

Moules à dresser et poussoir, acier inox, en duo



Bonjour.

Nous sommes le duo de moules à dresser et poussoir. Grâce à nous, vos accompagnements, entrées et desserts se présentent sous une forme parfaite sur l'assiette.



1 Placer le moule à dresser sur une assiette. Y déposer un quart de la masse.



2 Tasser un peu la masse avec le poussoir, soulever le moule tout en appuyant légèrement sur le poussoir, retirer.

NETTOYAGE

Lave-vaisselle autorisé. Avant la première utilisation, laver à l'eau chaude additionnée de liquide vaisselle. N'utiliser ni détergent puissant, ni poudre à récurer, ni ouate d'acier.

Tartare de bœuf

🕒 20 min

Entrée pour 4 personnes

400 g de bœuf (romsteck)	Couper la viande en petits dés d'env. 5 mm, mettre dans un grand bol. Peler l'échalote et la hacher finement. Égoutter les tomates et les éponger, égoutter les câpres, hacher finement les deux, ajouter avec l'échalote. Ajouter ketchup, moutarde, huile, sambal oelek et paprika, incorporer, saler. Dresser le tartare comme indiqué dans le mode d'emploi.
1 échalote	
4 tomates séchées à l'huile	
2 c. s. de câpres	
1 c. s. de ketchup	
¾ de c. s. de moutarde	
1 c. s. d'huile d'olive	
1 c. c. de sambal oelek	
¼ de c. c. de paprika mi-fort	
½ c. c. de sel	
8 tranches de pain de mie	Toaster les tranches de pain, servir avec le beurre et le tartare.
80 g de beurre	

Suggestion: préparer une double quantité et servir en plat principal.

Servir avec: salade d'endives.

Portion: 482 kcal, lip 29 g, glu 27 g, pro 27 g

Tartare saumon-avocat

🕒 20 min

Entrée pour 4 personnes

1 avocat	Partager l'avocat en deux, prélever la chair et la couper en petits dés avec le saumon, mettre dans un grand bol. Tailler l'oignon fanes en fines rouelles, ajouter avec l'huile, mélanger, saler, poivrer. Dresser le tartare comme indiqué dans le mode d'emploi.
300 g de cœur de filet de saumon (pour sushis)	
1 oignon fanes	
1 c.s. d'huile d'olive ¾ de c. c. de fleur de sel	
un peu de poivre	
1 citron bio	Râper un peu de zeste de citron dans un bol, ajouter 1 c.s. de jus, incorporer le cresson, servir avec le tartare.
20 g de cresson	
8 tranches de pain de mie	Toaster les tranches de pain, servir avec le beurre et le tartare.
80 g de beurre	

Suggestion: préparer une double quantité et servir en plat principal.

Servir avec: salade verte.

Portion: 510 kcal, lip 36 g, glu 24 g, pro 20 g

Riz basmati

🕒 20 min   

Accompagnement pour 4 personnes

250 g de riz basmati 3½ dl d'eau	Rincer le riz dans une passoire sous l'eau courante froide jusqu'à ce qu'elle soit claire, bien égoutter. Porter l'eau à ébullition avec le riz, laisser gonfler env. 15 min à couvert sur la plaque éteinte, sans jamais soulever le couvercle. Démêler les grains à la fourchette, dresser comme indiqué dans le mode d'emploi.
---	---

Servir avec: curry de légumes.

Portion: 221 kcal, lip 0 g, glu 48 g, pro 6 g

Riz aux légumes

🕒 30 min 

Accompagnement pour 4 personnes

100 g de carotte	Peler la carotte et la couper en brunoise, partager le poireau dans la longueur, laver et tailler en fines lanières. Épépiner le piment mi-fort et le couper en rouelles. Bien faire chauffer l'huile dans une casserole, faire sauter les légumes env. 5 min en remuant. Ajouter le riz, verser le bouillon, laisser mijoter env. 20 min à couvert sur feux doux jusqu'à réduction complète du liquide. Dresser le riz aux légumes comme indiqué dans le mode d'emploi.
80 g de poireau	
1 piment mi-fort rouge	
1 c.s. d'huile d'olive	
200 g de riz long (p. ex. parboiled)	
5 dl de bouillon	

Portion: 221 kcal, lip 4 g, glu 42 g, pro 4 g

Tourelles au chocolat

🕒 15 min

Pour 4 pièces

1 fond de biscuit foncé (d'env. 340 g), partagé 2 fois dans l'épaisseur	Découper 4 fois le biscuit à travers toutes les couches à l'emporte-pièce (soit 12 disques ou cœurs).
2 dl de crème entière 3 c.s. de chocolat en poudre	Fouetter la crème en chantilly avec le chocolat en poudre. Placer le moule à dresser sur une assiette. Y déposer un fond de biscuit. Dresser env. 1½ c.s. de chantilly dessus, déposer un deuxième fond de biscuit, dresser à nouveau env. 1½ c.s. de chantilly, couvrir avec un troisième biscuit, démouler. Répéter l'opération.
100 g de framboises 2 c.s. de copeaux de chocolat	Décorer les tourelles avec le reste de la chantilly au chocolat et les framboises. Parsemer de copeaux de chocolat.

Suggestion: utiliser les chutes de biscuit pour préparer des boules au punch.

Pièce: 377 kcal, lip 22 g, glu 38 g, pro 5 g