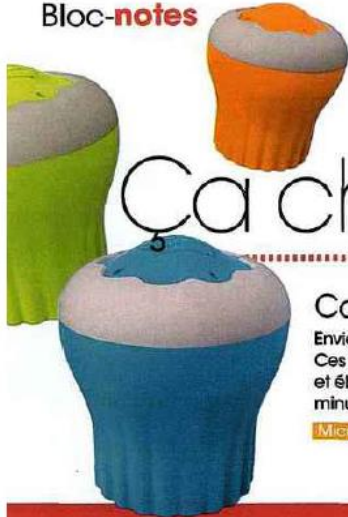


Bloc-notes



# Ça change la vie!

## Cake minute

Envie d'un gâteau express, rien que pour vous? Ces moules individuels, en résine de polypropylène et élastomère, permettent de réaliser en moins d'une minute de succulents gâteaux au micro-ondes.

Microcake®, 4,90 €, Jean Dubost, Jeandubost.com

Mode, déco, high-tech, cuisine, enfants, maison... Picorez sans modération notre sélection du mois.

Par Isabelle Louet

## LACETS MAGIQUES

Composés de silicone ultrarésistant et élastique, ces lacets s'adaptent à toutes les largeurs de chaussures sans compresser le pied. Ils s'étirent à volonté et reviennent à leur longueur initiale en un clin d'œil.

Lacets Arc-en-ciel, 12,95 € le pack de 14, Shoeps.fr



## Ça tient debout!

C'est flexible, ça se fixe sur les picots des machines à laver la vaisselle



et ça empêche les verres à pied de tomber ou de s'entrechoquer. C'est tout simple, mais il fallait y penser. Stabilisateurs de verre à pied « Tether », 12,99 € les 4, Quirky, Fr.quirky.com

## Ça pousse

Vous n'avez plus aucune excuse pour ne pas avoir la main verte! Taux d'hygrométrie, d'engrais, température ambiante... Plantez le capteur Parrot Flower Power dans le pot de votre plante, il enregistre les données indispensables à sa croissance. Pour vous permettre de réagir vite, ces infos vous sont transmises illico sur votre smartphone (appli à télécharger sur l'App Store). Le Flower Power connaît au moins 6 000 plantes et peut même vous donner des conseils d'entretien! Flower Power, 49 €, Parrot.com



## REPASSEZ, C'EST PLIÉ

À vous les piles de vêtements harmonieuses et les placards bien rangés! Cette housse de planche à repasser intègre un astucieux guide de pliage. Vêtements de grande ou petite taille, linge de maison, il y a des traits de guidage pour tous les types de linge. Housse de repassage, 150 x 55 cm, cordon de serrage, ChriPcy, 29,90 €, Chripcy.com



Photos: Agence Souly - D.R.

## Régal

Mai/Juin 2014

# LE COOK AND SHOP

Votre rendez-vous malin pour  
bien acheter et mieux consommer.  
À vos Caddies, c'est parti !



## TESTÉ PAR LA RÉDAC

### Bon mix

Un mini-blender-mixeur au format très pratique. Une fois qu'on a apprivoisé le jeu de mécano qui consiste à visser-dévisser les blocs-lames pour les adapter au bon bol, on est prêt à mixer-blender tout ce qui nous passe sous la main. Pour les pique-niques et les repas de bébé, on peut même mixer directement smoothies ou purées dans une gourde nomade.

MINI-BLENDER DE PHILIPS. 45 €, AVEC MINI-HACHOIR ET FILTRE ANTI-PÉPINS : 55 €.



### On fond pour la crème de calisson

Demain, on tartine provençal... avec cette crème de calissons follement gourmande qui contient 60 % de calissons mixés. Une texture onctueuse, de beaux arômes d'amande naturelle et une pointe acidulée de melon et d'orange confite. La rédaction a adoré.

DÉLICE À TARTINER CRÈME DE CALISSON, TERRE D'OC, 7,95 € CHEZ NATURE & DÉCOUVERTES.



### L'Inde prête à cuisiner



Beena Paradin s'est déjà fait un nom dans la cuisine (épices avec Olivier Roellinger, plats sous l'étiquette Costes). Avec Beendhi, elle lance sa marque de préparations prêtes à cuisiner. Des riz parfumés, des dals de lentilles, des farines... Parfait pour un voyage prêt à l'emploi, rapide et 100 % bio.

BEENDHI. DE 4,50 À 5,80 €, EN MAGASINS BIO, GRANDE ÉPICERIE DE PARIS, BEENDHI.COM.

### Micro-ondes, maxi pratique



Un moelleux au chocolat, une pâte à tartiner ou un crumble pêche-abricot en 2 minutes chrono ? Facile avec ces moules à gâteaux multicolores en élastomère-résine de polypropylène. On n'y fera pas

le dessert du dimanche en famille, mais pour un petit plaisir solo, on a essayé, c'est parfait.

MICROCAKE JEAN **[UBOST]** 4,90 € EN MAGASINS SPÉCIALISÉS ET SUR INTERNET.





# L'épicurien

## Printemps 2014

ACTUS  
NEWS

# ACTUS EN BREF !

POUR UN NUMÉRO COLORÉ,

L'ACTU N'EST PAS TOUJOURS ROSE

MAIS THE SHOW MUST GO ON

## LA CUISINE S'AMUSE



La couleur s'invite dans vos cuisines grâce à Jean **Dubost** coutelier professionnel. Des couverts verts, bleus, rouges ou des couteaux parmesans aux couleurs de l'Italie : votre nourriture n'aura pas la même saveur. On connaissait les couteaux en acier inox et en céramique, désormais on les trouve aussi en bois ! Les manches sont en bambou naturel, le presse-citron ou encore la pelle à tarte, entièrement en bois d'olivier. Les beaux jours débarquent et la plancha Appolia va égayer vos barbecues. Cet ustensile de cuisine n'est plus seulement pratique, il est aussi esthétiquement attirant. Et les desserts alors ? Le microcake se joint également à la fête. Avec ces moules disponible en six coloris, vos douceurs seront prêtes en une minute seulement. Les plats à cake, aux couleurs acidulées, mettront en valeur les mets salés ou sucrés, pour 29 €.

## BRIGITTE BRUNOT S'EN EST ALLÉE

C'est avec tristesse que nous avons appris la disparition récente de notre ancienne collaboratrice, Brigitte Brunot, qui avait participé aux premiers numéros de ce magazine, notamment en charge des bonnes tables parisiennes, un exercice qui convenait parfaitement à cette épicurienne de la première heure qui venait juste de présenter la dernière édition de la Kermesse aux poissons de l'Isoule sur Mer. A sa famille, ses proches, ses amis, l'Epicurien adresse ses plus sincères condoléances.



## MONTE CARLO ROLEX MASTER DE TENNIS

UNE ASSEMBLÉE D'ÉPICURIENS

Aimer le tennis n'est pas obligatoire pendant cette semaine sportive sur les hauteurs de Monaco, mais un plus. Premier grand rendez-vous médiatique et tennistique du printemps, en attendant le mythique Grand Prix de l'11, tous les sponsors qui font déjà l'actu dans nos colonnes sont présents dans le vaste village quiorne les gradins. Rolex, bien entendu : il convient d'être à l'heure sur les courts, Lanson, partenaire de toujours de notre magazine : on doit fêter le printemps, Lenôtre : on ne saurait se priver d'un bon repas tout en regardant Nadal s'exprimer, Ott : les Côtes de Provence ont une belle signature Mercedes : il faut bien venir dans la voiture adéquate, façonnable : la tenue compte aussi, la Société des Bains de mer, ici sur ses terres, tout comme Tacchini et Dunlop : il y a aussi du tennis ! Et vous n'oublierez en aucune manière la Fondation Princesse Charlene de Monaco qui s'appuie entre autre sur « la pratique du sport comme vecteur d'éducation et de construction de l'enfant », représentée par une femme de cœur qui connaît parfaitement ces valeurs.

Du 12 au 20 Avril 2014 au Monte Carlo Country Club  
Tel. : (+377) 97 98 7000 [www.montecarlo Rolexmaster.mc](http://www.montecarlo Rolexmaster.mc)  
[www.fondationprincesscharlene.mc](http://www.fondationprincesscharlene.mc)



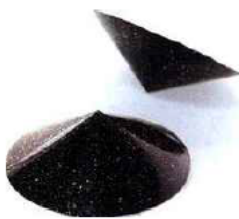
## « MA COLLECTION, MARCHANDE DE SAVEURS » UNE ÉPICERIE QUI A DU STYLE



L'épicerie « Ma Collection, Marchande de Saveurs » a ouvert ses portes il y a quelques mois à Saint-Germain des Prés. Le succès est vite venu pour Valérie Bloch, la propriétaire, styliste de profession, qui a voulu créer un concept autour de ses trois passions : la gastronomie, la décoration et la mode. Son but ? Travailler l'alimentaire comme du prêt-à-porter. « J'avais envie que l'on sorte les aliments de leurs placards, je voulais avoir des produits aussi beaux que bons » confie-t-elle. La créatrice travaille avec de petits artisans qu'elle désire faire connaître. Les confitures « Les Jardins de Marie », ou encore les terrines de pâte Telme, issus de ces artisans peu connus, deviennent les produits vedettes de la boutique. Elle propose aussi des événements et des produits adaptés aux saisons. Noël, St-Valentin, Pâques... Toutes les occasions sont bonnes pour organiser des soirées dégustations.

33 rue Mazarine, 75006 Paris. Tél. : 01 46 34 76 82.  
Ouvert de 10h à 20h30 du lundi au vendredi, de 10h30 à 21h30 le samedi et de 12h à 18h le dimanche.

## LE CHOCOLAT DANS TOUS SES ÉTATS



Au départ, les dômes en chocolat de la collection Cache-Cache naissent d'une plaisanterie entre Adèle Sinigre, graphiste, et Mallory Beaulieu, chef de projet à Grandeur et Décadence. Quelques recherches plus tard, l'exclusivité du cache-téton se confirme. L'idée originale, un peu osée, se précise. Matthieu Siegrist, pâtissier chocolatier pour SM Chocolate & Pastry, complice gastronomique à ses heures perdues, ajoute son savoir-faire. « Nous avons réfléchi à ce qui nous ferait plaisir en tant que consommateurs : un produit beau et gourmand » explique Mallory Beaulieu. Pléiade, Exquise, Aurore... trois noms, trois modèles, trois façons de redécouvrir le chocolat. La chef de projet s'enthousiasme : « La surprise a été de taille pour les fidèles de notre concept. Le succès a de suite été au rendez-vous : sur soixante paires, cinquante-quatre sont parties en une semaine ». 35 € la paire.

33 rue Mazarine, 75006 Paris. Tél. : 01 46 34 76 82.  
Ouvert de 10h à 20h30 du lundi au vendredi, de 10h30 à 21h30 le samedi et de 12h à 18h le dimanche.

## CUISINE ACTUELLE

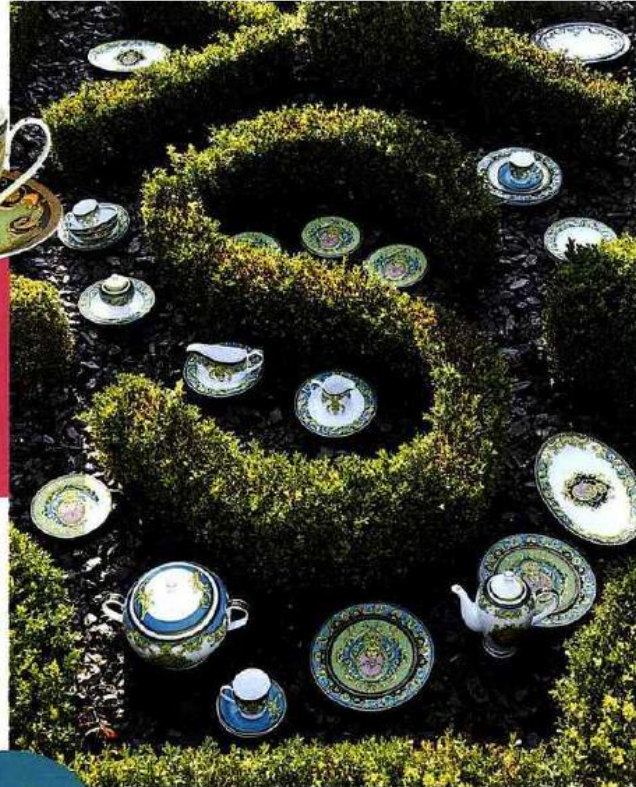
HORS SERIE MAI-JUIN 2014



### AUX PAYS DES MERVEILLES

Avec la nouvelle collection de vaisselle Firenze proposée par les boutiques Du Bout du Monde, c'est à un voyage enchanteur en Italie ou dans le monde merveilleux d'Alice que vous êtes conviés. Une collection en porcelaine fleurie et rafraîchissante, aux motifs raffinés.

Plat ovale à partir de 24 € ; tasse et soucoupe, 21 € ; crémier, 12,50 € ; assiette plate, 26 €.



### CRAQUER SANS CULPABILISER

Voici des chips de soja et de pomme de terre soufflées à haute température, avec seulement une très fine couche d'huile de tournesol. Riches en fibres et en oméga 3, sans gluten et sans cholestérol, elles nous permettent de ne plus devoir choisir entre gourmandise et santé. Too Good, six parfums au choix, à partir de 1,75 € le sachet de 85 g, en grandes surfaces.



### Maman Je T'AM

Ces fleurs en glace lui disent un "je t'aime" plein de parfums : elle va fondre de plaisir ! Roseline, bouquet de glaces vanille, framboise et coulis de fraises, pour 4 à 6 personnes, 30 €, dans les boutiques Amorino. Et pour accompagner le dessert, offrez ce champagne rosé dédié à toutes les mamans. Cuvée Femme de Champagne, Duval-Leroy, 145 €, cavistes.

# QUOI DE

Faites le plein d'idées originales pour vous



## Dessert express

Ces petits champignons aux couleurs pop sont des moules en résine de polypropylène pour cuire les desserts en 2 min au micro-ondes. Top, non ?

Microcake, de Jean Dubost, 4,90 € l'unité, dans les boutiques spécialisées en accessoires de cuisine.



## MESSAGE GOURMAND

Petit mot d'amour ou grande déclaration, ces sablés trop mignons vous les murmurent avant de se laisser dévorer !

Biscuit-message à la vanille et éclats de fleur de sel, à partir d'1 € la pièce, sur le site Chez Bogato.

# NEUF ?

simplifier la vie de tous les jours.



## ESCAPADES PRINTANIÈRES

Une virée à la campagne ? Emportez ce panier appelé "PetNic", en résine thermoplastique avec un couvercle en deux parties détachables. Vous y transporterez au choix votre petit chien ou vos sandwiches ! 60 €, Alessi. Prenez aussi une gourde pour vous hydrater : 0,75 l, 6 coloris, sans toxines et 100 % recyclable, 16 €, Sig Viva. Et pour les courses, un joli sac à roulettes à l'imprimé fleuri. 46 €, collection Flower Power, Incidence.



## BELLE À CROQUER

Rouge à lèvres ? Bien plus ! Ce bâton de chocolat se décline en douze couleurs et parfums : chocolat noir, au lait, blanc, ou aux arômes de fruits, d'épices et de thé. Une idée très glamour du chocolatier lyonnais Sébastien Bouillet. À partir de 6,60 € le bâton, à la boutique et sur le site Internet.

## Maison & Jardin actuels

Mai / Juin 2014

# C... D'ACTU

### Les arômes 100 % naturels pour cuisines créatives

Crazy'O lance 6 nouveaux arômes culinaires 100 % naturels.

Truffe, cèpe, basilic, fumé, spécial wok et herbes de Provence-pointe d'ail.

En un clin d'œil, ils aromatisent les sauces, potages, gratins, marinades,...

Crazy'O, c'est une gamme de 18 arômes 100 % naturels et made in France très simples d'utilisation. Crazy'O aromatise l'eau, les apéritifs et cocktails, les boissons chaudes, les desserts et la cuisine. Sans sucre, sans édulcorant ni additifs chimiques.

Dosage facile : 1 pschitt pour 10 cL (boissons, sauces, cocktails,...) ou par portion (omelettes, gratins, desserts, pâtes à gâteaux...)

[www.crazy-o.fr](http://www.crazy-o.fr)



### Le Dauphin – 3 générations de passionnés de plantes

Made in La Drôme Provençale

Depuis 1953, Le Dauphin, tisanier, crée, assemble, fabrique et conditionne des infusions et tisanes biologiques en Drôme Provençale. Le Dauphin a su conserver au fil des générations son savoir-faire et lier des partenariats avec les producteurs locaux, les syndicats de la profession, les offices de tourisme de Drôme provençale, la Maison des plantes (institut des plantes aromatiques et médicinales de Buis), ce qui accentue l'identité régionale des produits.

Spécialisé depuis plus de 60 ans dans les tisanes, Le Dauphin propose une large gamme de plantes et mélanges pour infusions biologiques composée de :

15 références « bien-être » en boîtes de 20 infusettes;

6 Infusions des Sens : de savoureuses préparations

9 Infusions des Baronies : des alchimies originales labélisées Bio-Solidaire

[www.tisane-ledauphin.fr](http://www.tisane-ledauphin.fr)



### Microcake®

Jean Dubost vous présente le Microcake®, le premier moule pour cuire les desserts au micro-ondes !

Le Microcake® révolutionne la cuisson des gâteaux de manière simple en un temps record ! Réaliser des gâteaux-minute grâce à un ustensile unique, pratique et ludique. Il ne nécessite que quelques ingrédients, chocolat, farine, fruits,... et hop au micro-ondes. Laissez libre cours à la créativité, la gourmandise et créer une infinité de recettes possibles.

Disponible en 6 coloris – 4,90 €

[www.jeandubost.com](http://www.jeandubost.com)



The Happy Factory présente : IKI

Le premier objet de la boutique a l'apparence d'un moine tibétain au sourire communicatif : IKI.

• C'est quoi IKI ? •

Si ses formes et ses couleurs généreuses suscitent une irrésistible envie de l'adopter, son nom ne vous évoque peut-être rien. Pourtant, Iki n'est pas seulement un objet mais un adjectif fréquemment utilisé dans les médias dans son Japon natal. The Happy

Factory s'est inspiré de ce terme nippon pour en redéfinir une signification occidentale et crée un objet qui la matérialise....



« Iki : notion d'esthétique japonaise assez complexe définissant une « sophistication naturelle ... Dans le Japon moderne, le terme iki reste couramment employé dans les conversations ou les médias. Ce terme, dans sa notion occidentale peut se rapprocher de cool ou classe dont il se distingue toutefois. »

Disponible à la vente depuis le 10 avril 2014

[www-the-happy-factory.com](http://www-the-happy-factory.com)



# Marché Gourmand

15 mars 2014

## Tous vos desserts préférés prêts en quelques minutes !

Jean Dubost - Pradel, plus connu pour ses couteaux professionnels, vous propose cette année, un produit innovant qui devrait plaire à tous les gourmands.

Le **MICROCAKE** est un moule original et très pratique. Il vous permet de préparer bon nombre de desserts en quelques minutes. Un vrai **dessert gourmand** et délicieux à préparer **rapidement** au **micro-ondes**.



Cet accessoire culinaire **100% Français** ne s'utilise qu'au micro-ondes et vous permet de préparer une **multitude de recettes** à la maison. Pour n'en citer que quelques une, vous pourrez préparer pommes au four, fondant au chocolat, tarte tatin, pâte à tartiner, fondue au chocolat ou encore poires au vin.

Un ustensile de cuisine **ludique** et **coloré** pour des recettes individuelles mais toujours gourmandes et pour toutes les envies minute de petits et grands gourmands.

Seul bémol ? Toujours avoir sucre, beurre, oeufs et farine à la maison, pour dire aurevoir aux tracas des desserts improvisés. Réalisez de vrais desserts en quelques minutes seulement et en toute simplicité. Son utilisation est un jeu d'enfants et son nettoyage est d'une praticité extrême !

Une idée originale à emporter partout avec vous, à s'offrir et à offrir.



### Plus d'informations

PVC : 4,90 €, disponible en 6 coloris

Site internet : [Jean Dubost - Pradel](#)

Rédigé à 13:33 dans [Accessoires](#), [Desserts et Gourmandises](#), [Gourmandises](#), [Idées cadeaux](#), [Micro-ondes](#) | [Lien permanent](#)

Télé Star & *ma cuisine*Une **région, un plat**  
BRETAGNE

## Palourdes farcies

Pour 4 personnes

Préparation: 20 min - Cuisson: 15 min - Facile - Cher

INGRÉDIENTS: • 2 douzaines de palourdes • 4 gousses d'ail  
• 1 échalote • 1 bouquet de persil plat • 200 g de beurre demi-sel  
• De la chapelure • Sel et poivre du moulin.

- Pelez et hachez l'ail et l'échalote finement. Puis ciselez le persil.

- Mélangez le beurre ramolli avec l'ail, l'échalote et le persil. Salez et poivrez. Réservez l'ensemble au réfrigérateur.

- Lavez les palourdes en les brossant sous l'eau froide. Placez-les dans une marmite d'eau bouillante, puis sur feu vif pour qu'elles s'ouvrent.

- Égouttez-les, retirez une moitié de chaque coquille et disposez les palourdes dans deux plats allant au four.

- Garnissez chaque coquille d'un peu de beurre à l'ail, d'échalote et de persil et saupoudrez de chapelure.

- Passez les plats sous le grill 4 min et servez dès que le beurre commence à grésiller.

Recette tirée de Bretagne - Pur beurre, éd. Solar.

Recette **express**

## Tiramisu cacao Ricoré

Pour 8 personnes

Préparation: 15 min -

Réfrigération: 6 h - Facile - Pas cher

INGRÉDIENTS: • 2 œufs • 4 c. à soupe de sucre en poudre • 250 g de mascarpone • 3 c. à soupe de Ricoré • 300 ml de lait demi-écrémé  
• 1 c. à soupe de cognac • 30 boudoirs • 1 c. à soupe de poudre Nestlé Dessert 100 % Cacao.

- Séparez les blancs des jaunes d'œufs.
- Mélangez les jaunes, 3 c. à soupe de sucre et le mascarpone. Montez les blancs en neige et incorporez-les à la préparation.
- Délayez la Ricoré et le lait dans un plat allongé. Ajoutez la dernière cuillerée à soupe de sucre et le cognac. Mélangez bien.



- Imbibez 15 boudoirs dans le lait à la Ricoré et tapissez le fond d'un autre plat.
- Recouvrez-les avec la moitié de la mousse de mascarpone. Répétez l'opération avec le reste des boudoirs et de la mousse. Placez au réfrigérateur pendant 6 h.
- Saupoudrez de poudre de cacao avant de servir.

ON A CRAQUE

pour

le Microcake

En résine de polypropylène et élastomère, ce petit moule permet de réaliser des desserts express. Placez-y les ingrédients et passez-le au micro-ondes. Deux minutes suffisent pour des desserts individuels.

Microcake,  
Jean Dubost

4,90 € (existe en 6 coloris).

www.

jeandubost.com





MAXI

28 avril-4 Mai 2014

bruits de casserole



**Zeste de saveur**

Un chocolat noir onctueux, associé à la fraîcheur acidulée de la pulpe et du zeste de citron vert. Un équilibre plein de pep. *Lindt Excellence, Zeste de citron vert, 1,79 €.*



**Total look !**

Trois moules en silicone déclinés en trois tailles (compatibles four, micro-ondes, lave-vaisselle...), une base-plateau, un livre de recettes, des postiches pour le décor... Tout pour réussir une belle pièce montée ! *Kit surprise cake, Lékué, 29,90 € (lekué.fr).*



**Toujours plus**

Pour encore plus de gourmandises, ces légères, chocolat, vanille ou cappuccino, cachent un cœur gourmand. Laissez-vous surprendre ! *Cœur de légères, Mamie Nova, 1,49 € (2 x 120 g).*



**Nomade**

Savourez 250 g de douceur avec ces yaourts à boire préparés à partir de lait frais demi-écrémé et aux arômes naturels de vanille, fraise, abricot ou mangue-passion. *Yaourt à boire, Malo, 1,21 €.*



**Complètement toqué**

■ Une irrésistible envie de sucre ? Mélangez vos ingrédients dans ces moules individuels en polypropylène et en quelques secondes au micro-ondes, dégustez tatin, crumble, fondant... *Microcake (6 coloris), Jean Dubost, 4,90 € (jeandubost.com).*

**En plein cœur**

Pour finir en douceur, dégustez un fondant au chocolat, prêt en 15 s au micro-ondes. Plongez votre cuillère dedans et découvrez un cœur coulant au chocolat noir, spéculoos, praliné, framboise ou caramel. *Cœur fondant, Senoble, 2,29 ou 2,49 € (les deux).*



**Fans de miel**

Voilà des producteurs tellement fiers de leur produit qu'ils affichent leur photo sur leur pot de miel. Une saveur délicate pour celui des Charentes ou plus corsée pour celui de Provence, on n'y résiste pas. *Miels de nos régions, en exclusivité chez Monoprix, 4,90 € (250 g).*



**Irrésistible**

Voici quatre tablettes qui revisitent les mendiants avec délectation : du chocolat noir ou au lait, incrusté de fruits secs (raisins, cranberries, amandes, noisettes). *Les recettes de l'Atelier, Nestlé, 3,20 € (195 g).*

Nathalie Bezou



**Des recettes à découvrir !**  
En vente actuellement



**cuisine  
futée**



C'est meilleur fait maison !

**LA CRÈME FOUETTÉE**

Bien meilleure qu'en bombe, la crème fouettée (appelée chantilly si elle est sucrée) est plus facile à monter qu'on le croit. Utilisez de la crème liquide entière et fouettez-la dans un récipient bien froid (préalablement placé 15 min au congélateur). Une fois qu'elle a pris une consistance ferme, ajoutez du sucre, de la vanille, du chocolat en poudre, du sirop ou des zestes. En version salée, commencez par laisser infuser des herbes ou du lard fumé dans la crème tiédie, placez-la 12 h au frais, filtrez et fouettez... Ça change tout !

**C'est nouveau, je l'utilise comment ?**

**Une soupe complète avec des nouilles**

C'est tout simple : versez de l'eau bouillante dans ce bol de nouilles aromatisées. Ou bien, comme un chef, ajoutez un peu plus d'eau qu'indiqué, plus 1 blanc de poulet en dés poêlés 5 min. Saupoudrez de coriandre fraîche, d'oignon nouveau émincé, et arrosez de sauce soja, vous obtenez une délicieuse soupe asiatique. Suzy Wan, 1,59 €, en GMS.



**Que faire avec...**

**...DES FÈVES FRAÎCHES ?**

Leur gousse ferme et renflée cache un rang de perles vertes à consommer dare-dare. Une fois écosées, plongez-les 3 min dans de l'eau bouillante salée, rafraîchissez-les puis pélez-les. Sur du pain de campagne tartiné de fromage frais et arrosé d'huile d'olive, elles font un en-cas à tomber.

**L'idée fraîche**

**Le moule minute**

On dirait un jouet d'enfant, mais avec ce moule spécial micro-ondes, ce sont les grands qui vont s'amuser à cuire leurs desserts : dés de fruits,

éclats de chocolat, caramel... En 2 min, vous voilà devant une pâte à tartiner maison, une tatin bien chaude, ou un moelleux à croquer. Microcake®, 4,90 €, www.jeandubost.com.



**Plan B**

**BLANC ET JAUNE D'ŒUF SE MÉLANGENT**

Si vous manquez d'adresse pour séparer le blanc du jaune, cassez l'œuf dans un saladier, puis équipez-vous d'une petite bouteille d'eau en plastique vide. Pressez-la légèrement, posez le goulot sur le jaune, relâchez, il sera aspiré. Il ne vous reste plus qu'à le transvaser dans le bol de votre choix.

**Vitez fait bien fait**

**Houmous à la betterave**

6 PERSONNES PRÊT EN 10 MIN

• 200 g de pois chiches • 200 g de betterave cuite • 1 cuil. à s. de jus de citron • 1 gousse d'ail • 30 g de purée de sésame (tahini) • 2 pincées de cumin • sel, poivre

Dans le bol du mixeur, versez les pois chiches rincés et égouttés, l'ail pelé et dégermé et la betterave pelée et coupée en morceaux. Mixez par impulsions courtes pour réduire ce mélange en une purée fine. Réservez au frais 2 h. Servez frais avec des crackers ou du pain frotté d'ail.



**C'EST BON!** De la couleur et des saveurs pour ces préparations indiennes parfaitement dosées en épices. Idéal avec un curry ou du poisson, ce riz à la noix de coco offre un équilibre parfumé entre la douceur du fruit et les notes typées des épices. L'accompagnement de choix pour mettre un plat en valeur sans l'écraser. Beendhi, 5,80 € les 500 g, en vente sur www.beendhi.com.



Par Catherine Lamontagne - SUBJAN - GETTY IMAGES/REXUS/PHOTODISC/REXUS



12 mai 2014

### Des gâteaux-minute avec le Microcake



Réaliser une tarte tatin minute, un crumble figues miel ou encore une pâte à tartiner maison... devient un jeu d'enfant grâce au Microcake signé Jean Dubost. Pratique et ludique, ce moule permet de cuire des gâteaux au micro-ondes en deux minutes chrono. Quelques ingrédients, chocolat, farine, fruits..., et hop au micro-ondes : le Microcake révolutionne la cuisson des gâteaux de manière simple et en un temps record. Microcake (six coloris en résine de polypropylène -

élastomère), Jean Dubost, env. 5€. Site Internet : [www.jeandubost.com](http://www.jeandubost.com)