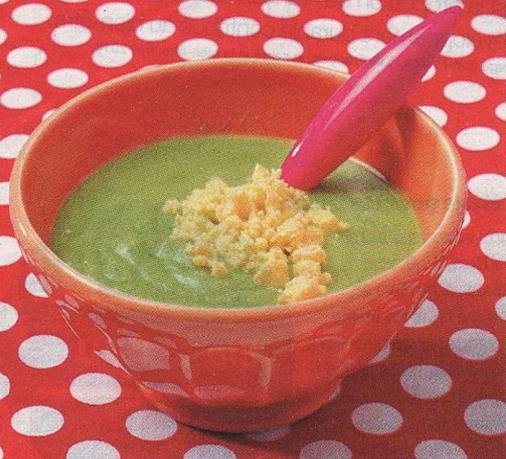


Dès 6 mois



## Velouté de petits pois mimosa

**Ingrédients :** 50 g de petits pois • 1 brin d'estragon • 60 ml de lait de suite • 1 demi-jaune d'œuf dur.

**Réalisation :** faites cuire les petits pois dans de l'eau bouillante salée pendant 20 min. Egouttez-les, puis mixez-les en ajoutant le lait et l'estragon • Remettez à chauffer tout doucement pendant 5 min. Servez avec le demi-jaune d'œuf écrasé à la fourchette.

## Brioche surprise

**Ingrédients :** 1 brioche • 1 œuf • 50 g de jambon blanc • 1 c. à café de crème fraîche • 1 c. à café de gruyère râpé • ciboulette • sel • poivre.

**Réalisation :** préchauffez le four à 150 °C (th. 5). Otez le chapeau de la brioche et creusez l'intérieur. Mettez-y la moitié de la crème, le jambon coupé en lanières, de la ciboulette ciselée et l'œuf. Versez le reste de crème par-dessus. Salez et poivrez • Saupoudrez de gruyère, puis enfournez pour 15 min en couvrant avec un morceau de papier aluminium. • Servez avec le chapeau de la brioche.



Dès 15 mois

Recette maman pressée (20 min)

## Cabillaud minute

**Ingrédients pour 4 personnes :** 4 pavés de cabillaud • 1 tomate • 1 échalote • 1 c. à soupe d'huile d'olive • 1 demi-jus de citron • sel • poivre.

**Réalisation :** placez les pavés dans un plat adapté au micro-ondes. Salez et poivrez • Coupez la tomate en petits dés et hachez finement l'échalote. Mélangez-les avec l'huile d'olive et le demi-jus de citron • Versez sur le poisson et enfournez pour 8 min. Servez avec du riz.





Dès 18 mois

## OÛf nuage

**Ingrédients :** 1 œuf • 1 tranche de pain de campagne  
• 1 c. à soupe de parmesan râpé • poivre • 1 noisette  
de beurre.

**Réalisation :** faites chauffer le gril du four. Beurrez  
un côté de la tranche de pain. Cassez l'œuf et séparez  
le blanc du jaune • Montez le blanc en neige, ajoutez  
le parmesan. Etalez le blanc sur la tartine beurrée en  
creusant un trou au centre. Placez 2 min sous le gril,  
puis versez le jaune dans le creux • Poivrez et replacez  
1 min sous le gril avant de servir.

TISSU (LINNA MORATA) - ADRIAN COROIAN/FOTOLIA.COM





### Quiche fromage, jambon et ciboulette

→200 g de farine →60 g de beurre →150 g de jambon ou de talon de jambon →50 g de gruyère →10 brins de ciboulette →4 œufs →20 cl de crème liquide allégée →sel

Mélangez la farine et le beurre ramolli, salez légèrement et ajoutez un peu d'eau, de façon à obtenir une pâte homogène et non collante. Laissez reposer au frais durant 30 minutes. Râpez le gruyère et hachez grossièrement le jambon. Lavez puis ciselez finement la ciboulette. Battez les œufs en omelette avec la crème et la ciboulette, et salez très peu. Préchauffez votre four à 180 °C (th. 6). Etalez la pâte dans un grand moule à tarte préalablement huilé et piquez le fond avec les dents d'une fourchette. Enfin, parsemez de jambon et de gruyère, versez dessus la crème aux œufs et enfournez. Laissez cuire 30-35 minutes env. Servez cette quiche chaude ou tiède, accompagnée d'une salade.

### Œufs durs vinaigrette à la tapenade d'olive noire

→8 œufs →100 g d'olives noires dénoyautées →2 filets d'anchois à l'huile →1 gousse d'ail →huile d'olive →1 cuil. à soupe de vinaigre de vin blanc →3 cuil. à soupe d'huile de colza →2 feuilles de basilic frais

De préférence la veille, dans un petit robot (à défaut, utilisez un pilon), mixez les olives noires avec la gousse d'ail épluchée et pressée, les filets d'anchois et un gros filet d'huile d'olive, de façon à obtenir une pâte homogène. Mettez les œufs dans une casserole, couvrez d'eau, portez à ébullition et laissez 5 minutes avant d'égoutter et de faire refroidir dans l'eau froide. Lavez, séchez et ciselez finement les feuilles de basilic. Battez ensemble vinaigre et huile de colza, ajoutez une cuillerée à soupe de tapenade (conservez le reste pour un autre usage). Coupez les œufs en deux et assaisonnez chaque moitié d'un filet de vinaigrette à la tapenade. Parsemez d'un peu de basilic.

### Crème anglaise aux fruits frais

→4 œufs extra-frais (7 jours maxi après la ponte) →50 cl de lait entier →1 gousse de vanille bien luisante →50 g de sucre →2 bananes mûres →2 oranges →2 poires fondantes et sucrées →1/2 citron

Dans une casserole, mettez le lait et la gousse de vanille fendue en deux dans la longueur. Portez à petite ébullition. Laissez sur le feu 5 minutes en évitant tout débordement. Battez les jaunes avec le sucre jusqu'à ce que cela blanchisse. Versez le lait bouillant sur les jaunes, battez au fouet manuel, puis reversez le tout dans la casserole. Tout en battant, laissez épaissir la crème jusqu'à ce qu'elle nappe les branches du fouet sans couler. Retirez du feu et passez à travers un chinois ou un tamis fin. Laissez refroidir, puis mettez au frais plusieurs heures. Coupez les bananes en tranches et les poires pelées en morceaux, citronnez. Pelez à vif les oranges et prélevez chaque quartier. Disposez ces fruits dans quatre coupes et achevez de remplir avec la crème anglaise bien froide.