

FÉVRIER 2018

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam	Dim
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

Ma liste de produits de saison

- endive
- orange
- saumon
- poireau

- sole
- agneau
- canard
- comté

- citron
- chou
- turbot
- pommes

LE PRODUIT DU MOIS

Craquez pour le chocolat !

Croquant ou moelleux, noir ou au lait, en tablettes ou bouchées... Comment ne pas fondre pour le chocolat ? Son goût subtil et son arôme puissant sont un appel à la gourmandise. Rien d'étonnant si le chocolat évoque les moments de fête et de convivialité. De plus, surtout quand il est noir, le chocolat se révèle doté de vertus nutritionnelles. Alors, plaisir... et pas seulement !



LA RECETTE EXPRESS



Fondue au chocolat

Pour 6 personnes

- Un poêlon à fondue + 6 pics
- 500 g de chocolat noir
- 40 cl de crème liquide
- 1 bouchon d'alcool de fruit (poire williams)
- 1 branche d'estragon
- Des fruits, des chamallows, des madeleines
- 1 citron

• Râpez le chocolat dans un saladier. Faites chauffer la crème liquide. A ébullition retirez-la et versez-la sur le chocolat râpé. Remuez jusqu'à obtention d'un mélange homogène et ajoutez le bouchon de poire williams.

• Coupez les fruits en morceaux, arrosez-les de jus de citron et placez-les au frais. 10 mn avant de servir, faites réchauffer la fondue au chocolat dans son poêlon. Sortez les fruits du réfrigérateur et préparez votre plateau avec les chamallows et les madeleines.

ASTUCE

Les petits bonheurs d'hiver

L'hiver est une saison propice à la convivialité. Quelques suggestions :

- Partagez, au retour d'une balade revigorante, un bon vrai chocolat chaud confectionné avec du chocolat à cuire que vous ferez fondre dans du lait.
- Réunissez des amis autour d'une raclette-party.
- Faites griller des châtaignes au feu de bois... Attention, entaillez-les d'un côté pour éviter qu'elles explosent et pour les éplucher plus facilement !