

qui la fréquentent.
age de la richesse, l'épanouissement de la tribu des trublions et de toutes les personnes
économique, un ensemble de valeurs : la joie de vivre, le par-



Michel &
Augustin
les trublions du goût

Schmilblick II : développer une entreprise équilibrée en préférant à la considération exclusive du profit

le livre^(de)

nos chouettes recettes gourmandes et (encore) secrètes

inclus : la recette de nos
sablés ronds et bons



MARABOUT





Tous droits réservés. Toute reproduction ou utilisation de l'ouvrage sous quelque forme et par quelque moyen électronique, photocopie, enregistrement ou autre que ce soit, est strictement interdite sans l'autorisation de l'éditeur.

© Hachette Livre (Marabout) 2010

Dépôt légal : avril 2010

Imprimé en Espagne par Graficas Estella

ISBN 978-2-501-06413-2

40.5165.2/01

Marabout se préoccupe de l'écologie : nous utilisons des papiers composés de fibres naturelles, renouvelables, recyclables ; notre papier est fabriqué à partir de bois issus de forêts qui adoptent un système d'aménagement durable ; nous attendons de nos fournisseurs de papier qu'ils s'inscrivent dans une démarche de certification environnementale reconnue.

le livre^{de}

nos chouettes recettes gourmandes (et encore) secrètes



Michel et Augustin

photographies de Marie-Pierre Morel

stylisme de Sophie Morel

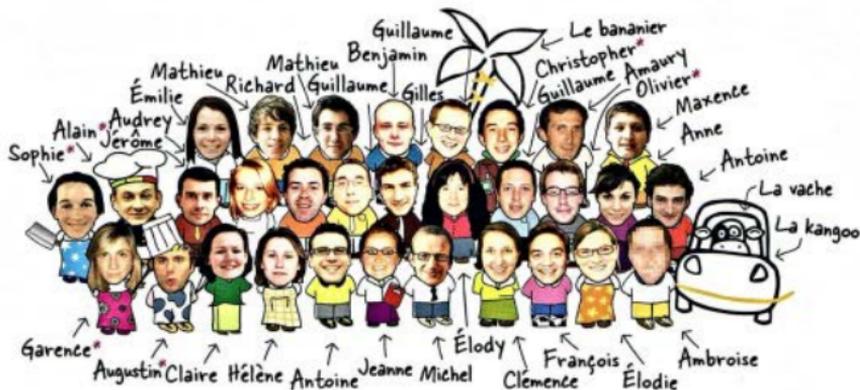
Bonjour !

la tribu des trublions, c'est nous !

Dans notre tribu, nous voyons la vie AVANT TOUT comme une formidable aventure humaine !
Été 03 : 2 trublions s'activaient seuls aux fourneaux. Les 2 bonshommes toqués, c'est nous !
Michel a deux plantes vertes, 1 vélo et plus grand-chose sur la tête ; Augustin a une Kangoo bleue*,
4 sièges bébé et une houpette !

* Vendue.

Et petit à petit, l'oiseau a fait son nid ! Déjà 28 trublions ont rejoint la tribu.



* Ces six-là ont vraiment bossé d'arrache-pied sur ce livre fantastique.
Les autres se sont surtout régautés.

La drôle histoire

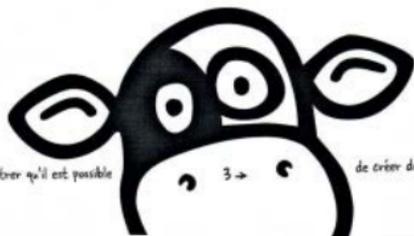
de ce livre à 32 recettes pour concocter des très, TRÈS bons petits plats sucrés ou salés, avec (ou sans) petits sablés est

toute simple. À l'image de l'aventure humaine et gourmande que nous vivons tous ensemble depuis 5 ans. Une affaire de **rencontres**, une envie de partager nos passions, nos valeurs*. Ce livre, nous y pensions. Depuis longtemps déjà. Une idée soufflée par Sophie. Par Garance. Augustin tombe nez à nez avec Alain. Par hasard. Emmanuel vient nous voir. Un déjeuner étoilé chez Alain... Et hop, c'est parti pour ce projet **FOU**. Le livre de nos chouettes recettes gourmandes et (encore) secrètes. Résultat : 32 très, TRÈS **bons petits plats** sucrés ou salés, avec (ou sans) petits sablés. Pas forcément faciles mais pas toujours difficiles. Tous originaux. La tribu plante toujours ses bananes hors des sentiers battus ;)

Attention, à la lecture de ces recettes, ne paniquez pas. Ne criez pas. Pas de quoi chausser vos petites lunettes ! À la Bananeraie, ce qu'on aime bien faire, on le fait bien. Et comme nous sommes un peu différents, le résultat est souvent un peu étonnant.

Michel, Augustin et la tribu des trublions.

* Attention, très important, voir page 3+3=6.



Ravis d'avoir fait
notre rencontre.
Vive la vie.



Michel, Augustin et la tribu des trublions
à la Bananeraie, ce qu'on aime bien faire, on le fait bien. Et comme nous sommes un peu différents, le résultat est souvent un peu étonnant.

de créer des GOURMANDISES SAINES et que les E217

À table !

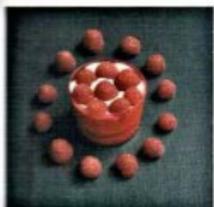
sommairement...

➤ Nous, c'est qui ?	2
➤ Notre rêve	6
➤ Péripétie de la tribu	7
➤ Des petits sablés vonds et bons et SACRÉS, chez vous !	9
➤ Pour contacter des petits sablés salés, c'est par ici !	10

Ma poulette en sucette	12	Barbie fait des yaourts	42
Les poupées russes	14	Princesse crêpe aux petits points	44
Quand les oignons s'en mêlent	16	Pour ma copine Clémentine	46
Attrape-moi cette tomate farceuse	18	Alerte à la Bananeraie : biscottos tout bronzés et tout craquants	48
2 fois plus de pâtes	20	Le chocolat, ce n'est pas de la tarte	50
La tuile de Halloween	22	Muffins pour lapins affamés	52
Une morue dans la tribu	24	Sosies pâtisseries acidulés	54
Pique-nique très chic	26	Enfiler des perles	56
39° de fièvre	28	Le grand Vizir est diplomate	58
Gambas sorties de baignade	30	Soupe pour enfants récalcitrants	60
Apéro bling-bling	32	Micro compote qui croustille	62
Les sardines voient rouge	34	Le bananier est vieux garçon	64
Le véritable poisson pané carré et tout et tout	36	Aller simple pour l'enfance	66
Le croque du Calife	38	La manie du banoffee Merci Morgane :-))	68
Le risotto de Saint-Malo	40	Fraises et citrons essoufflés	70

➤ Joyeux anniversaire n° 2 : Didier a des lunettes. Jean-Pascal s'est rencoiffé dans

l'après-midi. Les dimanches, il accueille au Café Lunettes Rouges des séropositifs et leurs proches. Ce « café », on peut y passer 5 minutes ou 3 heures, bavarder ou non, boire quelque chose.



Notre rêve ?

Faire sourire la planète !

Toute la planète : et surtout ceux qui ne sourient plus ou plus beaucoup. Comment ? En créant, développant, vivant et partageant une aventure humaine, gourmande et sincère au sein d'une entreprise saine et forte. Plus l'aventure sera belle, plus les valeurs qui animent la tribu seront portées :

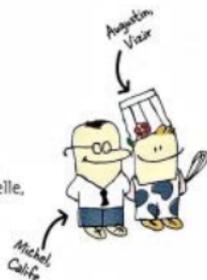
JOIE DE VIVRE / SIMPLICITÉ / SOLIDARITÉ et PARTAGE
ENTREPRENEURIAT / SENS DE L'EFFORT / SPORT

Cette aventure doit nous permettre de nourrir nos petites familles, de partir en vacances, mais notre trip n'est pas de rouler en Porsche ! Vive la Kangoo !

Et avant d'atteindre les étoiles, au quotidien, on tente de ne pas perdre de vue l'étoile du berger :

1/ Soutien actif de l'association Bouée d'Espoir www.boueedespoir.org.

2/ Création et développement de l'association le Bureau d'Ambroise www.lebureaudambroise.com.



Le Bureau d'Ambroise est une initiative TRÈS simple pour aider VRAIMENT les entrepreneurs. Vous êtes ?



Notre aventure : gourmande ET saine, pleine de peps, de projets fous et surtout HUMAINE. Vous (l'abominable croqueur(euse) de petits sablés ronds et bons), le livreur, le commerçant, nous : chacun a son mot à dire pour faire grandir l'aventure.

1/ Un Ambroise, entrepreneur qui commence seul, ou le concept de son micro-appartement ET qui déprime. 2/ Une entreprise, avec un bonno, leur ET nous sans envie d'accueillir un Ambroise pour 3 mois. Rendez-vous sur www.lebureaudambroise.com



Les péripéties de la tribu

1989 : près du radiateur, celui du fond de la **classe** de 4⁵, le calife Michel (le seul de l'école) se retrouve par hasard à côté du vizir Augustin (le seul de l'école).

1993 (Burkina-Faso) et 1997 (Colombie) : 2 tentatives « ratées » en 4 ans de sauvetage de la planète...

2001 : Augustin passe son CAP/BEP **boulangier**.

2003 : après 6 ans, le duo rempile. Michel et Augustin partent battre le pavé parisien à la découverte de ses **263** boulangeries ! Ils dégustent 1 432 baguettes et 432 pains au chocolat.

8 janvier 2005 : LE **PREMIER** client des petits sablés **ronds et bons** ! Vu pour la première et dernière fois entre 18h32 et 18h41 sortant de chez l'épicier Salah.

Mai 2006 : 1 virée à la campagne en Kangoo pour embrasser notre vache... Découverte étonnante : en plus du beurre, notre vache pond du lait ! Retour à Paris. Direction la cuisine, la vache + 1 yaourtière + 47 expériences = **1 vache à boire**... Très vite, on passe de 2 à 7 vaches à boire dans notre pré ! Dernière arrivée dans le troupeau, la fraise.

Été 2008 : une petite virée dans les vergers. Et hop, une envie soudaine de **fruits frais entiers mixés** toute l'année = la poire, la fraise, la framboise et la pomme, la mangue et la passion.

Juillet 2009 : incroyable mais **VRAL** 4 ans ! Après les petits sablés ronds et bons sucrés, il a fallu 4 ans à Augustin pour concocter des recettes salées ! Et hop, 4 nouvelles recettes secrètes 100% naturel : thym et baies roses, parmesan graines de moutarde, piment doux et oignons grillés, chèvre et romarin.

Octobre 2009 : la vache enivrée tombe dans un **gros pot** ! Et hop, 3 nouvelles recettes secrètes : nature très bon, vanille de Madagascar et framboise myrtille.

4 mars 2010 : Butte Montmartre, Paris 18^e. Masque sur les yeux. Casque vissé sur la tête. Fuseau et gants enfilés. Augustin, le vizir, chausse ses **skis** pour la descente du siècle.

L'aventure continue...

des petits sablés ronds et bons et SUCRÉS, chez vous !



À portée de main :

- 1 kg de farine de type T55
- 560 g de beurre frais (82% de matière grasse)
- 440 g de sucre blond de canne
- 1 œuf de poule entier frais
- 1 jaune d'œuf
- 2 pincées de sel de Guérande

Et selon votre humeur : 120 g de pavot, miel, 300 g de pépites de chocolat, 120 g de noisettes et 60 g d'amandes, quelques centilitres de fleur d'oranger, de vanille ou de miel, des graines de sésame, ou ce que vous voulez !

2 grandes techniques de pâte sablée :

Le sablage : 1) Matière grasse + farine.
2) Puis eau et/ou œufs. La matière grasse (le beurre) enrobe les nombreuses particules de farine, qui deviennent imperméables. Le gluten de la farine est donc isolé. Ainsi la pâte une fois hydratée (étape 2) ne deviendra pas élastique.

L'émulsion : 1) Beurre/sucre puis œufs et/ou eau. 2) Puis farine. L'émulsion des éléments liquides dans le mélange beurre/sucre permet d'enrober et d'isoler les particules de farine. On obtient ainsi une pâte friable.

Au boulot :

Ici, préférons la technique de l'émulsion. En quelques mots, voici comment s'y prendre : Mettez la main sur votre motte de beurre qui sommeille dans votre chambre froide. Laissez-la respirer, reprendre ses esprits quelques minutes. Laissez-la se réchauffer un peu (sans passer par la case micro-ondes ou poêle). Travaillez-la en pommade en ajoutant le sel, puis ajoutez le sucre.

Battez jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Formez un puits au centre de la pâte.

Avec délicatesse et fermeté, cassez les œufs. Fouettez-les. C'est violent mais nécessaire.

Place aux jaunes d'œufs. Vous voulez ajouter des ingrédients liquides (arôme vanille, fleur d'oranger, miel...) ? C'est NOW ! Versez ensuite la farine. Mélangez bien.

Votre pâte sablée est prête. Attention, manipulez la pâte le moins possible. Tout simplement parce qu'il y a du gluten. Le gluten de la famille des protéines, présent dans la farine, a soif. En présence d'eau, il forme un réseau dur et élastique. Plus la pâte est malaxée, plus le gluten sirote l'eau et plus la pâte est dure !

Préchauffez votre four à 200 °C.

Place aux ingrédients solides (pépites de chocolat, pavot, graines de sésame...). Tout est bien mélangé ? Hop, un petit coup de rouleau à pâtisserie.

Sortez l'emporte-pièce et commencez à découper les sablés.

Enfournez et faites cuire pendant 12 à 15 minutes (en fonction de la puissance du four).

Laissez les sablés refroidir quelques minutes et dégustez.

Les ingrédients sont disponibles chez les commerçants de votre région.

« Joyeuse rencontre » : Jean-Paul est un type chouette. En 1996, en parallèle de son job, il fonde Boîte d'Espoir. Mission : aider ceux qui rencontrent des difficultés à franchir un cap.

Pourquoi une pâte sablée est-elle plus friable chaude que froide ? Tout simplement parce que le beurre est liquide chaud et solide froid !



Le beurre est un aliment composé de gouttelettes d'eau dans la matière grasse d'origine laitière. Sous les climats tempérés, c'est une matière solide mais molle, de couleur jaune. Il fond progressivement, à la chaleur.



pour concocter des petits sablés salés, c'est par ici !

À portée de main :

500 g de farine de blé
320 g de beurre frais
1 œuf de poule entier frais
1 blanc d'œuf
4 pincées de sucre blond de canne
3 pincées de sel de Guérande

Et selon votre humeur une quinzaine de
grammes d'un des ingrédients suivants :
oignons grillés à mixer, piment (doux),
parmesan à râper finement, moutarde,
thym, baies roses ou ce que vous voulez !

Au boulot :

Attrapez votre motte de beurre. Laissez-la quelques minutes, pour qu'elle se réchauffe légèrement ET naturellement. Travaillez-la en pommade et ajoutez sel et sucre.

Tant que le mélange n'a pas blanchi, ne vous arrêtez pas !

Formez un puits au centre de la pâte.

Cassez les œufs et ajoutez les blancs. Fouettez bien.

Ajoutez la farine. Mélangez bien.

Votre pâte sablée est prête. Attention. Manipulez la pâte le moins possible. Tout simplement parce qu'il y a du gluten. Le gluten de la famille des protéines, présent dans la farine, a soif. En présence d'eau, il forme un réseau dur et élastique. Plus la pâte est malaxée, plus le gluten sirote l'eau et plus la pâte est dure !

Préchauffer votre four à 200 °C.

Et c'est parti pour l'inspiration : thym, baies roses, oignons grillés et mixés, moutarde, parmesan râpé ou piment. Agrémentez votre pâte sablée avec ce qui vous passe par la tête ou sous la main.

Un coup de rouleau, puis découpez les sablés.

Enfournez pendant 12 à 15 minutes (en fonction de la puissance du four). Laissez-les refroidir quelques minutes et croquez.

Schmilblick 3 : profiter qu'il n'est pas bétail
D'univers des histoires abracadabrac
de grand-mères (ressuscitées pour l'occasion) pour faire croquer des sablés, boiver des vaches et déguster des fruits entiers minés.

À savoir pour les apprentis sorciers pâtisseries, il existe 3 grandes familles de pâtes sablées (en fonction de l'hydratation) : 1/ farine, beurre, sucre, pour une pâte à crumble ou à diamant - 2/ farine, beurre, sucre, jaune d'œuf, pour une pâte à sablé breton - 3/ farine, beurre, sucre, œufs, pour la pâte sablée.

Pour les apprentis sorciers pâtisseries flammands ou pressés, les meilleures pâtes à tarte, sablées, brisées ou feuilletées, sont celles que vous faites ! Quand vous vous lancez dans 1 pâte à tarte, faites-en plutôt 10 et congélez les 9 autres. En effet, les pâtes à tarte se congèlent très bien (% important de matière grasse et faible hydratation) Si vous êtes OBLIGÉS

de les acheter, optez pour des pâtes surgelées et

non fraîches (pleines de conservateurs...)

Pour en savoir +, prenez des cours de

pâtes à tarte (gratuits en échange

son) ou faites un tour de

contacter le Vieux des

petits sablés ronds

et bons.

de baby-sittings mardis et jeudis

Kango, n'hésitez pas à



ma poulette en sucette

morceaux de poulet panés embrochés, pour 2



Face à vous :

- 200 g de filet de poulet coupé en forme de « plume » de 3-4 cm de long
- 100 g de farine de blé
- 2 œufs frais, entiers et un peu ronds
- Un sachet de 120 g de sablés salés ronds et bons au piment doux et aux oignons grillés (ou moutarde-parmesan comme sur la photo).

En fait vous pouvez en grignoter 20 g pendant que vous expliquez la recette à votre chat. Mais gardez-en bien 100 g sous le coude.

- 25 g de beurre (doux, salé ou demi-sel, débat ouvert selon les régions)
- Piques à brochettes coupées en deux
- 4 c. à s. de yaourt
- 1 c. à s. de ciboulette ou de civette ciselée
- Sel et poivre

À vos marques, prêt...

Écrasez, laminez, compressez, toujours avec tendresse, les petits sablés salés, qui ne sont plus ronds mais toujours bons. S'ils résistent, sortez la grosse artillerie (hache de bûcheron ou mixeur) et comptez jusqu'à 3 avant de passer à l'attaque.

Choisissez 3 récipients, peu importe la couleur. Mettez-y séparément la farine, les œufs et les sablés en miettes.

Ah ce poulet, vous l'avez bien eu ! Une fois bien roulé dans la farine, plongez-le dans l'œuf, et enfin dans les sablés mixés.

Réservez (ça veut dire qu'il faut trouver une place dans le frigo pour y déposer les sucettes).

Faites glisser 25 g de beurre dans une poêle chaude. Tendez l'oreille.

Dès que le beurre chante, déposez les sucettes pour les faire dorer une dizaine de minutes en les retournant à mi-cuisson.

Achievez le poulet en plantant les épées dans le sens de la longueur.

Levez haut votre épée, croisez-la avec celle de votre convive. Dégustez !

À table !

Idéal avec une sauce yaourt et fines herbes (4 cuillerées à soupe de yaourt et 1 cuillerée à soupe de ciboulette ou de civette ciselée, sel, poivre).

Réponse de la question page 19 :
diamètre = 5 cm. Rayon = 2,5 cm =
0,25 dm. $32 \times \pi \times 0,25^2 = 6,3 \text{ dm}^2$





1999 : après l'école, Michel

consultant en stratégie à Paris pendant 5 ans. 1999 : après l'école,

Poulette de Claire



Augustin suit la stratégie de « l'équipement » de son copain Michel et

devient analyste en stratégie au Club Med, puis co-fonde une entreprise

Poulette de Garance



(qui vit encore mais dont il n'a jamais compris l'activité). Enfin par un

curieux hasard, il se retrouve à faire du marketing

les poupées russes



une vingtaine de boulettes de raisin au chèvre frais,
pour un apéritif à 5 ou 6

Sous vos yeux :

- 200 g de fromage de chèvre frais
 - 1 vingtaine de gros grains de raisin noir (souvent plus savoureux chez votre maraîcher qu'en supermarché)
 - 100 g de pistaches fraîches non salées, bien vertes et mixées en fine poudre (consultez votre pistachier généraliste)
- ou 100 g de sablés salés réduits en fines miettes

Au boulot !

Sortez le fromage de chèvre du réfrigérateur un peu à l'avance afin qu'il soit plus facile à utiliser. Comme vous ne le saviez pas avant d'ouvrir ce livre, vous pouvez donc sortir maintenant le chèvre et aller ranger votre chambre.

Déjà revenu ? Allons-y. Disposez les pistaches (ou les sablés réduits en miettes) dans une assiette creuse.

Prélevez un peu de chèvre dans la main (propre, sinon vous les relavez toutes les 2 et faites 3 tours de votre bananier).

Enrobez un grain de raisin de fromage finement et régulièrement en le roulant entre vos mains puis faites-le rouler dans les pistaches afin de bien l'enrober de poudre verte.

Recommencez autant de fois que nécessaire et servez à l'apéritif.

Vous allez vivre un moment **EXTATIQUE**. Souriez !

À table !

Servez.

Mangez.

Essuyez-vous les mains.

Faites la vaisselle.

Bouquinez un chapitre de Tintin.

Les dents.

Dodo.

100% VRAI

le jeudi 1999 - 20°C

→ dans le congélateur de la petite épicerie de Stowe, Vermont (E-U). Là, entre les pizzas à fromages et les nuggets de poulet, Augustin découvre sur un pot de glace 2 types étonnants

2001 : pages jaunes en main, et onze

coups de téléphone après, Augustin trouve un
boulangier sympa, Jean-Christophe, qui lui

propose le deal suivant : "Le matin, tu portes les
sacs de farine. L'après-midi, le fournil est à toi !"

Augustin pétrit, façonne, cuit sans relâche de belles
miches. Juin : Augustin passe son CAP/BEP boulanger.

Le dessert préféré
de Michel Jackson
(pour comprendre,
écoutez History...)



de

Tarte pour 6





attrape-moi cette tomate farceuse !

tomates farcies pour 4 : toi, moi, lui et elle

Sur votre plan de travail :

- 6 tomates sexy, rouges ou vertes
- 300 g de jambon blanc grossièrement haché, idéalement du jambon au torchon
- 100 g de comté pas grossièrement râpé du tout

N'hésitez pas à aller l'acheter directement à la ferme.

- 3 c. à s. de fromage blanc (plein de %)
- 3 jaunes d'œufs frais
- 100 g de sablés au parmesan et aux graines de moutarde à réduire en miettes, sans pitié
- Un peu d'huile d'olive

Au boulot !

Coupez un chapeau aux tomates, pressez-les et retournez-les pour que l'eau de végétation et les pépins s'écoulent.

Mélangez jambon, comté, fromage blanc, jaunes d'œufs et 50 g de sablés mixés. Rien oublié ? Parfait. Vous avez sous vos yeux la farce. On vous laisse faire connaissance.

Remplissez les tomates et saupoudrez du reste de biscuits mixés.

Chapeautez-les et arrosez-les d'un filet d'huile d'olive.

Glissez au four préchauffé à 190 °C et laissez environ une demi-heure, soit la durée d'un épisode de Friends.

Maintenant, attrapez-moi ces tomates farceuses.
7, 6, 5, 4, 3, 2, 1... Croquez-les !



Dans le métro, plutôt que de vous asseoir. Ne déliez pas le strapontin ! Faites la chaise. Le principe est simple, collez son dos droit contre la paroi, et se laisser glisser doucement jusqu'à ce qu'il y ait un angle de 90° entre vos cuisses et vos tibias. 4 à 6 séries de 30 secondes devraient vous suffire, leur avantage : la sensation de brûlure sur le dessus des cuisses est parfois risible car surprenante. 2ème avantage : on y croise très vite ce qui est plaisant et pousse à continuer. Inconvénient : comme pour toute bonne chose, il y a le revers de la médaille... hélas. Certaines personnes ne vous regardent pas. Mais vous savez ce qu'on dit, le ridicule ne tue pas.



La tomate farceuse ! Tel est pris qui croyait prendre.



2 foies + de pâtes

ravioles au foie gras pour 4 personnes
+ 1 dîner surprise pour 2 enfants

Face à vous :

- 200 g de farine de blé
- 2 œufs frais
- Environ 150 g de foie gras frais entier, coupé en 16 gros dés
- 1 c. à s. de sauce soja
- 1 c. à c. de vinaigre blanc
- 1 verre de vin moelleux, à boire pendant

que vous grignoterez. les dés n° 17 et 18 de foie gras

- 1 c. à c. de sucre roux
- 15 cl de crème fraîche entière
- 50 g de sauce tomate et 1 fromage Kiri (vous verrez bien pourquoi)
- Poivre parfumé : du voatsiperify, parfaitement + Fleur de sel

Au boulot !

Fouettez les œufs légèrement.
Mélangez la farine tamisée et le sel avec les œufs jusqu'à ce que vous obteniez une boule de pâte.
Laissez reposer 1 heure au réfrigérateur. Faites un peu de repassage pendant ce temps-là.
Applaudissements pour le foie gras qui entre en scène.
Assaisonnez les dés de foie gras avec sel et poivre et réservez au frais.

Pour la sauce :

Faites chauffer la sauce soja dans une casserole à feu moyen avec le vinaigre et le sucre. Laissez réduire puis ajoutez la crème.
Rectifiez l'assaisonnement (attention, la sauce soja est salée) et maintenez au chaud.
Étalez très finement la pâte. Si vous n'avez pas de laminoir, vous pouvez vous amuser à dessiner sur la suite de cette phrase, à colorier les lettres. En revanche, si vous avez un laminoir, passez la pâte à travers avec le cran le plus large, pliez-la en deux et repassez-la dans le même cran. Répétez cette opération un cran au-dessous, baissez encore d'un cran et laminez une dernière fois. Découpez 32 cercles, d'environ 5 cm de diamètre, à l'emporte-pièce. Quelle est l'aire totale en dm² ? Réponse page 12. Il vous reste de la pâte ? Ne la jetez SURTOUT pas** !
Placez les dés de foie gras sur la moitié des cercles, recouvrez avec ceux restants. Badigeonnez le pourtour avec un peu d'eau et fermez hermétiquement chaque raviole en pressant bien tout autour.
Remplissez une grande casserole d'eau salée. Portez l'eau à ébullition et faites cuire les ravioles jusqu'à ce qu'elles remontent à la surface (environ 4 minutes, soit le temps d'une chanson de Michael Jackson).
Égouttez précautionneusement à l'aide d'une écumoire.
Placez dans 4 assiettes et versez la sauce autour. Servez sans attendre.

* Coupez-la en baguettes. Faites-les cuire quelques minutes dans de l'eau bouillante et servez-les à vos enfants avec de votre tomate à Kiri. Si vous n'avez pas d'enfants, organisez un baby-sitting. Or, mangez vous-même les baguettes avec tomate devant, en bon dîner aussi.



la tuile de Halloween

soupe au potiron pour 4 personnes avec des petites

à la... Mon 1^{er} est un morceau de gâteau ou de tarte. Mon 2^e est le chant préféré de la vache. Mon 3^e coule quand on ne sait pas se servir d'un couteau :-> Mon tout est le fromage qui parfume ces

Sur le plan de travail :

Soupe au potiron :

- 1 bon kilo de bon potiron bien en chair
- 1 litre de bouillon de volaille de supermarché
- 2 c. à s. de Maizena
- 2 c. à s. d'eau
- 80 g de beurre frais en morceaux
- 1 mixeur plongeur, mais sans tuba

Pour une dizaine de petites tuiles :

- 75 g de... vous avez trouvé ?
- 1 c. à s. de farine
- 1 c. à s. de baies roses

Au boulot !

Épluchez le potiron puis coupez-le en morceaux.

Faites-le cuire un bon quart d'heure dans le bouillon de volaille à frémissement (jusqu'à ce que la pointe fine d'un couteau transperce facilement les morceaux).

Mixez au mixeur plongeur.

Mélangez la Maizena et l'eau dans un bol puis versez sur la soupe. Portez de nouveau à ébullition, mixez, ajoutez le beurre en morceaux et remixez.

Les tuiles maintenant...

Râpez finement le vous-savez-quoi (évitiez celui vendu déjà râpé).

Mélangez dans un bol avec la farine et les baies roses légèrement écrasées (dans vos douces mains ou avec un ustensile plus costaud).

Posez et calez votre rouleau à pâtisserie à côté de la plaque.

Faites chauffer une poêle antiadhésive à feu moyen. À l'aide d'une cuillère déposez 3 ou 4 petits tas de ce fameux fromage et étalez légèrement au dos de la cuillère. Faites cuire quelques minutes jusqu'à ce que le bord des tuiles brunisse légèrement.

Retirez délicatement les tuiles avec une spatule fine et posez-les sur le rouleau pour leur donner une forme incurvée.

Laissez refroidir et recommencez l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients.

Conservez dans une boîte en métal, mais si le temps est humide, elles ramolliront vite. La tribu vous embrasse, bananier compris :-)

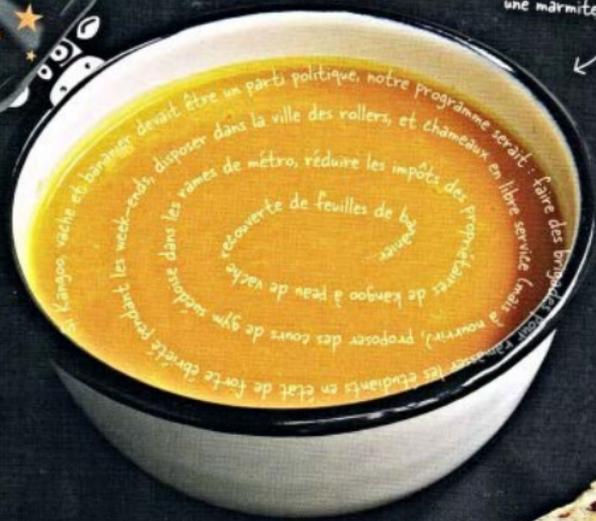
→ Jean-Christophe et Thomas rêvaient de devenir boulangers. En mai 1999, ils fondent au Viet-Nam une école de boulangerie pour éviter la marginalisation des orphelins en leur permettant de maîtriser les métiers de boulanger. En ce moment, Jean-Christophe et Thomas cherchent activement des volontaires gestionnaires pour des missions sur place de 4 à 6 mois. Rendez-vous sur laboulangerie.net

Ceci n'est pas :

une marmite de vieille sorcière,

une potion magique
(mais plutôt un potiron magique),

Attention, très TRÈS bon !





une morue dans la tribu

véritable brandade de morue de BB (Boulogne-Billancourt) et frites de céleri pour 6

Sous vos yeux :

Pour la brandade :

- 1 kg de morue bien épaisse de chez votre poissonnier
- 1 branche de fenouil
- 2 feuilles de laurier
- 6 gousses d'ail
- 20 cl de lait frais demi-écrémé
- 1 citron jaune
- 3 brins de thym frais
- 25 cl d'huile d'olive vierge pressée à froid
- + 2 c. à c. pour les frites
- 12 petits sablés salés (de votre parfum préféré)
- 60 g de parmesan Reggiano (ou un bon parmesan près de la retraite)
- Poivre du moulin, muscade râpée

Et pour les frites de céleri :

- 1 boule de céleri
- 80 g de farine de blé
- 3 pincées de piment
- 1 c. à c. de noix de muscade râpée
- 2 c. à c. de sel

Au boulot, dès la veille !

Dessalez la morue : placez-la pendant 24 heures dans un grand récipient rempli d'eau, et changez l'eau 3 ou 4 fois.

Le jour J, après une bonne nuit de sommeil pour votre morue et vous, pochons dans un faitout avec fenouil et laurier. Couvrez d'eau et portez-la à frémissement pendant 8 à 10 minutes, sans la faire bouillir.

Égouttez la morue et retirez les arêtes.

Épluchez l'ail et pilez-le dans un mortier.

Effeuillez la morue, passez-la au mixeur ou hachez-la. Attention, elle ne doit pas refroidir.

Faites tiédir séparément le lait et l'huile d'olive.

Incorporez à la morue un peu d'huile chaude et d'ail haché en mélangeant avec une spatule. Une fois l'huile et l'ail finis, ajoutez le lait.

Poivrez. Oui, c'est important. Autant que la pincée de sel dans les sablés ! Incorporez le jus du citron, la muscade et le thym frais. La brandade doit être crémeuse.

Servez en verrines ou en bocaux et faites gratiner les brandades surmontées de petits sablés concassés et de parmesan râpé.

À table : Non, encore du boulot !

Accompagnez d'une salade et de quelques frites de céleri. Mais comment faire les frites de céleri ? Très simple.

Coupez le céleri pelé et lavé. Préchauffez le four à 180 °C. Détaillez le céleri en frites de 1 cm d'épaisseur. Prenez un double décimètre si nécessaire :-)

Mettez les frites dans un grand bol avec l'huile, mélangez.

Dans un sac plastique ou un torchon, mélangez la farine, 2 cuillerées à café de sel, les épices et ajoutez-y les frites. Fermez bien le sac et secouez en écho un bon Luis Mariano sans modération.

Étalez-en une seule couche sur une plaque antiadhésive et faites cuire au four à 180 °C pendant une vingtaine de minutes.

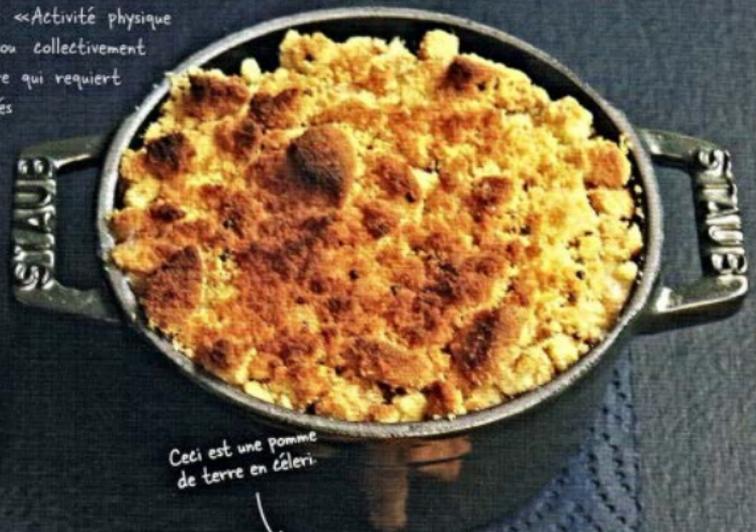


Schmickel ?

...souhaiter qu'il est encore possible de créer une entreprise en parlant de vin et closer le bec à toutes les personnes qui nous assument à l'oreille : « Arrêtez tout, tout de suite.

...ns et de cyclotouristes. Ça n veut pas dire
fait pas de sport ou qu'on ne se bouge pas les
ut d'abord cassons une idée trop convenue
ort. Définition : «Activité physique
individuellement ou collectivement
forme particulière qui requiert
ntissage d'habiletés
s, nécessitant
ement et des
ns spécifiques,
pratiquée selon
modalités reliées
tation et à la
on officielle
Petit Robert
re ? Classement
ance ? Rien de
Donc pas de
but est de se
de se faire
e prendre du
t qu'à faire,
bonne santé

Ceci est une morue,
cachée sous une plage de sable fin



Ceci est une pomme
de terre en céleri.



et pomme verte, pour 4 personnes

Sur votre plan de travail :

- 12 langoustines françaises de Bretagne presque encore vivantes
- 1 carotte bien orange
- 1 oignon pelé
- 1 bouquet garni de plantes aromatiques : thym, laurier, persil et peut-être d'autres
- 25 cl de vin blanc
- 15 cl de mayonnaise de Dijon
- 2 avocats mûrs mais pas trop
- 1 pomme granny (verte)
- 1 c. à s. de moutarde à l'ancienne
- 1 pointe de couteau de curry
- Le jus d'un demi-citron jaune
- Fleur de sel, poivre (ou piment)

Au boulot !

Derrière la porte fermée de la cuisine, échauffez vos cordes vocales. Ouvrez la porte lorsque vous chantez ! Il paraît que les plantes vertes (bouquet garni compris) aiment qu'on chante pour elles.

Taillez grossièrement la carotte et l'oignon et mettez-les dans une casserole assez haute. Ajoutez le bouquet garni et le vin blanc.

Assaisonnez et ajoutez 2 litres d'eau portée à ébullition. Pendant 15 minutes, regardez l'eau danser.

Attrapez les langoustines dans votre frigo, et faites-les entrer dans la danse pendant 3 à 4 minutes. Continuez à chanter. Pourquoi pas sur du Laurent Voulzy.

Égouttez puis décortiquez les queues.

Gardez les carcasses pour faire une sauce ou un velouté.

Pour la macédoine : préparez votre réquisitoire et mettez en pièces les avocats ! En cubes, ce sera parfait.

Épluchez la pomme. Taillez-la en cubes, même combat.

Liez avec un peu de mayonnaise.

Assaisonnez avec le jus d'un demi-citron, du sel, du poivre (ou du piment), une pointe de curry et de la moutarde à l'ancienne.

Rassemblez vos troupes, sans trop les tasser. Déposez les langoustines sur la macédoine.



Une vache rien que pour vous ? Rien de plus fait.



« Mangez des pommes », dit la linguiste.

Notre programme kangoo, vache et bananier continue de bus, prévoir un système de SMS pour que

panneaux solaires sur tous les immeubles, délimiter

proposer à tous les perdants votre bus vous prévienne quand des places de parking réservées

de la Star' à une station de métro / il est en Baé, placer des uniquement aux kangoo



39° de fièvre !

jambon-coquillettes aux truffes pour 6 personnes

Sur votre plan de travail :

- 2 échalotes grises
- 40 g de beurre, idéalement de baratte, ou beurre de Monsieur Yves Bordier
- 300 g de coquillettes
- 20 cl de vin blanc
- 1 litre de bouillon de légumes (idéalement avec un cube de bouillon Bio)
- 4 tranches pas trop fines de jambon au torchon, pas des dés
- 1 truffe... ou des copeaux de parmesan Reggiano

Au boulot !

Vous êtes un peu fatigué(e) ? Beaucoup de travail ces derniers temps ? Un peu de fièvre ? C'est le moment de vous faire plaisir.

Ciselez finement les échalotes. Faites-les revenir dans une grande sauteuse à feu doux avec un bon beurre, jusqu'à ce qu'elles fondent.

Ajoutez les coquillettes et remuez à l'aide d'une cuillère en bois pour bien les enrober de beurre.

Versez le vin blanc. Laissez réduire totalement, puis versez une louche de bouillon bouillant. Laissez absorber en remuant avec la cuillère en bois. Ajoutez le reste du bouillon au fur et à mesure. Vous sentez ? Ça va déjà mieux ;-)

Au bout de 10 minutes, ajoutez le jambon et poursuivez la cuisson, qui dure en tout 12 minutes.

Une fois les coquillettes cuites, ajoutez une noisette de beurre.

Râpez en musique (préférence pour « Je danse le MIAH », de IAM) des copeaux de truffe au-dessus. Pas de truffe à l'horizon ? Du parmesan fera aussi l'affaire.

Mélangez délicatement, couvrez et laissez reposer quelques minutes afin de permettre aux arômes de se développer.

À table !

Servez et dégustez illico.

Ce plat de jambon-coquillettes aux truffes est allergique au froid.

Très important : se dandiner. Exemple : en l'absence de...

... du côté rouge Abo et de string ficelles, votre pyjama à oursins fera l'affaire (encore que...). Principe : sur votre lit allergique... et ramenez vos genoux plus le plus près de votre...



6 juillet 2009 : Michel et Augustin rend hommage à Michel Jackson en réalisant le 1er Miamwalk en supermarché Un GRAND moment de danse sur www.michel-et-augustin.com

Attention ce plat peut AUSSI se déguster à moins de 390 de fibres.





gambas sorties de baignade

gambas au riz soufflé et aux oignons à la sauce safran,
pour 4 personnes

Sur votre plan de travail :

Pour les gambas :

- 100 g de farine de blé
 - 6 œufs frais : 3 œufs entiers et 3 jaunes.
- Ne commencez pas à jongler avec, à moins d'en avoir 12.
- 10 cl de crème fraîche liquide (20 cl pour les gourmands)
 - 100 g de riz basmati
 - 3 oignons moyens rouges
 - 50 g de féculé de pomme de terre
 - 12 gambas fraîches ou surgelées
 - 2 litres d'huile de friture
 - 1 bougie parfumée

Pour la sauce :

- 25 cl de fumet de poisson
- 3 g de gingembre frais émincé
- 5 cl de lait de coco
- 2 g de safran
- Sel et poivre

Au boulot !

Allumez votre chaîne Hi-Fi et mettez du Edith Piaf, épluchez les oignons, coupez-les en très fines rondelles, et pleurez. Pleurez, pleurez, pleurez. Pas de gorgée d'eau dans la bouche, de bougie allumée ou autre astuce de grand-mère. Pleurez. Ça fait du bien.

Toutes larmes séchées, placez ces rondelles sans qu'elles se chevauchent sur une plaque de cuisson antiadhésive et enfournez-les pour une heure à 120 °C, jusqu'à ce qu'elles soient bien sèches. Laissez-les refroidir et mixez-les finement.

Décortiquez les gambas en laissant l'extrémité de la queue.

Cuisez le riz 20 minutes dans de l'eau bouillante salée. Rafraichissez-le, égouttez-le et épongez-le. Touché par ces douces attentions, il n'en sera que meilleur. Battez les œufs en omelette.

Salez et poivrez chaque gamba, farinez-les puis passez-les dans les œufs battus. Enrobez-les d'une couche épaisse de riz mélangé aux oignons séchés. Appliquez-le bien. N'hésitez pas à compresser le riz contre les gambas et saupoudrez légèrement de féculé pour le coller. Réservez au frais.

Pour la sauce : dans une sauteuse moyenne, faites réduire le fumet de poisson et le gingembre en infusion.

Ajoutez le lait de coco, à consistance sirupeuse, la crème et le safran.

Laissez réduire jusqu'à l'obtention d'une sauce onctueuse, salez et poivrez puis passez au chinois (votre passoire conique).

Faites frire les gambas dans l'huile très chaude, pendant 2 à 3 minutes.

Les grains de riz doivent être soufflés, croquants et dorés.

Sortez les gambas du bain. Tendez-leur un morceau de papier absorbant pour qu'elles s'égouttent et dressez (puis allumez la bougie ;-)).

→ À la Banqueroute, on aime être inspiré par des projets
sans engagements, mais pas des projets
qui nous font complètement changer le monde ! Envoyez-moi vos projets à



Une serviette



3 gambas échouées



Une plage de sable brun



Popote : 5 minutes → Au four : 10 minutes



les sardines voient rouge !

crumble aux sardines, pour 6 personnes, en entrée

Dans votre Caddie :

- 240 g de sardines à la tomate en boîte
 - 8 sablés au parmesan et aux graines de moutarde mixés
 - 6 vieilles boîtes de sardines, lavées, toutes propres. Toutes belles.
- Toutes prêtes pour une seconde vie.

Au boulot – la veille !

Au poing, du bout des doigts, avec un marteau. Peu importe. Écrasez le contenu des 2 boîtes de sardines à la tomate.

Qu'elles voient rouge !

Répartissez le résultat du pugilat dans les boîtes de conserve propres.

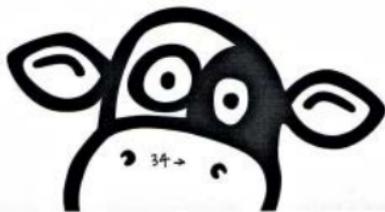
Saupoudrez des miettes de sablés.

Enfournez pour 10 minutes à 200 °C.

À table !

Faites reposer quelques minutes, le temps que les boîtes de conserve refroidissent un peu, et servez sans vous brûler.

Laissez vos papilles et vos yeux s'émerveiller sur ce plat warholien. Pas trop longtemps. Mangez tant que c'est chaud !



Qui a dit qu'il ne fallait pas manger de conserve ?



Un coup d'œil à droite dans le rétro ? Non, vous ne rêvez pas ! | vache, | bananier sur le toit d'l kangoo ? Hello, c'est NOUS en train de réapprovisionner en petits sablés ronds et bons les commerçants qui construisent avec nous l'aventure !

Si vous dessinez
bien à la craie,
vos enfants
devraient très vite
repandre goût aux
fruits de mer.



Joué 10h02, ambassade d'Angleterre à Paris. Alistair, s'adressant à sa voisine de bureau : « Margaret, n'oubliez pas notre meeting de 14h à 15h. La vache à boire est au courant, elle nous attend sur place ». Depuis peu, la vache à boire est à la cafétéria des bureaux de l'ONU à Paris. La diplomatie retrouve le sourire. Quelle jolie nouvelle ! Prochain challenge, les fruits entiers mixés à la cafétéria de la Maison Blanche.



le croque (du) Calife

croque au chèvre, figue et sésame,
pour 1 personne, petite faim sucrée ou salée

Sur votre plan de travail :

- 2 tranches de pain complet sans croûte
- 1 figue bien juteuse et bien rouge
- 1/2 c. à s. de miel toutes fleurs (ou autre)
- 20 g de fromage de chèvre frais
- Une noisette de beurre mou mélangé avec
- 1 c. à c. de graines de sésame blanc

Au boulot !

Beurrez les tranches de pain sur une face et retournez-les (face beurrée au-dessous, comme quand vous faites tomber votre tartine le matin sur vos genoux).

Coupez la figue en lamelles, et disposez-les sur une des tranches de pain.

Sortez votre chèvre de son pré et ajoutez-la en petits morceaux.

Secouez votre ruche au-dessus du pain.

Surmontez de la seconde tranche, côté beurre à l'extérieur, et faites cuire dans l'appareil à croque-monsieur.

À table !

Attention, innovation scientifique élaborée avec la NASA. Ce croque peut être sucré ou salé ! INCROYABLE.

Pour une version sucrée : n'y touchez pas, sauf pour le manger.

Pour une version salée : faites entrer le cochon (à moins qu'une fine tranche de jambon de Parme suffise).

↓
Jean-Christophe et Thomas rêvaient de devenir boulangers.
En mai 1999, ils fondent au Vélit-Nem une école de boulangers pour éviter la marginalisation des orphelins en les formant à fabriquer des croques.
Jean-Christophe et Thomas cherchent activement des volontaires gestionnaires pour des missions sur place de 4 à 6 mois. Rendez-vous sur laboulangers-boulogne.fr



Région chimique DANGEREUSE : ajoutez
petite tranche de
Pignon de Parme et votre
dévotion au Califé
pour de l'âme. Eloignez les amoureux



Le CALIFE aime passer à son amoureuse en se promenant dans les champs de bananiers
haïard et enlève chaînes des feuilles en disant "Elle m'aime passionnément", "Elle m'aime un
peu" et "Elle ne m'aime pas du tout", dans l'ordre. Ensuite, il recommence. Après avoir fini d'enlever toutes les feuilles
d'un bananier, il retient la dernière phrase dite et recommence avec un nouveau bananier à la phrase où il s'était arrêté. Si après 10
bananiers, il a fini avec 4 "Elle m'aime passionnément", 3 "Elle m'aime bien", 2 "Elle m'aime un peu" et 1 "Elle ne m'aime pas du tout", combien
de bananiers a-t-il cueilli de bananiers ? Réponse sur www.MichelEtAugustin.com



Popote : 20 minutes

le risotto de Saint-Malo

riz au lait façon risotto au yaourt et
aux pépites de chocolat

Sur votre plan de travail :

- 100 g de riz rond (virent bien qui...)
- 50 cl de lait entier
- 1 gousse de vanille
- 150 g de yaourt (idéalement une vache en gros pot)
- 75 g de sucre semoule
- 2 c. à s. de pépites de chocolat

Au boulot !

Fendez la gousse de vanille en deux dans le sens de la longueur.

Dans une casserole, faites cuire à feu doux le riz dans le lait avec la vanille, en remuant de temps en temps.

Quand le riz a absorbé tout le lait, retirez du feu et enlevez la gousse de vanille.

Couvrez la casserole et laissez refroidir.

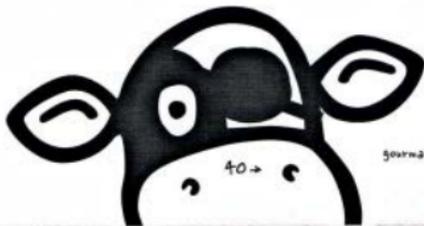
Quand le riz est refroidi, mélangez le yaourt et le sucre. La consistance doit être celle d'un risotto.

Ajoutez les pépites de chocolat.

À table !

Accompagnez de confiture de vieux garçon ou d'une marmelade d'agrumes.

Schmilblick & éveiller les enfants à PARTICIPER à une aventure



gourmande, étonnante, humaine et souriante. Schmilblick 19 : Le monde à être

Au tout tout début, pour devenir des grands maîtres de la pâtisserie
sablée nous avons réalisé plus de 400 essais dans la cuisine
Arnaud. Pas direction la boulangerie de la rue Duval.



Bonne nouvelle, le drapeau breton se mange

excellente boulangerie/pâtisserie de la rue des Minimes à Paris, créée par
de cuisson ininterrompue. Au début nous confectionnons le mardi (jour de formation) et la nuit les clients nous
se sont dans une



Les mouchettes d'hermines

d'Augustin et de celle de la mer. * (c) Michel Sam pour donner un à brétons après 3 jours



Barbie fait des yaourts

croquer la vie en rose. Le tiramisu de yaourt pour filles à la framboise, pour 4 verrines

Sous vos yeux :

Pour le tiramisu :

- 1 œuf frais
- 35 g de sucre semoule
- 100 g de yaourt (idéalement une vache en gros pot)
- 12,5 cl de crème fraîche liquide
- 12 petits sablés sucrés
- 20 framboises fraîches (pas surgelées !)

Pour le coulis :

- 10 cl de sirop de framboise
- 25 cl d'eau (pour diluer le sirop)
- Et du cacao en poudre, si vous voulez

Au boulot !

Préparation de la crème :

Mélangez tous les ingrédients (sauf sirop, eau, sablés et framboises) au batteur, à vitesse moyenne.

Une fois la consistance épaisse, cessez de battre.

Pour préparer le coulis, mélangez le sirop avec l'eau.

Imbibez les sablés en les trempant dans le sirop de framboise et disposez au fond des verrines. Recouvrez de crème.

Disposez une seconde couche de sablés imbibés, puis recouvrez de crème et déposez 5 framboises par verrine.

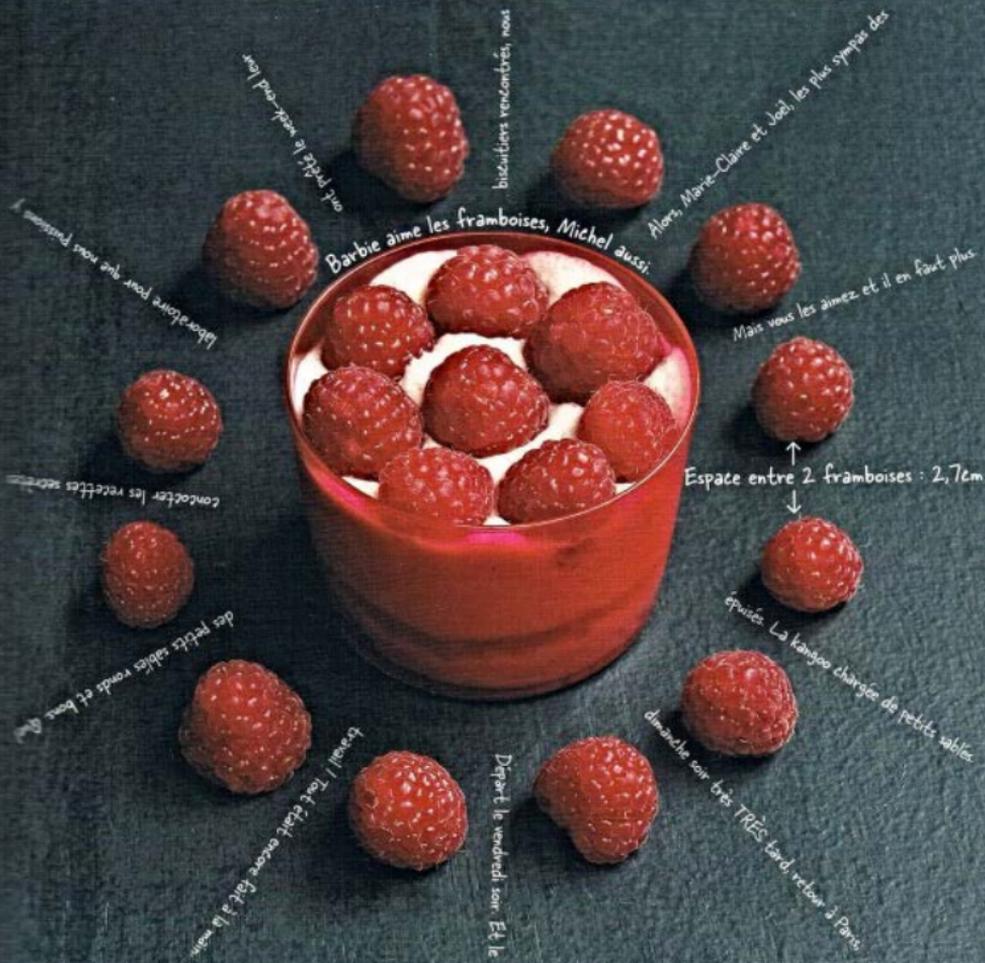
À table !

En bonus, saupoudrez de cacao. Rien d'obligatoire, Ken'Alain ne vous en voudra pas.



Mais vous les aimez et il en faut pas

Maria-Claire et Joël, les plus sympas des biscuitiers rencontrés, nous ont prêté le week-end leur laboratoire pour les sous-pissions y contacter les recettes secrètes des petits salés, merci et bon grand travail ! Tout était encore fait à la main. Depuis le vendredi soir. Et le dimanche soir très tard, retour à Paris, après La Kangoo chargée de petits salés.



ont préféré le week-end leur

biscuits vendentés, nous

Alors, Marie-Claire et Joël, les plus sympas des

Barbie aime les framboises, Michel aussi.

Mais vous les aimez et il en faut plus

laboratoire pour que nous puissions

Espace entre 2 framboises : 2,7cm

concocter les recettes secrets

épais. La kangoo chargée de petits sablés.

des petits sablés ronds et bons

dimanche soir très TRÈS tard, retour à Paris

travail ! Tout était encore fait à la main

Depart le vendredi soir. Et le

Sur votre plan de travail :

- 250 g de farine de blé tamisée
- 3 œufs frais
- 50 cl de lait demi-écrémé
- 30 g de beurre fondu
- 2 c. à s. de sucre semoule
- 1 c. à s. de rhum (sauf si vous faites des crêpes pour vos enfants)
- 1 c. à s. bombée de graines de pavot
- Encore un peu de beurre, pour la route
- 1 pincée de sel de Guérande

→ La biscuiterie de Christophe Lorange à plan régime. Alors ce sont Sophie.

Au boulot !

Mettez la farine, le sel, le sucre dans un grand saladier, ajoutez les œufs et mélangez.

Délayez en ajoutant petit à petit le lait froid puis les graines de pavot. Ajoutez le beurre fondu refroidi et mélangez bien le tout. Ajoutez le rhum à ce moment-là si vous en utilisez.

Laissez reposer 1 heure à température ambiante, soit le temps d'un bon footing, habillage et douche compris.

Faites fondre une noisette de beurre dans une poêle antiadhésive. Une fois qu'il est bien chaud, versez à l'aide d'une louche un peu de pâte à crêpe, laissez dorer la première face, faites sauter la crêpe pour la retourner et cuire la seconde face.

Servez bien chaud, parsemé d'un peu de sucre si vous voulez.

Recommencez jusqu'à épuisement de la pâte à crêpe ou du crêpier.



Michèle est fan des sables, ronds et bons depuis plusieurs années. Cet été, elle passe par le kiosque de Montparnasse. Elle bavarde avec Pauline, la trublionne derrière le comptoir. Et lui révèle

son nom : Michèle AUGUSTIN. Jeudi 3 septembre. Michèle est

passée à la Bananeraie, pour rencontrer toute la tribu, et bien sûr, elle ?

passée à la Bananeraie, pour rencontrer toute la tribu, et bien sûr, elle ?

Tâches de roussour de votre crêpe. Vous arrivez à faire sauter vos crêpes et à les réceptionner comme ça ? C'est incroyable. Vous êtes exceptionnel(le). Téléphonez vite au 01 71 10 11 69, demandez le lanceur de crêpes de la Bananeraie et racontez-lui votre exploit





pour ma copine Clémentine

Clémentine, c'est ma copine. Velouté de clémentines et chantilly à l'infusion de menthe fraîche, pour 4 personnes

Sur le plan de travail :

- 1 kg de clémentines de Corse, bien sucrées. Soit une grosse vingtaine. S'il n'y en a que 6, méfiez-vous ; a priori, ce sont des oranges. Retournez au marché en petites foulées.
 - 8 jaunes d'œufs (que faire des blancs ? Jetez un œil au livre de Garance, elle connaît dix façons de les préparer !)
 - 120 g de sucre en poudre, roux, blond. C'est votre instant de créativité.
 - 60 cl de crème fraîche liquide
 - 1 botte de menthe fraîche (Claire préférerait dire « bouquet » mais elle a perdu à pierre-feuille-ciseaux)
 - 50 g de sucre semoule pour la chantilly.
- Vous vous êtes fait(e) avoir ?
Vous n'avez que 20 g ? Dommage.
Remettez vos chaussures de jogging et hop. Filez chez l'épicier cette fois.

Au boulot !

Si vous avez des enfants dans les parages, prenez un petit couteau. Si vous êtes entre adultes, sortez la machette. Hachez les feuilles de menthe et mettez-les dans une casserole avec 10 cl de crème. Faites tiédir puis laissez refroidir. La fameuse douche écossaise.

Épluchez les clémentines doucement. Une fois celles-ci toutes nues, passez-les au mixeur avant qu'elles ne prennent froid et récupérez la pulpe. Filtez, pardon filtrez la pulpe dans une passoire pour récupérer le jus puis faites-le bouillir.

Fouettez les jaunes d'œufs avec le sucre, versez dessus le jus de clémentine puis remettez sur le feu et cuisez comme une crème anglaise en fouettant toujours à la nappé (test une cuillère en bois).

Laissez refroidir.

Fouettez en chantilly la crème à la menthe mélangée avec le reste de crème infusée et le sucre.

À table !

Répartissez la crème de clémentine dans 6 verres et posez dessus 1 cuillerée de chantilly à la menthe.

↑ vous est au lit entier + 1 pointe de crème Gournaud Economique Ecologique
 ↓ 20 octobre 2009 - Monoprix Saint-Michel (Paris 6^e). 12 h 30. C'est la
 révolution
 ↑ 46 →
 ↑ 100% français, le sucre en gros pot de 1kg
 ↑ 100% français, le sucre en gros pot de 1kg

difficile à reproduire
chez vous - formation diplômante à la
Bananaerie. Sur RDV. 01 53 20 26 40.



Un troupeau est composé de kangourous et de kanapos. On compte
112 oreilles, 2 fois moins de poches et 155 roues. Sachant qu'un
kangourou a 2 oreilles et 1 poche, et qu'une kanapo a
5 roues (seuls compris), combien y a-t-il d'animaux de
chaque espèce ? Réponse sur www.MichelEtAugustin.com



alerte à la Bananeraie : biscottos...

...tout bronzés et tout craquants,
des petits palets de chocolat

Sur votre plan de travail :

- 75 g de chocolat noir de très bonne qualité (entre 55 et 70 % de cacao)
- 40 raisins secs de Corinthe
- 3 sablés ronds et bons, soit environ 20 g

Au boulot !

Coupez 50 g de chocolat dans votre tablette. Divisez en 2 morceaux. Puis en 4. Et ainsi de suite jusqu'à ce que vous ayez 17 petits morceaux.

Faites fondre les petits morceaux au bain-marie frétilant.

Une fois que tout est fondu, ajoutez les 25 g restants en mélangeant bien pour les faire fondre. Une astuce qui évite au chocolat une fois refroidi de blanchir.

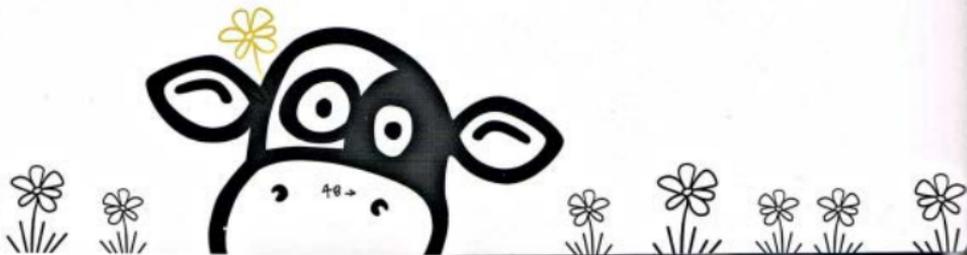
Ajoutez les raisins et les biscuits coupés en morceaux.

Versez le tout sur une feuille de papier sulfurisé assez grande, recouvrez d'une autre feuille et aplatissez à l'aide d'un rouleau à pâtisserie.

Laissez prendre au froid, puis coupez à l'aide de la pointe fine d'un couteau.

À table !

Pour accompagner le café. Ou le thé, si vous invitez votre voisine ou vos beaux-parents au goûter. Et servez les palets bien froids, bien craquants.





Michel et Anouch ont un frigidaire dans lequel y a une vodka / C'est un jour au bout de 100 jours, le frigidaire est plein. Combien de jours faut-il pour le remplir à moitié ? Vous avez la bonne réponse ? Ne criez pas. Ne paniquez pas. Ne le dites à personne. Appelez-nous au 01 53 20 26 40.

Juste Générique / Grand-mère fait peut-être un bon café, mais c'est un chocolat / Palets au chocolat / Palets des bons petits palets



le chocolat, ce n'est pas de la tarte !

tarte choco-noisettes sans cuisson, pour 6 gourmands

Sur votre plan de travail :

Le fond de tarte :

- 100 g de beurre
- 300 g de sablés aux gouttes de chocolat

La garniture :

- 200 g de chocolat bien noir
entre 55 et 70 % de cacao)
- 150 g de chocolat au lait aux noisettes
- 190 g de crème fleurette

Au boulot !

Déposez les sablés dans votre mixeur avec le beurre coupé en morceaux. Mixez sans aucune pitié pour les sablés afin de former une pâte homogène.

Versez le mélange dans un moule à tarte recouvert de papier sulfurisé. Appuyez fermement avec la paume de vos mains pour recouvrir la surface du moule. Pensez à former un rebord à votre tarte et réservez au réfrigérateur.

Cassez le chocolat en morceaux avec vos doigts musclés.

Portez la crème à ébullition dans votre plus jolie casserole. Dès l'ébullition, retirez du feu et incorporez le chocolat. Remuez pour obtenir une ganache lisse.

Versez la préparation sur le fond de tarte et **enfermez-la** dans votre réfrigérateur au moins 2 heures.

Lâchez la casserole !

4 décembre 2009 : oua oua oua ! Pour faire bouger les choses. Pour redonner la cote aux produits laitiers. Pour mettre la crème dernière nous. Pour faire mourir la planète. 1 litre de yaourt gourmand et écologique de bonne Libération des sables en yaourt à 12 heures.



Sur votre plan de travail :

- 8 œufs : 4 entiers, 4 jaunes
- 400 g de sucre semoule
- 10 cl de jus d'orange ou de citron
- 2 zestes
- 175 g de beurre
- 12 sablés sucrés (soit 80 g), ceux que vous voulez
- 10 cl de crème liquide
- De nouveau 10 g de sucre, pour la crème Chantilly

Au boulot !

Zestez une orange ou un citron et pressez 10 cl de jus. Portez à ébullition dans une casserole 2 zestes et le jus.

Dans un récipient, mélangez le beurre, 200 g de sucre, les zestes et le jus portés à ébullition.

Dans un autre récipient, mettez les 4 jaunes, les 4 œufs et le reste du sucre.

À l'aide d'un fouet, faites blanchir les œufs (fouettez énergiquement), puis versez le jus filtré.

Remettez l'ensemble dans la casserole et laissez épaissir en faisant bouillir 1 minute. Laissez refroidir.

Pour faire la chantilly, fouettez le sucre et la crème.

À table !

Au fond des verrines déposez les sablés légèrement concassés puis recouvrez de crème citron ou orange et de la chantilly.

→ 23 février 2005, rue Gambetta (Paris 18^e)

Vas-y commence !



à boire, des sablés ronds et bons et
des fruits entiers mixés) à
déguster à 500 mètres
d'altitude ! Les gagnants :
Aline, Fayaz, Marine et
Agathe. BRAVO. Vive eux !

Non, toi d'abord



Michel et Augustin dans la rue ! Du
26 avril au 5 mai 2009, Michel
et Augustin sont descendus dans
la rue. Sur 6 397 affiches dans
toute la France. Et sur 4
d'entre elles, Michel a dessiné
des lunettes vertes à Augustin.
Il fallait les trouver pour
GIGNER. Gagner quoi ? Un vol
inoubliable en montgolfière pour 2
personnes + 1 sac à vache (une vache

Chérie, tu prépares le dessert ?

Nom, j'enfile des perles...

Tournage «La vache à boire,

«quoi d'autre ?» 21/02/2008 - 16h45.

Une femme belle et distinguée marche sur le trottoir et entre dans un café. Elle salue le barman. Sur son chemin, assis à une table, deux individus habillés en costume sirotent une vache à boire. Les regards se croisent. La femme passe derrière eux et s'arrête un peu plus loin. Elle prend une bouffée de vache à boire.

Vache 1 : « Quel parfum ! » Vache 2 :

« Subtil ». La femme se sent concernée, cela ne lui déplaît pas... La suite sur www.micheleaugustin.com



Voici un diplomate.
Rien à voir avec les soirées
de l'ambassadeur !





soupe pour enfants récalcitrants

enfin ! Une soupe au chocolat,
pour 2 personnes, âgées de 1 à 111 ans

Sur votre plan de travail :

- 250 g de chocolat noir à 70 % de cacao. Noir, mais pas trop.
- 40 cl de lait. Entier ? Oui ? Chouette, vous êtes gourmand !
- 20 cl de crème fraîche liquide
- 1 g r a a a a a a a a a a a a n d e cuillère

Au boulot !

Concassez le chocolat en petits morceaux. Avec les poings, une fronde ou un marteau piqueur. La faim justifie les moyens !

Versez le lait et la crème dans une casserole, mélangez et faites bouillir, comme dans la marmite des vieilles sorcières, puis versez le tout sur le chocolat, qui va avoir un peu chaud.

Fouettez pour faire fondre le chocolat.

Laissez refroidir à température ambiante. Attention, soupe allergique au frigo, comme le risotto breton...

Heureux (se) ?

À table !

Pour accompagner ? Des fruits de saison.

Enfant récalcitrant
ayant mangé beaucoup de soupe



« Encore une cuillère et au lit ! »



Vous êtes beau, vous êtes belle ! La vie est un carnaval gourmand ! Vive la vie et les amis ! Vive les spectacles ! Croyez la vie et la vie et vous sourira ;) Belle journée !

LA cuillère idéale
pour faire l'avion



microcompote qui croustille

compote de pomme au micro-ondes pour 4 personnes
+ 30 petites tranches de nougatine

Sur votre plan de travail :

- 4-5 pommes reines du royaume merveilleux des reinettes
- 200 g de sucre semoule
- 2 c. à s. de miel
- 100 g de graines de sésame (idéalement torréfiées)

Au boulot !

Épluchez les pommes, coupez-les en 4 quartiers puis chaque quartier en 3 lamelles. Combien de lamelles ?

Placez-les dans une terrine pouvant aller au micro-ondes sans provoquer d'étincelles ni d'explosion (c'est joli, voire spectaculaire, mais surtout dangereux).

NON, ne glissez pas tout de suite dans le micro-ondes. D'abord, napez les lamelles de miel et mettez-les sous la couette ! Un film alimentaire fera très bien l'affaire.

Faites cuire de 3 à 4 minutes au micro-ondes à puissance maximale.

Attention, c'est chaud... Laissez refroidir quelques instants. Recomptez les lamelles pendant ce temps-là. Répartissez dans 4 assiettes, versez le miel en filet par-dessus et servez avec la nougatine.

Tiens, la nougatine, justement...

Mettez le sucre avec 60 ml d'eau dans une casserole à fond épais et faites chauffer à feu moyen pour obtenir un sirop.

Poursuivez la cuisson jusqu'à obtenir la chevelure de Claudia Schiffer et ajoutez les graines de sésame.

Versez le caramel bouillant sur un tapis en silicone et aplatissez avec une spatule (préalablement chauffée dans de l'eau chaude et séchée) le plus finement possible.

Laissez refroidir et brisez la nougatine en morceaux. Reprenez votre calcul, ça fait 12 lamelles.

2004, p. 102. Question : « Vous aimez faire la cuisine ? » Réponse : « Je préfère la pâtisserie et je range pour la suite... »

9 décembre
Candy, Miss France 2004
ta fille peut s'appeler Candy



Il est lent entre gourmands : boitez une vache, savourez,
attendez quelques instants... Ressentez-vous ces légers picotements,

cette envie de verdure et de ruminer, de replonger dans

La micro-onde, c'est par ici.



La nougatine, elle était là
il y a 2 secondes !!!!



en lointain passé où le bonheur était dans le pré ? Vous vous sentez
heureux avec une soudaine envie de meugler très fort ? Alors nous avons réussi notre
mission... À la Bananeraie, on appelle ça la VACHOTHÉRAPIE ! Meuh !



le bananier est vieux garçon

confiture de vieux garçon, pour 2 bocaux de 1 litre

Sur votre plan de travail :

- 1 kg de fruits de votre choix (cerises, framboises, cassis, groseilles, raisins...)
- 750 g de sucre candi
- 1 gousse de vanille fendue au milieu
- 2 bâtons de cannelle
- 2 racines de gingembre, pelées à l'économie
- 1 pointe de couteau de noix de muscade
- 10 g de poivre de la Jamaïque ou du Sichuan
- 75 cl de cognac ou de rhum blanc

Au boulot !

Lavez les fruits, égouttez-les et séchez-les avec du papier absorbant. Égouttez les fraises et les framboises. Coupez les queues des cerises à 2 cm. **Une bonne chose de faite.**

Ébouillantez les bocaux. **Promis, ça ne leur fait pas mal.** Et ça les stérilise. Évitez de les sécher avec un torchon sale ;-)

Démarré alors une étape clé : la mise en pot. Attention, à effectuer avec soin. Prenez les fruits un par un. **Un par un, j'ai dit.** Et posez-les, un par un, dans les bocaux. Intercalez de temps à autre le sucre et les épices. Voilà.

Versez l'alcool choisi et refermez les bocaux.

Ouf, c'est terminé. Fermez-les bien. **De vos deux mains de gladiateur.**

Les fruits fermentent après quelques jours ? Plus d'alcool ! Dans le bocal. **À ploutare...**

À table !

Servez comme condiment, notamment avec du foie gras, ou en digestif. Évitez d'en faire un dessert lors d'un dîner de travail.

1/ Prenez-le abondamment
 2/ Doublez le crachin bonbon
 3/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 4/ Et sur tout forté-lui contre du Mousart...
 5/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 6/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 7/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 8/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 9/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 10/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 11/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 12/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 13/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 14/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 15/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 16/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 17/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 18/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 19/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 20/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 21/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 22/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 23/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 24/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 25/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 26/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 27/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 28/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 29/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 30/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 31/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 32/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 33/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 34/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 35/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 36/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 37/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 38/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 39/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 40/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 41/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 42/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 43/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 44/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 45/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 46/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 47/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 48/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 49/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 50/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 51/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 52/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 53/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 54/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 55/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 56/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 57/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 58/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 59/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 60/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 61/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 62/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 63/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 64/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 65/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 66/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 67/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 68/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 69/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 70/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 71/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 72/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 73/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 74/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 75/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 76/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 77/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 78/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 79/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 80/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 81/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 82/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 83/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 84/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 85/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 86/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 87/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 88/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 89/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 90/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 91/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 92/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 93/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 94/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 95/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 96/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 97/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 98/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 99/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes
 100/ Placez le pot sur un large plateau rempli de billes



pour le réveillon



pour l'anniversaire
de Papa



Schnitzliak 13 : trouver enfin
au BAKANIER un ARROSEUR
avec expérience.

Confiture
de
Vieux Cognac

à garder





aller simple pour l'enfance

petits pots de crème caramel pour 6 personnes

Dans votre Caddie :

- 20 cl de lait entier
- 3 c. à s. de crème liquide
- 3 jaunes d'œufs frais
- 50 g de sucre semoule

Au boulot !

Main gauche : versez le lait dans la casserole. Et en MÊME temps (j'insiste), main droite : versez la crème dans la MÊME casserole.

Réussi ? Bravo. Bon, pas infaisable non plus, vous pouvez baisser les bras.

Défi suivant : faites apparaître des petites bulles à la surface.

Oui, on appelle ça « porter à ébullition ».

Faites chauffer à feu doux 30 g de sucre dans une casserole à fond épais. Laissez-le caraméliser.

Ôtez du feu et versez-y le mélange lait-crème. Remuez bien.

Fouettez dans un saladier les jaunes d'œufs et le reste de sucre jusqu'à ce que le mélange devienne pâle et mousseux.

Versez le lait caramélisé en continuant de mélanger au fouet.

Reversez dans une casserole et faites cuire à feu doux sans laisser bouillir, en remuant sans cesse avec une cuillère en bois.

Ça brûle dans le bras ? Normal. Continuez. Toujours bien de se dandiner !

La crème doit maintenant napper la cuillère. La crème nappe déjà la cuillère ? Parfait. Ôtez du feu.

Répartissez la crème (à travers une passoire) dans des petits pots ou ramequins.

Faites cuire à 90 °C pendant 1 h 30 au four à chaleur tournante. Soit le temps d'un petit match de tennis, douche comprise. Attrapez votre raquette et confiez la surveillance du four à votre aimé qui regarde « Des chiffres et des lettres ». Retour du match. Alors, vous avez gagné ?

Laissez refroidir les petits pots et réfrigérez quelques heures avant de déguster.

Mais c'est l'onomatopée qui accompagne la grimace des dents devant un plat d'émmental. Mais c'est l'émmental prononcé par un agarnement qui tire la langue. Mais c'est l'émmental de « adorer ». Mais tout est à la fois au nez, le GRAND chef de la communication de la table et un habitant d'Alsace. Qui aime le fromage sur www.michelelaugustin.com

La vache en carton se baigne



NOUVEAU : en plus de poudre de lait, La vache pond de la crème

Mai 2006 : 1 virée à la campagne en kangoo pour

embrasser notre vache... Découverte étonnante :

en plus du beurre, notre vache pond du lait ! Retour à Paris.

Direction la cuisine, la vache + 1 yaourtière

+ 47 expériences = 1 vache à boire...

Très vite, on passe de 2 à 8 vaches
à boire dans notre pré !

Marre... de la machine à café,
des photocopieuses, de la réunionite ?

VOUS êtes ambitieux ?

Vous voulez évoluer dans les PLUS

hautes sphères du pouvoir ?

ans vos rêves les + fous, vous rêvez

de devenir vizir, voire **CALIFE** !

Prenez **IMMEDIATEMENT**

contact avec le DGRH*

de la tribu au 01 53 28 26 40

en précisant le nom de votre

dessert préféré et le nombre

de fois où vous avez arrosé

un bananier. **BONNE CHANCE.**

*Plus sérieusement, la tribu cherche

des "jeunes qui N'en veulent"

pour faire grandir l'entreprise.

Vous savez où nous trouver !



*Directeur Général des Ressources Humaines.

27 tentatives discreetes de convertir Alain à ce dessert très spécial. Autant de soupirs. Finalement
Morgane a réussi. Alain a planché en cuisine pour concocter cette recette
INCROYABLE. À notre tour de la transmettre à votre grand-mère.





Popote : un dimanche après-midi → Au repos : 3 heures
Au four : 8 minutes → Sur le feu : quelques minutes

fraises et citrons essoufflés

le dernier niveau de Mario Bros

gratins de citrons et fraises des bois pour 6 gourmands

Dans votre caddie :

• 5 blancs et 6 jaunes d'œufs.

Non, recomptez, vous n'avez pas besoin de onze œufs...

- 220 g de sucre semoule
- 125 ml de jus de citron
- 125 ml de crème fraîche
- 2 feuilles de gélatine, trempées dans de l'eau froide et bien égouttées
- 1 c. à s. de zestes de citron finement hachés et blanchis
- 125 g de fraises des bois ou autres.

Ou rien ;-))

- 100 g de sablés au miel et aux graines de sésame grillées
- 30 g de sucre glace
- 6 cercles à tartelette de 10 cm de diamètre
- 1 thermomètre à sucre
- 1 batteur électrique ou le bras bionique de Cobra, le superhéros qui fumait le cigare
- Un peu de courage

Ne criez pas.
Ne paniquez pas.
Vous allez y arriver !



Au boulot !

Cette recette, c'est l'équivalent du niveau ultime de Mario Bros sur la Nintendo. Pas simple. Mais quand vous avez gagné... youpi !

Niveau 1 ● Mettez 50 ml d'eau dans une casserole avec 160 g de sucre. Portez à ébullition à feu moyen, en remuant. Écumez et nettoyez les bords intérieurs de la casserole avec un pinceau. Amenez le sucre à 110 °C. **Maintenant : respirez profondément. Étirez-vous. Ça va être du sport !** Commencez à battre les blancs au batteur électrique. Arrêtez la cuisson du sucre à 121 °C, puis, une fois les blancs bien fermes, mettez le batteur en petite vitesse et versez le sucre en un filet mince et continu. Continuez à battre pendant 10 minutes jusqu'à ce que la meringue soit refroidie. **Souriez. Levez les bras. C'est fini. Enfin, pour la meringue.**

Niveau 2 ● Maintenant, on s'attaque à la crème pâtissière au citron. Re-respirez profondément. Vous connaissez le protocole. Dans une casserole, portez à ébullition le jus de citron et la crème. Placez les jaunes d'œufs dans un bol avec 60 g de sucre et battez au fouet jusqu'à ce que le mélange forme un ruban. Versez le jus de citron bouillant, en fouettant. Remettez le mélange dans la casserole et portez à ébullition. Hors du feu, ajoutez la gélatine. Lorsque la gélatine est fondue, laissez tiédir.

Niveau 3 ● À l'aide d'un fouet, incorporez la moitié de la meringue tiède à la crème, puis ajoutez le reste de la meringue à la spatule. Ajoutez les zestes.

Niveau 4 ● Posez des cercles à tartelette de 10 cm de diamètre sur une feuille de papier sulfurisé. À l'aide d'une palette, remplissez les cercles au tiers. Placez les fraises et les biscuits concassés grossièrement, puis remplissez les cercles avec le reste du mélange et lissez. Placez au congélateur 2 à 3 heures.

Niveau 5 ● Préchauffez le four à 220 °C. Sortez les gratins du congélateur, et glissez la pointe d'un couteau trempée dans de l'eau bouillante à l'intérieur des cercles, puis démoulez les gratins. Saupoudrez généreusement les gratins de sucre glace. Beurrez les ramequins à l'aide d'une spatule. Posez chaque gratin congelé au centre d'un ramequin. Enfouissez et faites cuire 8 minutes jusqu'à ce que les gratins gonflent et se colorent. Ils doivent être moelleux et légèrement baveux au centre.

Johnny Halladay, Robbie Williams, Madonna et Raphael pour des concerts sur le territoire pendant les embouteillages. Vous êtes dans les 1er jour de mai à 19h à la Bourse de la Bourse.

Le programme de rassemblement (L'après-midi et le soir) à la Bourse de la Bourse.

Le programme de rassemblement (L'après-midi et le soir) à la Bourse de la Bourse.

Le programme de rassemblement (L'après-midi et le soir) à la Bourse de la Bourse.



Vous avez bien dit sous les yeux La fraise et TOUT le reste ? Bravo. Vive vous ! Vous avez dit tout et RÉUSSI !

Le plus haut niveau de Micro Bros. Même jouer, j'ose encore.



un GRAND merci!!!

Merci à ceux qui nous ont aidés à faire grandir cette aventure.

Il y a 5 ans, nous concoctions des petits sablés ronds et bons dans la cuisine d'Augustin. Nos 2 premiers clients : Salah, épicier de la rue Hermel, et Haifa, traiteur asiatique rue du Poteau, à Paris 18^e. Petit à petit, la baleine a fait son nid. La Grande Épicerie de Paris, Monoprix, Colette et Bert's nous ont rejoints. Merci de participer à notre folle et gourmande aventure ! Sans vous, nous serions encore dans notre petite cuisine.

Derrière ce livre, nous ! Nous, c'est vraiment qui ?

Nous, c'est 30 trublions qui vivent (et dorment parfois ;)) à la Bananeraie. Certains depuis 5 ans. Et qui concoctent des produits gourmands et sains, pour vous faire voir la vie en rose. Merci à Yves, maharaja des petites boîtes. Mille mercis à Sophie, Garance, Alain. Dans la tribu, ce sont les vraies stars des fourneaux :

C'est fini les amis. On se revoit quand ?

Toupez et bavardons à
la Bananeraie 3.0
151, rue de Billancourt
92100 Boulogne-Billancourt
Métro ligne 9, station Billancourt
Tél : 01 53 28 24 40
www.wichetelaugustin.com

Tous les bénéfices seront reversés
à l'association Bouée d'Espoir,
www.BoueeEspoir.org

Qui est qui ?

- Sophie a une hache de bûcheron.
- Alain a un chapeau.
- Garance voit la vie en rose.
- Olivier a des doigts de fée.
- Augustin a toujours les mains dans le pétrin ;)
- Christopher écrit des deux mains.



Trouvez, qui est qui !

Et devant ce livre, c'est vous. Merci. Vive vous !

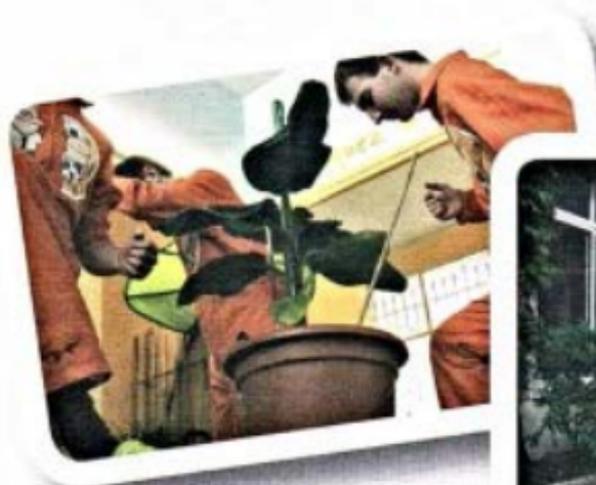
Parce que vous êtes au cœur de cette aventure de Kangoo, vache, bananier, framboises écrasées, beurre un peu salé.

Alain un chapeau type *(...)* de
maîtres de Little Big Oven
aussi sympa que chez vous et des petits plats 3***), rue de l'Église à Boulogne-Billancourt / Garance, qui a écrit *Le Blanc d'œuf*, dix façons de le préparer, et qui

Toquez à la Bananeraie 3.0*.

Rendez-vous chaque 1^{er} jeudi du mois à la Bananeraie, de 19 heures à 20 h 30.
151, rue de Billancourt – Boulogne-Billancourt – métro ligne 9, station Billancourt.

Et vous, vous venez quand ?



L'entrée



Le bananier



*Nos chouettes bureaux d'aujourd'hui. 2004, la Bananeraie 0 : 1 bureau de 7 m² entouré de costumes-cravates gris, Paris 8^e. 2005, la Bananeraie 1.0 : 26, rue Hermel, Paris 18^e,



**Michel &
Augustin**
les triblions du goût



Bienvenue !

Ô toi, qui me tiens dans tes douces mains,
tu vas bientôt découvrir 32 recettes jamais
vues dans le monde. Attention, si dans
un rayon de 30 km vous trouvez un
livre qui présente l'une de nos recettes,
téléphonez-nous immédiatement au
01 53 28 26 40 et gagnez votre poids et
celui de votre voisin en vaches.
Rassurez-vous, c'est impossible
car c'est nous qui les avons inventées !

Michel et Augustin

LES PETITS PLATS

MARABOUT
ORIGINAUX & AUTHENTIQUES
DEPUIS L'AN 2000

www.marabout.com

7,90 €

Prix TTC France

4051652

ISBN : 978-2-501-06413-2

