

L'atelier de l'Arbrisseau



Sommaire

Cuisine

<i>Madeleines salées au chorizo</i>	P 4
<i>Mafé</i>	P 6
<i>Pastel à la viande</i>	P 8
<i>Poulet avec du riz aux vermicelles</i>	P 10
<i>Tajine au poisson</i>	P 12
<i>Maki saumon, concombre et avocat</i>	P 14
<i>Crème anglaise</i>	P 16
<i>Brownie</i>	P 17
<i>Millionnaire</i>	P 18
<i>Jus de gingembre</i>	P 19
<i>Tarte aux fraises</i>	P 20

Couture

<i>Pull corail crochet</i>	P 22
<i>Plaid</i>	P 24
<i>Robe en jean & tricot</i>	P 26
<i>Sac en jean recyclé</i>	P 28
<i>Boucles d'oreilles blanches</i>	P 30
<i>Boucles d'oreilles plumes</i>	P 31

Soin

<i>Soin hydratant à base de concombre</i>	P 34
<i>Gommage sel citron</i>	P 34
<i>Masque à la poire</i>	P 35
<i>Masque contre les points noirs</i>	P 35

Cuisine

Madeleines salées au chorizo

Ingrédients :

½ Chorizo
3 oeufs
110g de farine
80g de beurre salé
40g de fromage râpé
½ sachet de levure
Poivre

Préparation :

Préchauffer le four à 210°C.

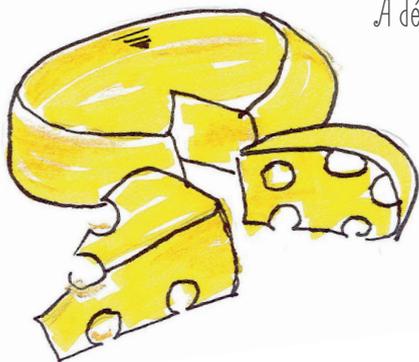
Faire fondre le beurre et laisser refroidir complètement.

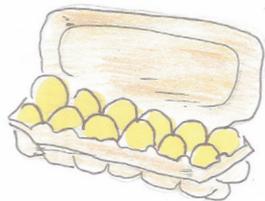
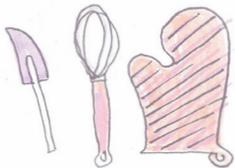
Mélanger la farine avec la levure puis incorporer les oeufs et bien lisser l'appareil.

Ajouter le beurre fondu, le chorizo et le fromage.

Mettre dans les moules à madeleines. Enfourner à 180°C pendant 12 minutes.

A déguster chaud.





Mafé

Ingédients :

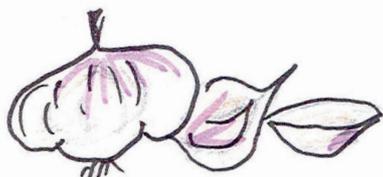
1,5kg de viande hachée
1 boîte de tomates concassées
1 boîte de beurre de cacahuète
10 belles carottes
2 cubes de bouillons
2 oignons
Ciboulette
Basilic
Huile
Ail
Sel et poivre

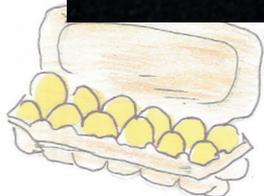
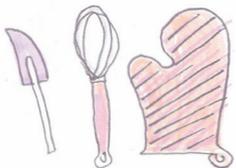
Préparation :

Dans un saladier mélanger la viande hachée avec du sel, du poivre, du basilic, de la ciboulette, de l'ail et la moitié d'un cube de bouillon. Une fois le tout bien mélanger, faire des boulettes.
Dans une poêle, faire chauffer 2 cuillères à soupe d'huile afin de faire dorer les boulettes avant de les réserver.

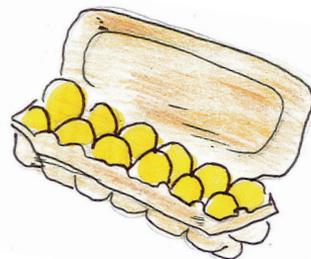
Eplucher et couper les carottes.
Émincer les oignons.
Dans un faitout, faire revenir les oignons et ajouter la boîte de tomates concassées, de la ciboulette, de l'ail, du poivre, le reste des cubes de bouillon et le beurre de cacahuète.
Faire fondre le beurre de cacahuète puis ajouter 1L d'eau et les carottes.
Mettre à cuire sur feu moyen pendant 30 minutes avant d'ajouter les boulettes.

Laisser cuire 15 minutes à feu doux et c'est prêt !





Pastel à la viande



Ingrédients:

500 g de farine

2 oeufs

50 g de beurre

½ sachet de levure chimique

½ c. à café de sel

1 verre de lait

Pour la farce à la viande :

300 g de viande hachée

1 oignon

huile d'olive

sel, poivre

huile pour la friture

Préparation :

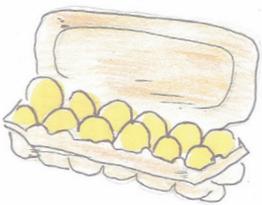
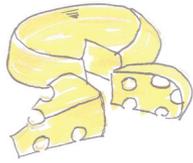
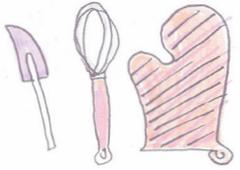
Verser la farine, le sel et la levure dans un grand saladier. Mélanger bien et creuser un puit. Verser au centre le beurre fondu, les oeufs puis progressivement le lait tout en remuant à l'aide d'un fouet. Vous devez obtenir une pâte homogène et légèrement élastique. Former une boule et laisser reposer la pâte 30 minutes à température ambiante.

Préparer la farce. Pour cela, éplucher l'oignon et émincer-le finement. Le faire revenir quelques minutes dans une poêle avec un filet d'huile d'olive. Ajouter la viande hachée, saler et poivrer généreusement. Faire refroidir.

Étaler la pâte à beignets sur votre plan de travail légèrement fariné. Découper des disques à l'aide d'un emporte-pièce. Déposer un peu de farce au centre de chaque disque et refermer délicatement de façon à former un petit chausson. Procéder de la même façon pour tous les beignets.

Faire chauffer l'huile dans votre friteuse ou dans une grande poêle. Plonger les beignets dans l'huile bien chaude. Faire cuire quelques minutes jusqu'à ce que les beignets soient bien dorés. Égoutter et disposer sur du papier absorbant. Déguster tiède.





Poulet avec Riz aux vermicelles



Ingédients pour 12 personnes :

Pour le riz :

2kg de riz basmati

1 oignon et 2 gousses d'ails

½ boîte de tomates concassées

Du vermicelle

Pour l'accompagnement du poulet :

Cuisses de poulet

Oignons, Poivron, Ail, Sel, Ciboulette

Cubes de bouillons

Tomates fraîches

Moutarde

Pour la sauce à l'oignon :

8 gros oignons

2 poivrons

(rouge et vert de préférence)

6 gousses d'ails

4 tomates fraîches

Préparation du poulet :

Commencer par nettoyer et découper les cuisses de poulet.

Laver avec du jus de citron et faire des entailles sur la partie chair.

Assaisonner avec la marinade.

Préparation de la sauce :

Couper les oignons, les poivrons, les tomates et l'ail en lamelles.

Assaisonner avec de la moutarde, du sel, du poivre et de la ciboulette.

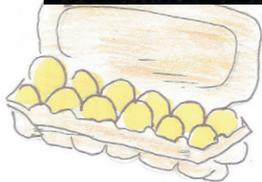
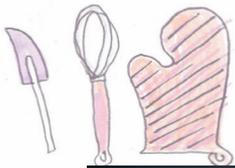
Préparation du riz :

Laver et égouter le riz avant de le réserver.

Dans une poêle, faire dorer les vermicelles. Les mélanger avec du riz dans le saladier.

Dans un grand faitout, faire dorer les oignons coupés en lamelles. Ajouter l'ail, la moitié d'une boîte de tomates pelées, du sel, du poivre. Laisser mijoter 5 minutes. Puis ajouter 50cl d'eau avant de laisser bouillir et ajouter le riz. Couvrir en pensant à remuer de temps en temps pour ne pas que la préparation brûle.

Cuisson à volonté.



Tajine au poisson



Ingédients pour 6 personnes :

1 grand poisson blanc, ou 2 ou
3 petits (dorade, lieu noir, ...)
de l'huile

1 oignon

3 poivrons (un de
chaque couleur)

2 pommes de terre

2 carottes

1 tête d'ail

1 citron

1 patate douce

1 navet

1 tomate

1 conserve de tomates

Aromates :

Ciboulette, Persil, Romarin,

Thym, feuilles de laurier

Épices selon votre goût

Préparation :

Étape 1

Dans un saladier, mettre de l'huile et du jus de citron. Ajouter une partie de l'oignon et l'ail finement hachés, les aromates et les épices. Mettre le poisson et laisser mariner pendant au moins 5 min.

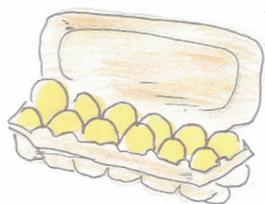
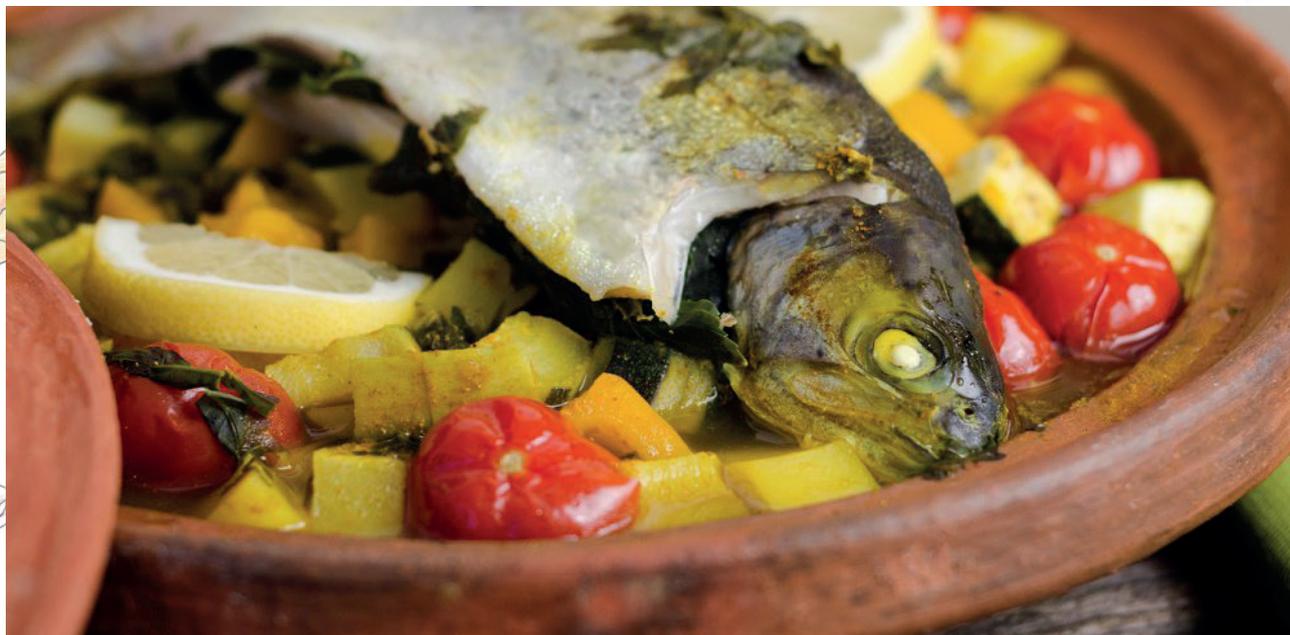
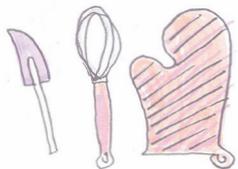
Étape 2

Dans un grand tajine, placer le reste de l'oignon préalablement coupé. Continuer avec les autres légumes en formant des couches successives, ajouter un peu de jus de citron entre chaque couche. Placer le poisson au-dessus et verser la marinade.

Étape 3

Faire cuire à feu doux pendant au moins 1 heure.

Déguster accompagné de pain.



Makis saumon, concombre et avocat



Ingrédients:

4 verres de riz
1 petite tasse de vinaigre de riz
2 cuillères à soupe de sucre
1 cuillère à soupe de sel

Pour la garniture :

1 concombre
2 avocats
200 g de saumon frais ou fumé
feuille de nori
Sésame
Persil haché

Préparation :

Préparer le Riz pour Sushis :

Rincer le riz jusqu'à ce que l'eau de rinçage ne soit plus trouble. Laisser égoutter.

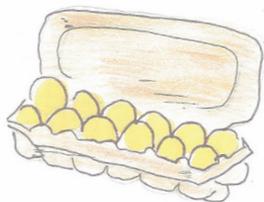
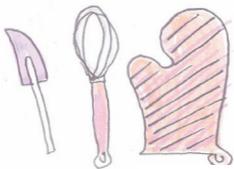
Plonger le riz dans 1,5 fois son volume d'eau. À ébullition donner un coup de spatule et laisser cuire 15 min à feu doux et à couvert.

Laisser refroidir le riz quelques instants, et incorporer le sucre dissous au préalable dans le vinaigre de riz.

Puis, préparer les rouleaux :

Couper en lamelles le saumon, le concombre, les avocats. Étaler une feuille de cellophane sur le plan de travail. Humidifier vos mains (avec du vinaigre de riz par exemple). Poser la feuille d'algue dans le sens de la largeur, et la recouvrir d'une couche de riz. Laisser un ou deux centimètres non recouvert sur la largeur supérieure afin de pouvoir ensuite refermer aisément le rouleau. Placer dans le sens de la largeur une bande de saumon, une de concombre, une d'avocat. Saupoudrer de grains de sésame, et du persil haché.

Enrouler l'algue en vous servant du cellophane. Humidifier la bande laissée libre pour une fermeture plus facile. Placer au frais. Reproduire les mêmes opérations jusqu'à épuisement des ingrédients. Avant de servir, découper les rouleaux en lamelles de 2 à 3 cm.



Crème Anglaise

Ingédients :

50 cl de lait
50 gr de sucre
1 cuillère à soupe de maizena
1 gousse de vanille
4 jaunes d'oeufs

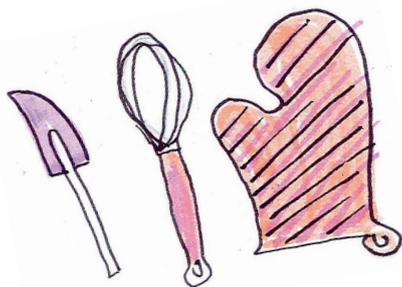
Préparation :

Mettre le lait et la gousse de vanille coupée en deux. Porter à ébullition et laisser infuser 10 minutes.

Mélanger les jaunes avec le sucre, puis incorporer le lait.

Ajouter la maizena et chauffer à feu moyen. Mélanger jusqu'à ce que le mélange s'épaississe.

Laisser au frais le temps de servir.





Brownie

Ingrédients :

50 gr de farine

2 oeufs

100 gr de chocolat noir

100 gr de beurre

100 gr de sucre

Préparation :

Faire fondre le chocolat et le beurre dans la casserole.

Mélanger les oeufs, le sucre et la farine.

Ajouter le chocolat à la préparation, puis mélanger. Mettre le tout dans un plat à gâteau beurré.

Mettre au four 15 à 20 minutes à 200°C.



Pour cette recette, on peut ajouter des morceaux de noix mais également de la crème anglaise comme sur la photo.

Millionnaire

Ingrédients :

Ingrédients pour la pâte :

180 g de farine

½ sachet de levure

50 g de sucre

1 sachet de sucre vanillé

120 g de beurre

Ingrédients pour le caramel :

1 boîte de lait concentré

200 g de chocolat noir

120 g de beurre

100 g de sucre

1 cuillère à soupe de miel

Ingrédients pour le glaçage :

Chocolat noir

Préparation :

Dans un saladier, mélanger le sucre et le beurre. Ajouter la farine, la levure et le sucre vanillé.

Étaler sur un plat à gâteau et enfourner 25 à 30 minutes à 180°C.

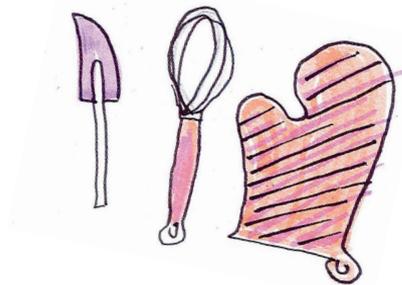
Préparer le caramel.

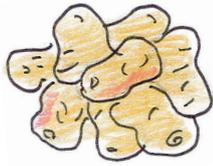
L'ajouter au-dessus de la pâte dans le plat à gâteau.

Pour le glaçage, faire simplement fondre le chocolat.

Ajouter le glaçage au-dessus du caramel et laisser reposer.

Découper, ensuite, en carrés.





Jus de Gingembre

Ingrédients :

2 gros gingembres
2 branches de menthe
3 citrons
sucre vanille
1 tasse de sucre
2 litres de jus de fruit

Préparation :

Mette le gingembre à tremper pour enlever le sable.
Dans un saladier versez le jus de fruit, ajoutez le gingembre pilé.
Ajoutez le sucre et mélangez bien
Coupez les citrons en deux et prélevez le jus au presse agrumes.
Ajoutez les à la préparation ainsi que les moitiés de citron
Terminez par les feuilles de menthe. Mélangez bien.
Laissez au frais au minimum 1 heure et filtrez avant utilisation.

Laissez au frais jusqu'à dégustation



Tarte aux fraises

Ingrédients :

Pâte sablée prête à dérouler

1 kg de farine

3 pour la crème pâtissière

4 oeufs

100 g de cassonade

50 g de Maizéna

50 cl de lait entier

1 cuillère à café

d'arôme de vanille

Préparation :

Beurrer le moule dans lequel vous étalez la pâte sablée puis piquez-la.

Mettre du papier sulfurisé par-dessus puis parsemer de haricots secs.

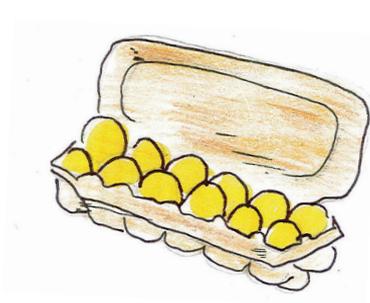
Battre l'oeuf, le sucre et la farine jusqu'à blanchissement de l'appareil.

Faire bouillir le lait avec le sucre vanillé.

Incorporer la préparation dans une casserole, puis remuer jusqu'à ébullition.

Une fois refroidie verser la crème pâtissière directement sur la pâte cuite.

Décorer de fraises coupées.



Couture

Pull corail crochet

* 6 pelotes de 50 g de coton

On commence par faire un noeud magique

On monte avec 3 mailles en l'air (ils sont comptés comme une bride)

Faire 17 brides en tout

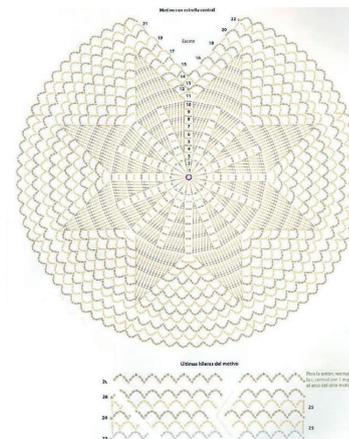
Fermer le rond et monter avec 3 mailles en l'air et une maille de séparation

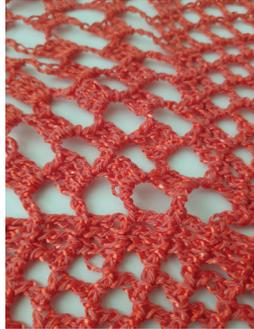
Faire bride dur bride avec une maille de séparation à chaque fois

Fermer le cercle et monter avec trois mailles en l'air et faire bride sur bride avec deux mailles de séparation.

À partir de là c'est une répétition mais rajouter à chaque fois une maille de séparation en plus

Jusqu'à ce que l'on obtient la taille désirée.





Plaid

Tricoter au point mousse des carrés de 10 cm avec des restes de laine

Les assembler au crochet afin de former un couvre lit de 2 m 20 cm sur 2 m 60.





Robe en jean & tricot

Confectionner le haut de la robe au crochet (point Granny) et couper suivant un modèle existant le bas de la robe dans un vieux jean usagé.





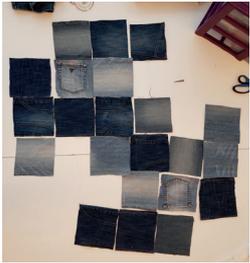
Sac en jean recyclé

Couper 24 carrés de 10 Cm dans un jean usagé. Assemblez-les suivant le dessin ci-dessous.

Dans la toile de coton, couper la doublure aux dimensions du sac en prenant soin d'ajouter 1 cm pour les coutures. Fermer les côtés de la doublure avec une piqûre machine ou à la main.
Placer la doublure et là coudre à l'intérieur du sac.

Coudre les 2 anses sur les pointes du haut du sac.





Boucles d'oreilles blanche

Etape 1:



Etape 2:



Etape 3:



Etape 5:



Etape 6:



Boucles d'oreilles plume

Etape 1:



Etape 2:



Soin

Soin du visage à base de concombre

Idéal pour rehausser un teint ferme et hydrater la peau sèche et sensible :

Eplucher un concombre et écraser-le pour obtenir une purée.

Appliquer cette pâte sur le visage, laisser 15 minutes.

Vous pouvez ajouter 1 cuillère à café de yaourt pour apporter une meilleure hydratation.



Gommage sel et citron

Pour les mains comme le visage, les pieds et le reste du corps :

Mélanger dans un bol 2 cuillères à soupe de sel fin de cuisine, une bonne cuillère à soupe d'huile d'olive (même noisette ou amande douce), Ajouter 1/2 citron,

Masser et rincer à l'eau tiède,



Masque contre les points noirs

Mélanger une cuillère à café de curcuma avec une cuillère à café de miel et une cuillère à café de lait.

Bien mélanger pour obtenir une pâte homogène.

Laisser reposer 15 à 20 minutes puis rincer à l'eau claire.



Masque aux poires

Peler une poire de taille moyenne. Couper-la en quartier puis écrasez-la à la fourchette pour la réduire en purée.

Ajouter une cuillère à soupe d'avoine, une cuillère à soupe de crème fraîche et quelques gouttes d'huile de noisette.

Appliquer et laisser 20 minutes.

Rincer à l'eau claire.

Astuce : en été, vous pouvez remplacer la poire par une pêche.



