

MODE D'EMPLOI FICHE :

Les ingrédients sont listés dans l'ordre d'utilisation.

cu à S = cuillère à Soupe
cu à C = cuillère à Café
poids net = produit épluché,...

respecter scrupuleusement l'ordre chronologique dans chaque énoncé.

Cuisiner & Pâtisser à la Maison !



HISTOIRE DE CE LOGO
texte et coloriage réalisés par :
Ethan (9 ans)
dessin réalisé par :
Laurent (un jeune volatile)

*S'occuper à la Maison
en
Cuisinant et Pâtissant
pour les Grands
et les Petits.*

www.pomweb.fr\CuisinerEtPatisserALaMaison.html

Sauce Vierge d'Automne.

Pour 4 personnes

(tous les Produits sont préalablement lavés avant utilisation bien sûr)

Ingrédients

50 g net de Panais
50 g net de Carotte
50 g net d'Oignon jaune
25 g Amandes hachées
1/4 L huile d'Olive assaisonnement
40 g huile de Pépins de Raisins
4 cu à C Vinaigre Balsamique
Sel et Poivre

C'est parti !

- 1/ suer à l'huile d'Olive Panais + Carotte + Oignon jaune taillés en dés de 1/2 cm x 1/2 cm + Amandes hachées + Sel et Poivre.
- 2/ une fois les légumes cuits, encore croquants, ajouter hors du feu l'huile de Pépins de Raisins pour stopper la cuisson, puis ajouter le vinaigre Balsamique.
- 3/ rectifier l'assaisonnement et servir la sauce tiède.

Cette sauce Vierge d'Automne peut être utilisée pour une Viande ou un Poisson ou un Légume.