g • lipides 4 g • lipides saturés 2 g  
 • cholestérol 74 mg • sodium 44 mg • calcium 11 mg  
 • fibres 0 g

## Gâteau chiffon aux agrumes

*Les gâteaux chiffons sont faits avec de l'huile au lieu de beurre ou de shortening; ce qui leur procure une texture légère et moelleuse. Avec des particules d'agrumes frais, celui-ci est bon seul ou accompagné de tranches de fruit frais.*

**Donne 16 à 20 portions.**

- 2 t. (500 ml) de farine tout usage non blanchie**
- 1½ t. (375 ml) de sucre granulé, divisé**
- 1 c. à soupe (15 ml) de poudre à pâte**
- ¼ c. à thé (1 ml) de sel cascher**
- 7 gros œufs**
- ½ t. (125 ml) d'huile végétale**
- ¾ t. (175 ml) de jus d'orange frais**
- 1 c. à thé (5 ml) de jus de citron frais**
- 1½ c. à thé (7 ml) d'extrait de vanille pur**
- 1 c. à soupe (15 ml) de zeste de citron, finement haché**
- 1 c. à soupe (15 ml) de zeste d'orange, finement haché**
- sucre à glacer pour saupoudrer ou glace orange et abricot**

Préchauffer le four à 325 °F (160 °C). Il faudra un moule pour gâteau des anges ou un moule cheminée de 10 po (25 cm) (de préférence d'une seule pièce), non graissé.

Dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup>, mettre la farine, 1 t. (250 ml) du sucre, la poudre à pâte et le sel. Poser le fouet à fil. Battre à la vitesse 2 pour tamiser les ingrédients.

Séparer les œufs. Mettre les blancs dans un grand bol à mélanger propre et les jaunes dans une grande tasse à mesurer avec bec verseur.

Ajouter l'huile, le jus de citron, la vanille et les zestes dans la tasse contenant les jaunes d'œuf. Ajouter cette préparation aux ingrédients secs en battant à la vitesse 4. Battre pendant 1 minute environ. Racler les parois et le fond du bol et battre à la vitesse 4 jusqu'à consistance lisse. Verser la préparation dans un autre bol. Laver et essuyer parfaitement le bol et le fouet.

Poser le fouet. Verser les blancs dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup>. Battre en passant graduellement à la vitesse 12. Après environ 1 minute, lorsque les blancs sont

mousseux, ajouter graduellement le reste du sucre et battre pendant environ 3 minutes, jusqu'à ce que la préparation soit épaisse et opaque.

À l'aide d'une grande spatule en caoutchouc, incorporer à la pâte 1 t. (250 ml) des blancs d'œuf montés en neige, puis plier délicatement le reste des blancs d'œuf, en trois fois.

Transférer délicatement la pâte dans le moule préparé et enfourner pour 60 minutes. Le gâteau est cuit quand une sonde à gâteau piquée au centre en ressort propre. Renverser le moule sur une grille et laisser le gâteau refroidir parfaitement dans le moule. Cela prendra 2½ à 3 heures.

Passer une fine lame de couteau tout autour du moule et de la cheminée, puis démouler le gâteau sur la grille. Saupoudrer de sucre à glacer avant de servir. Arroser d'un filet de glace orange et abricot.

*Valeur nutritive par portion (basée sur 18 portions) :*

Calories 194 (37 % provenant des lipides) • glucides 27 g  
• protéines 3 g • lipides 10 g • lipides saturés 1 g  
• cholestérol 83 mg • sodium 298 mg • calcium 93 mg  
• fibres 0 g

**REMARQUE :** Ce gâteau peut être préparé d'avance et conservé non glacé. Il suffit de l'envelopper dans une pellicule plastique pour le conserver pendant deux jours à température ambiante ou quatre jours au réfrigérateur. (On peut également envelopper le gâteau d'une double épaisseur de pellicule plastique et le congeler. Il faudra le faire décongeler avant de le servir.)

## Pavlova

*Un dessert élégant, qui en met plein la vue.*

**Donne 12 portions.**

**Meringue :**

**4** gros blancs d'œuf  
**1** pincée de crème de tartre  
**1** pincée de sel cascher  
**1** t. (250 ml) de sucre granulé  
**2** c. à thé (10 ml) d'amidon de maïs, tamisé  
**1** c. à thé (5 ml) de vinaigre blanc  
**¼** c. à thé (1 ml) d'extrait de vanille pur  
**½** c. à thé (2 ml) de zeste d'agrumes râpé

**Garniture :**

**½** recette de crème fouettée  
**3** t. (750 ml) de petits fruits  
**¼** t. (60 ml) de sucre granulé

Préchauffer le four à 350 °F (180 °C), grille au milieu. Chemiser une plaque à pâtisserie de papier sulfurisé. (Si la plaque a un rebord, l'utiliser à l'envers; cela facilitera le transfert de la meringue, une fois cuite.)

Préparer la meringue. Mettre les blancs d'œuf, la crème de tartre et le sel dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup>. Poser le fouet à fil. En démarrant à la vitesse 1 et en passant graduellement à la vitesse 10, battre jusqu'à la formation de pics mous. Tout en continuant à battre, ajouter graduellement le sucre granulé. Passer à la vitesse 12 et battre pendant 8 minutes environ, jusqu'à la formation de pics fermes. Ajouter le reste des ingrédients de la meringue et mélanger délicatement.

Transférer la meringue sur la plaque à pâtisserie préparée. Former en un disque de 8 po (20 cm) et, à l'aide d'une spatule ou d'un couteau, ramener les bords vers le milieu (du bas de la meringue au haut) pour créer des bords lisses sur le pourtour et de petites pointes sur le dessus.

Enfouner et réduire immédiatement la température à 200 °F (96 °C).

Cuire pendant 1½ heure, jusqu'à ce que les bords et le dessus soient secs; la couleur sera encore très pâle. À l'expiration du délai, éteindre le four et y laisser la meringue jusqu'à ce qu'elle soit parfaitement refroidie.

Pendant que la meringue refroidit, préparer les petits fruits. Dans un bol de petite ou moyenne taille, mélanger les fruits et le sucre. Laisser macérer (reposer) jusqu'à ce que le meringue soit parfaitement refroidie. Juste avant d'assembler la pavlova, fouetter la crème jusqu'à la formation de pics mi-mous.

Assembler la pavlova. Transférer la meringue cuite sur un plat de service. Garnir de crème fouettée puis, à l'aide d'une cuillère fendue, garnir des fruits. Verser le jus des fruits en un filet autour du plat si on le désire.

Servir immédiatement.

Valeur nutritive d'une portion :

Calories 142 (93 % provenant des lipides) • glucides 2 g  
• protéines 0 g • lipides 13 g • lipides saturés 9 g  
• cholestérol 53 mg • sodium 0 mg • calcium 0 mg  
• fibres 0 g

## Crème au beurre française

Le glaçage classique! La bonne température est le secret d'un glaçage onctueux. Un thermomètre à bonbon ou à friture aidera à éliminer l'incertitude.

Donne 4 tasses (1 L)

- 1¾ t. (430 ml) de sucre granulé
- 5 c. à soupe (75 ml) d'eau
- 7 gros jaunes d'œuf
- ¾ t. (175 ml ou 3 bâtonnets) de beurre non salé, froid, en dés de ½ po (1,25 cm)
- ¾ c. à thé (4 ml) d'extrait de vanille pur
- ½ c. à thé (2 ml) de sel cascher

Mettre le sucre et l'eau dans une petite casserole et faire chauffer à feu moyen jusqu'à ce que le sucre soit fondu et que la préparation atteigne une température de 235 °F (112 °C).

Mettre les jaunes d'œuf dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du fouet en fil; battre à la vitesse 8, en augmentant graduellement la vitesse à partir de zéro, jusqu'à consistance épaisse et onctueuse, soit pendant 3 minutes environ. Racler le fond et les parois du bol, puis passer graduellement à la vitesse 12 et continuer à battre jusqu'à ce que la préparation soit jaune pâle, soit pendant 5 minutes.

Réduire la vitesse à 6 et verser lentement la préparation du sucre pendant que le batteur tourne. Une fois toute la préparation ajoutée, racler le fond et les parois du bol et passer progressivement à la vitesse 12, jusqu'à ce que le bol soit parfaitement froid, soit sur 10 minutes environ.

Lorsque le bol est froid, réduire la vitesse à 7 et ajouter le beurre très lentement, un dé à la fois. Lorsque la moitié du beurre a été ajouté, augmenter progressivement la vitesse à 10 en incorporer le reste du beurre.

Lorsque tout le beurre a été ajouté, ajouter la vanille et le sel; battre jusqu'à ce que parfaitement incorporé.

**CONSEIL :** Si la crème semble caillée, battre à la vitesse 12 jusqu'à ce qu'elle soit lisse. Cela se produit lorsque le beurre est trop mou ou trop chaud.

Valeur nutritive d'une portion  
de 2 cuillères à soupe (30 ml) :

Calories 130 (64 % provenant des lipides)  
• glucides 11 g • protéines 1 g • lipides 9 g • gras saturés 6 g • cholestérol 63 mg • sodium 35 mg • calcium 5 mg  
• fibres 0 g

## Crème au beurre suisse

La crème au beurre suisse, une version plus stable et plus « tolérante » que sa cousine française, peut être utilisée dès qu'elle est faite. On peut s'en servir pour recouvrir un gâteau ou pour dresser des décorations à la douille.

Donne environ 6 tasses (1,5 L)

- 8 gros blancs d'œuf
- 1¾ t. (425 ml) de sucre granulé
- ½ c. à thé (2 ml) de sel cascher
- 2½ t. (625 ml ou 5 bâtonnets) de beurre non salé, en dés de ½ po (1,25 cm), à température ambiante
- 1 c. à soupe (15 ml) de jus de citron frais
- 1 c. à thé (5 ml) d'extrait de vanille pur

Mettre les blancs d'œuf, le sucre et le sel dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup>. Placer le bol au-dessus d'une casserole d'eau frémissante et fouetter les blancs jusqu'à ce qu'ils soient chauds et que le sucre soit dissout; le liquide devrait atteindre la température de 140 °F (60 °C). Mettre le bol sur la base du batteur. Poser le fouet en fil.

Fouetter les blancs d'œuf à la vitesse 10, pendant 15 minutes environ, jusqu'à ce qu'ils aient refroidi. Réduire la vitesse à 3 et ajouter le beurre graduellement, en dés, en battant bien après chaque addition. Racler le fond et les parois du bol au besoin.

Lorsque tout le beurre a été incorporé, ajouter la vanille et le jus de citron; battre pendant 1 minute environ, jusqu'à ce que parfaitement incorporé. Passer à la vitesse 8 et battre pendant 2 à 3 minutes jusqu'à ce que la préparation soit lisse et soyeuse.

Utiliser immédiatement ou conserver au réfrigérateur jusqu'à 10 jours.

**CONSEIL :** Si la crème semble caillée, battre à la vitesse 12 jusqu'à ce qu'elle soit lisse.

Cela se produit lorsque le beurre est trop mou ou trop chaud.

Valeur nutritive d'une portion  
de 2 cuillères à soupe (30 ml) :

Calories 115 (72 % provenant des lipides) • glucides 7 g  
• protéines 1 g • lipides 9 g • gras saturés 7 g  
• cholestérol 25 mg • sodium 9 mg • calcium 0 mg  
• fibres 0 g

## Glaçage au chocolat

Un grand classique – léger et mousseux.

Donne environ 3 tasses (750 ml)

- 4 t. (1000 ml) de sucre à glacer, tamisé
- 4 oz (114g) de chocolat non sucré, fondu et refroidi
- 2 oz (56 g) de chocolat mi-sucré, fondu et refroidi
- 8 c. à soupe (120 ml ou 1 bâtonnet) de beurre non salé, en dés de ½ po (1,25 cm), à température ambiante
- 2 c. à thé (10 ml) d'extrait de vanille pur
- ¼ c. à thé (1 ml) de sel cascher
- 10 à 12 c. à soupe (150 à 180 ml) de lait ou de crème

Mettre tous les ingrédients, sauf le lait ou la crème, dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du fouet en fil; battre à la vitesse 2 pendant 2 minutes. Ajouter 8 c. à soupe (120 ml) de lait. Augmenter à la vitesse 5 et battre pendant 4 minutes environ, jusqu'à consistance lisse et mousseuse. Racler le fond et les parois du bol au besoin. Ajouter le reste du lait, cuillérée par cuillérée, jusqu'à l'obtention d'une consistance « tartinable ».

Valeur nutritive d'une portion  
de 2 cuillères à soupe (30 ml) :

Calories 158 (39 % provenant des lipides)  
• glucides 24 g • protéines 1 g • lipides 7 g  
• gras saturés 5 g • cholestérol 12 mg • sodium 30 mg  
• calcium 21 mg • fibres 1 g

## Glaçage au fromage à la crème

Un glaçage classique qui convient à une grande variété de gâteaux, mais qui est particulièrement bon avec le gâteau aux carottes ou au chocolat.

Donne 4 tasses (1 L)

- 5½ t. (1375 ml) de sucre à glacer

- ¼ c. à thé (1 ml) de sel cascher
- 2 paquets de 8 oz (225 g) de fromage à la crème, à température ambiante
- 8 c. à soupe (120 ml ou 1 bâtonnet) de beurre non salé, en dés de 1 po (2,5 cm), à température ambiante
- 2 c. à thé (10 ml) d'extrait de vanille pur

Tamiser le sucre dans un petit bol; réserver.

Mettre le fromage à la crème dans le bol du batteur sur socle Cuisinart<sup>MD</sup> muni du batteur plat; battre à la vitesse 4 pendant 1½ à 2 minutes, jusqu'à consistance lisse. Ajouter le beurre et battre jusqu'à consistance lisse, en arrêtant pour racler le fond et les parois du bol au besoin. Réduire la vitesse à 2 et, pendant que le batteur tourne, ajouter le sucre à glacer tamisé graduellement et battre pendant 2 minutes environ jusqu'à ce que parfaitement mélangé. Racler le fond et les parois du bol. Ajouter la vanille et battre à la vitesse 5 jusqu'à ce qu'elle soit incorporée.

Faire prendre au réfrigérateur pendant au moins 30 minutes.

Valeur nutritive d'une portion  
de 2 cuillères à soupe (30 ml) :

Calories 157 (43 % provenant des lipides)  
• glucides 21 g • protéines 1 g • lipides 8 g  
• gras saturés 5 g • cholestérol 23 mg • sodium 46 mg  
• calcium 14 mg • fibres 0 g

## Glaçage à la vanille sans produits laitiers

Ce glaçage convient très bien à nos petits gâteaux dorés sans gluten (page 36).

Donne environ 2 tasses (500 ml)

- 1 t. (250 ml) de shortening végétal non hydrogéné
- 2 t. (500 ml) de sucre à glacer, tamisé
- 1 c. à soupe (15 ml) d'extrait de vanille pur
- ¼ c. à thé (1 ml) de sel cascher

Mettre le shortening dans le bol du batteur sur socle Cuisinart<sup>MD</sup> muni du fouet en fil; battre à la vitesse 2 et passer graduellement à la vitesse 5, sur 30 secondes environ, jusqu'à consistance lisse et onctueuse. Racler le fond et les parois du bol. Faire tourner le batteur à la vitesse 2 et en ajoutant le sucre, passer graduellement à la vitesse 5. Racler le fond et les parois du bol. Ajouter la vanille et le sel. Battre en augmentant



graduellement la vitesse à 10, sur 30 secondes, jusqu'à consistance lisse et mousseuse.

*Valeur nutritive d'une portion  
de 2 cuillères à soupe (30 ml) :*

*Calories 182 (61 % provenant des lipides)*

- glucides 19 g • protéines 0 g • lipides 13 g
- gras saturés 6 g • cholestérol 0 mg • sodium 33 mg
- calcium 36 mg • fibres 0 g

## Glace royale

*Cette glace est excellente pour décorer  
des biscuits au sucre ou des gâteaux.*

*Vous pouvez l'aromatiser ou la colorer, au goût.*

**Donne 1½ tasse (375 ml)**

- 4 t. (1000 ml) de sucre à glacer, tamisé**
- 1 gros blanc d'œuf, légèrement battu**
- 2 c. à soupe (30 ml) de lait entier**
- 1 c. à thé (5 ml) de jus de citron frais**

Mettre le sucre dans le bol du batteur sur socle Cuisinart<sup>MD</sup> muni du fouet en fil et ajouter graduellement le blanc d'œuf en battant à la vitesse 3 pendant environ 1 minute jusqu'à ce qu'il soit incorporé.

Pendant que le batteur tourne, ajouter le lait et le jus de citron; battre jusqu'à ce que incorporés. Racler le fond et les parois du bol.

Remettre à battre pendant 2 minutes environ jusqu'à la formation de pics mous. Utiliser immédiatement ou couvrir le bol d'un linge humide pour éviter que la glace durcisse. Si l'on souhaite ajouter du colorant ou un aromatisant, le faire au même moment que le lait et le jus de citron.

*Valeur nutritive d'une portion  
de 2 cuillères à soupe (30 ml) :*

*Calories 163 (1 % provenant des lipides) • glucides 40 g*

- protéines 0 g • lipides 0 g • gras saturés 0 g
- cholestérol 0 mg • sodium 6 mg • calcium 3 mg
- fibres 0 g

## Ganache au chocolat

*Une façon très chocolatée de glacer ou  
de fourrer vos gâteaux préférés.*

**Donne environ 1 tasse (250 ml)**

- 6 oz (170 g) de chocolat  
(amer ou mi-sucré), haché**
- ¾ t. (180 ml) de crème épaisse**

- 3 c. à soupe (45 ml) de beurre non salé,  
en dés de 1 po (2,5 cm)**

Mettre le chocolat haché dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du fouet à fil.

Mettre la crème épaisse dans une petite casserole et chauffer seulement jusqu'à ébullition douce. Verser la crème chaude sur le chocolat. Laisser refroidir pendant 1 minute.

Battre à la vitesse 4 pendant 2 minutes environ, jusqu'à consistance lisse. Ajouter le beurre, un dé à la fois, et fouetter jusqu'à ce que la préparation soit lustrée.

Pour utiliser la ganache comme glace, l'employer immédiatement. Pour l'utiliser comme fourrage, laisser reposer pour qu'elle durcisse un peu. Les restants peuvent être conservés au réfrigérateur jusqu'à ce qu'ils soient pris, puis prélevés à la cuillère et façonnés en truffes.

*Valeur nutritive d'une portion  
de 2 cuillères à soupe (30 ml) :*

*Calories 221 (79 % provenant des lipides)*

- glucides 11 g • protéines 2 g • lipides 21 g
- gras saturés 13 g • cholestérol 42 mg • sodium 8 mg
- calcium 15 mg • fibres 2 g

## Mousse au chocolat vite faite

*Fouetter de la crème se fait sans aucun effort  
avec le batteur sur socle Cuisinart<sup>MD</sup>.*

*De plus, vous pouvez y plier le chocolat à  
la vitesse 1 sans crainte de battre à l'excès.*

**Donne 5 tasses (1,125 L)**

- 6 oz (170 g) de chocolat amer, de bonne  
qualité, grossièrement haché**
- 1¾ t. (425 ml) de crème épaisse, divisé**
- 1 c. à soupe (15 ml) d'extrait de vanille pur**
- 2 c. à soupe (30 ml) de brandy ou  
de liqueur (comme Frangelico<sup>MD</sup>,  
Amaretto, Grand Marnier<sup>MD</sup>) (facultatif)**

Dans un bain-marie rempli d'eau frémissante, faire fondre le chocolat avec 2 c. à soupe (30 ml) de crème épaisse, en remuant jusqu'à consistance lisse. Retirer du feu et laisser refroidir jusqu'à ce que tiède. Incorporer la vanille et le brandy ou la liqueur.

Verser le reste de la crème dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du fouet en fil. En commençant à la vitesse 1 et en passant graduellement à la vitesse 12, sur environ 1½ minute, fouetter jusqu'à la formation de pics mous.

Verser environ le quart de la crème fouettée dans la préparation de chocolat fondue et refroidie. Plier le reste de la crème fouettée dedans.

Couvrir et réfrigérer pendant 30 minutes.

\* Transférer dans des bols à dessert à la cuillère ou à la douille. Si on le désire, garnir de chocolat en copeaux fins ou hachés finement et d'une noisette de crème fouettée.

\* Pour faire une tarte au chocolat, verser la mousse directement dans une croûte à tarte refroidie (comme proposé dans la recette à la page 33).

*Valeur nutritive d'une portion de ½ tasse (125 ml) :*

- Calories 240 (78 % provenant des lipides)
- glucides 10 g • protéines 1 g • lipides 21 g
- gras saturés 13 g • cholestérol 56 mg • sodium 0 mg
- calcium 0 mg • fibres 1 g

## Crème fouettée

*Il est vraiment facile de trop fouetter la crème! Quand la crème commence à épaissir, vérifiez fréquemment la consistance en relevant la tête du batteur et en examinant la crème à la recherche de pics moyens.*

**Donne environ 4 tasses (1 L).**

- 2 t. (500 ml) de crème épaisse**
- ½ t. (125 ml) de sucre à glacer, tamisé**
- 1 c. à thé (5 ml) d'extrait de vanille pur**
- 1 pincée de sel cascher**

Verser la crème dans le bol du batteur Cuisinart<sup>MD</sup> muni du fouet en fil. Fouetter pendant environ 40 secondes, jusqu'à épaississement, en commençant à la vitesse 1 et en passant graduellement à la vitesse 12. Ajouter le sucre à glacer et la vanille, en évitant de trop fouetter. Arrêter de battre à la formation de pics moyens. Le tout devrait prendre environ 1 minute.

- Valeur nutritive d'une portion de 2 c. à soupe (30 ml) :*
- Calories 106 (93 % provenant des lipides) • glucides 1 g
  - protéines 0 g • lipides 10 g • lipides saturés 7 g
  - cholestérol 40 mg • sodium 0 mg • calcium 0 mg
  - fibres 0 g

## Glace orange et abricot

**Donne ½ tasse (125 ml).**

- ½ t. (125 ml) de confiture d'abricot**
- 2 c. à soupe (30 ml) de Grand Marnier**
- 1 c. à thé (5 ml) de jus de citron frais**

Fouetter les ingrédients ensemble jusqu'à ce que parfaitement combinés. Cette glace peut être utilisée telle quelle ou passée dans une passoire pour être parfaitement lisse.

- Valeur nutritive d'une portion de 1½ c. à thé (6,5 ml) :*
- Calories 28 (1 % provenant des lipides) • glucides 7 g
  - protéines 0 g • lipides 0 g • gras saturés 0 g
  - cholestérol 0 mg • sodium 4 mg • calcium 2 mg
  - fibres 0 g

# GARANTIE

## GARANTIE LIMITÉE

### DE 3 ANS

Nous garantissons que le présent produit Cuisinart sera exempt de vice de matière ou de fabrication, dans le cadre d'un usage domestique normal, pendant une période de 3 ans à partir de la date d'achat originale. La garantie couvre seulement les vices de fabrication, tels que les défauts mécaniques et électriques. Elle ne couvre pas les dommages causés par un usage abusif, des réparations ou des modifications non autorisées, le vol, le mauvais usage, ni les dommages causés par le transport ou des conditions environnementales. Les appareils dont le numéro d'identification a été retiré ou modifié ne seront pas couverts.

La garantie n'est pas offerte aux détaillants ni aux acheteurs ou propriétaires commerciaux. Si l'appareil Cuisinart devait s'avérer défectueux pendant la période de garantie, nous le réparerons ou le remplacerons, au besoin. Aux fins de la garantie, afin de faciliter la vérification de la date d'achat originale, veuillez enregistrer votre produit en ligne à [www.cuisinart.ca](http://www.cuisinart.ca) et conservez votre reçu

de caisse original pendant toute la durée de la période de la garantie limitée. La garantie ne couvre pas les dommages causés par des accidents, un usage inapproprié ou abusif, ou une surchauffe. Elle ne s'applique pas aux rayures, aux taches, aux altérations de couleur ou aux autres dommages aux surfaces internes ou externes qui ne compromettent pas le fonctionnement du produit. Elle exclut aussi expressément tous les dommages accessoires ou conséquents.

Ce produit Cuisinart a été fabriqué selon les caractéristiques les plus rigoureuses et il a été conçu pour être branché seulement à une prise de 120 V et être utilisé avec des accessoires ou des pièces de rechange autorisés. La garantie exclut expressément toute défectuosité ou tout dommage résultant de l'utilisation avec des convertisseurs, des accessoires ou des pièces de rechange ou encore de travaux de réparation non autorisés par Cuisinart.

En cas de défectuosité de l'appareil au cours de la période de garantie, ne le retournez pas au magasin où vous l'avez acheté, mais communiquez avec notre Centre de service à la clientèle aux coordonnées suivantes :

Numéro sans frais :

1-800-472-7606

Adresse :

Cuisinart Canada  
100 Conair Parkway  
Woodbridge, ON L4H 0L2

Adresse électronique :

[consumer\\_Canada@conair.com](mailto:consumer_Canada@conair.com)

**Modèle:**

**SM-65C Série**

Afin d'assurer la rapidité et l'exactitude de votre retour de produit, veuillez inclure ce qui suit :

- 10,00 \$ pour les frais d'expédition et de manutention du produit (chèque ou mandat postal)
  - Adresse de retour et numéro de téléphone
  - Description du défaut du produit
  - Code de date du produit\*/copie de la preuve d'achat original
  - Toute autre information pertinente au retour du produit
- \* Le code de date paraît sous la forme SSAA (semaine et année). Par exemple, 2420 désigne la 24<sup>e</sup> semaine de l'année 2020.

**Remarque :** Pour une meilleure protection, nous vous recommandons de faire appel à un service de livraison traçable et assuré.

Cuisinart n'est pas responsable des dommages causés pendant le transport ni pour les envois qui ne lui parviennent pas. Pour commander des pièces de remplacement ou des accessoires, contactez notre Centre de service à la clientèle, au 1-800-472-7606.

Pour plus d'information, veuillez visiter notre site Internet au **[www.cuisinart.ca](http://www.cuisinart.ca)**

# Cuisinart<sup>MD</sup>



Robots  
culinaires



Centrifugeuses



Cafetières



Batteries  
de cuisine



Outils et  
gadgets

Cuisinart<sup>MD</sup> offre une vaste gamme de produits de grande qualité qui facilitent la vie dans la cuisine comme jamais auparavant. Essayez nos autres appareils de comptoir et nos ustensiles de cuisson et savourez la bonne vie.

**[www.cuisinart.ca](http://www.cuisinart.ca)**

©2020 Cuisinart Canada

100 Conair Parkway,  
Woodbridge, ON L4H 0L2

Courriel centre au consommateur :  
Consumer\_Canada@Conair.com

Imprimé en Chine

20CC074732

IB-16951-CAN