



Délicieux
pour les REPAS
& la CUISINE
لذيذ للوجبات
والطبخ

LIVRE DE RECETTES



Clafoutis aux pommes

Ingrédients

- 3 œufs
- 80 g de sucre
- 50 g de farine
- 410 g de lait en poudre VITAHALIB
- 1 ou 2 c. à café d'extrait de vanille
- 600 g de pommes
- Beurre pour le moule
- Sucre pour saupoudrer

Préparation

1. Préchauffer le four à 180° C.
2. Dans un récipient, battre les œufs avec le sucre et l'extrait de vanille.
3. Ajouter la farine et bien mélanger. Incorporer le lait en poudre VITAHALIB petit en petit, sans cesser de mélanger.
4. Beurrer généreusement le moule.
5. Éplucher et épépiner les pommes. Les couper en lamelles et les ajouter au mélange.
6. Verser la préparation dans le moule.
7. Enfourner et cuire environ 40 minutes.
8. À la sortie du four, saupoudrer d'un peu de sucre.





Glace vanille cookie

Ingrédients

- 40 cl de crème entière
- 300 g de lait en poudre VITAHALIB
- 2 c. à café d'extrait de vanille
- 6 - 8 cookies au chocolat

Préparation

1. Préparer la glace à la vanille et de lait en poudre VITAHALIB, sans la congeler.
2. Dans des petits pots, ou dans un récipient, boîte ou moule à cake, alterner les couches de glace à la vanille et les morceaux de cookie.
3. Couvrir et entreposer au congélateur au moins 6 heures.
4. Sortir et laisser à température ambiante 10 à 15 minutes avant de déguster. 5 minutes pour les petits pots.





Glace vanille spéculoos

Ingrédients

- 40 cl de crème entière
- 300 g de lait en poudre VITAHALIB
- 2 c. à café d'extrait de vanille
- 8 - 10 spéculoos
- Caramel Beurre Salé à la fleur de sel de Guérande

Préparation

1. Préparer la glace à la vanille et de lait en poudre VITAHALIB, sans la congeler.
2. Émiettez les spéculoos.
3. Dans des petits pots, ou dans un récipient, boîte ou moule à cake, alterner les couches de glace à la vanille, miettes de spéculoos et Caramel au Beurre Salé.
4. Remuer doucement avec la pointe d'un couteau. Couvrir et entreposer au congélateur au moins 6 heures.
5. Sortir et laisser à température ambiante 10 à 15 minutes avant de déguster. 5 minutes pour les petits pots.





La semoule

Ingrédients

- 1 verre de couscous fin
- $\frac{1}{2}$ verre de lait en poudre VITAHALIB
- $\frac{1}{2}$ verre de sucre en poudre
- $\frac{1}{2}$ verre de raisins secs
- 2 $\frac{1}{2}$ verres d'eau chaude

Préparation

1. Dans un saladier, verser le couscous, le lait en poudre VITAHALIB, le sucre et les raisins secs.
2. Faire chauffer l'eau dans une bouilloire puis verser dans le saladier.
3. Bien mélanger. Couvrir avec une assiette et laisser gonfler 5 minutes.
4. Mettre le saladier directement au réfrigérateur ou répartir dans des verres avant de mettre au frais environ 2 heures.



Mousse au chocolat noir et framboises



Ingrédients

- 100 g de lait en poudre VITAHALIB
- 180 g de chocolat noir
- 1 cuillère à soupe de cacao
- 5 oeufs
- 1/2 barquette de framboises
- 1 pincée de sel

Préparation

1. Séparer les blancs des jaunes d'oeufs.
2. Faire fondre le chocolat au bain-marie.
3. Dans un grand récipient, fouetter les jaunes d'oeufs avec le lait en poudre VITAHALIB qui donnera plus de légèreté à la mousse, puis ajouter le cacao.
4. Dans un saladier, ajouter une pincée de sel dans les blancs d'oeufs puis les monter en neige (la préparation obtenue doit être bien ferme).
5. Avec un fouet, incorporer rapidement dans le grand récipient le chocolat fondu et aussitôt la moitié des blancs d'oeufs.
6. Incorporer délicatement l'autre moitié des blancs d'oeufs à l'aide d'une spatule.
7. Dresser dans des verres et posez une framboise sur la mousse.
8. Mettre les verres au frais au moins une heure avant de déguster.





Panna cotta *Chocolat-Noisettes*

Ingrédients

- 300 gr de lait en poudre VITAHALIB
- 80 gr d'amandes effilées
- 50 gr de sucre semoule
- 400 ml de crème entière
- 2 feuilles de gélatine (4 gr)
- copeaux de chocolat pour déco.

Préparation

- Confectionner un caramel avec le sucre semoule dans une poêle, dès que la couleur brune est uniforme, verser les amandes en une seule fois, remuer délicatement et déposer la préparation dans un plat légèrement huilé au fond. Laisser refroidir.
- Concasser grossièrement les amandes caramélisées au robot et les déposer au fond des verrines (environ un centimètre).
- Ramollir les feuilles de gélatine dans l'eau froide.
- Porter la crème liquide à ébullition dans une casserole, retirer du feu et ajouter les feuilles de gélatine ramollies et égouttées. Remuer et verser le chocolat noisette dans la crème.
- Laisser refroidir 4 à 5 minutes et verser sur les amandes caramélisées. Laisser prendre au frais. Rajouter au moment de servir des copeaux de chocolat sur le dessus des verrines.





Poulet au curry express

Ingrédients

1. 4 blancs de poulet
2. 1 verre d'eau (15 cl)
3. 4 c. à soupe de lait en poudre VITAHALIB
4. $\frac{1}{2}$ c. à soupe de curry (+ ou - selon les goûts)

Préparation

1. Couper les blancs de poulet en morceaux.
2. Faire chauffer une poêle, à feu moyen / vif, avec un peu d'huile.
3. Ajouter les morceaux de poulet et les faire dorer sur toutes les faces. Saler.
4. Ajouter ensuite l'eau, le lait en poudre VITAHALIB et le curry. Bien mélanger.
5. Cuire 5 minutes environ, jusqu'à ce que la sauce ait réduit.
6. Servir immédiatement.





Sauce béchamel inratable

Ingrédients

- o 60 g de lait en poudre VITAHALIB
- o 35 g de beurre
- o 35 g de farine
- o ½ litre d'eau
- o Sel, poivre
- o Noix de muscade râpée

Préparation

1. Mélanger la farine et le lait en poudre VITAHALIB.
2. Faire fondre le beurre dans une casserole, puis ajouter en une seule fois le mélange farine/lait. Mélanger à l'aide d'un fouet puis verser l'eau.
3. Poursuivre la cuisson et porter à ébullition jusqu'à épaississement tout en remuant.
4. Assaisonner de sel, poivre et noix de muscade.



Tarte au flan



Ingrédients

- 2 pâtes feuilletées
- 120 g de sucre
- 4 jaunes d'œuf
- 2 œufs
- 410 g de lait en poudre VITAHALIB
- Le zeste d'un citron
- Beurre pour les moules

Préparation

1. Préchauffer le four à 180° C.
2. Découper des ronds de pâte feuilletée et en garnir les moules à tartelette légèrement beurrés. Piquer le fond.
3. Dans un récipient, battre les œufs, les jaunes d'œuf et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajouter les zestes de citron finement râpés et le lait en poudre VITAHALIB petit à petit.
4. Répartir la préparation dans les moules.
5. Enfourner et cuire 20 à 25 minutes.





Tiramisu aux pommes

Ingrédients

Garniture

- 720 g de pommes
- 200 g de Caramel Beurre Salé VITAHALIB
- 20 g de beurre
- 120 g de spéculoos concassés

Crème mascarpone

- 250 g de mascarpone
- 2 jaunes d'œufs
- 2 blancs d'œufs
- 10 g +10 g de sucre semoule
- 2 cuillères à soupe de cacao en poudre



Préparation

Garniture

- Eplucher les pommes et les couper en quartiers. Les colorer à la poêle avec du beurre et du sucre. Réserver.
- Déposer les spéculoos concassés au fond des verrines. Ajouter les quartiers de pommes refroidis par dessus et la valeur d'une cuillère à soupe de caramel par verrine.

Crème mascarpone

- Batta au fouet les deux jaunes d'œufs avec 10 g de sucre semoule.
- Ajouter la crème mascarpone et fouetter à nouveau.
- Monter les blancs en neige ferme avec les 10 g de sucre dès le départ.
- Rajouter les blancs délicatement dans le mélange au mascarpone.
- Terminer le montage des tiramisus en ajoutant un peu de crème mascarpone sur les pommes. Verser à nouveau un peu de Caramel Beurre Salé VITAHALIB pour donner un bel aspect visuel aux verrines.
- Terminer avec la crème mascarpone restante. Lisser le dessus à l'aide d'une spatule et saupoudrer de cacao en poudre avant de servir.



Verrines de crème pâtissière à la verveine

Ingrédients

- 30 gr de lait en poudre VITAHALIB
- 65 gr de sucre semoule
- 25 gr de fécule de maïs
- 15 gr de verveine séchée
- 1 quart de litre d'eau
- 2 gros œufs entiers
- 250 gr de fraises

Préparation

1. Porter l'eau à ébullition, ajouter la verveine séchée dedans et laisser infuser quelques minutes.
2. Dans un récipient, mélanger tous les ingrédients secs, ajouter les deux œufs et fouetter la préparation. Verser en tamisant l'infusion de verveine sur ce mélange et porter à ébullition. Cuire la crème durant 30 secondes et retirer du feu.
3. Laisser légèrement refroidir et verser dans les verrines, rajouter quelques fraises lavées et coupées en morceaux sur la crème.



**À BIENTOT
POUR DE NOUVELLES
RECETTES...**

DISPONIBLE CHEZ

**MARJANE / ACIMA / CARREFOUR
ATACADAO / ASWAK ASSALAM...**