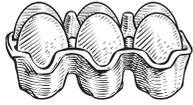




Profitez d'un week-end
en famille
pour faire un brunch
avec les recettes de

Mara Laino
Zaino



Oeufs Bénédicte

3 jaunes d'œufs / 200 g de beurre
2 c. à café de jus de citron / 2 pains à muffins anglais
4 tranches de bacon / 4 oeufs / 1 poignée de jeunes pousses
ciboulette

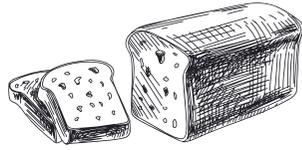
Montez les trois jaunes d'œufs au bain-marie en remuant très énergiquement. Hors du feu, ajoutez progressivement le beurre fondu sans arrêter de mélanger pour conserver l'émulsion. Finir en versant le jus de citron.

Portez une casserole d'eau à ébullition. Plongez les oeufs pendant 6 minutes puis les mettre directement dans un saladier d'eau glacée pour stopper la cuisson.

Couper les pains à muffins en deux et les faire griller quelques minutes au four. Déposer de la salade, une tranche bacon grillé puis un oeuf écalé. Nappez de sauce hollandaise et saupoudrez de ciboulette ciselée.

Astuce : Vous pouvez remplacer le bacon grillé par du saumon fumé





Tartines fraîcheur

De belles tranches de pain / des crevettes décortiquées
des aperges croquantes / du fromage de chèvre frais / des oeufs
durs des jeunes pousses / concombres / Poivre / Sel

Passez vos tranches de pain au four quelques minutes.
Ensuite, recouvrez-les de fromages de chèvre pour servir de base.
Sur ces tartines, vous pouvez déposer, des crevettes, de l'avocat, des
tranches de concombre, des oeufs durs, des asperges croquantes...

Il n'y a pas de limite à votre créativité.
Faîtes de belles présentation et déguster vos tartines
avec gourmandises

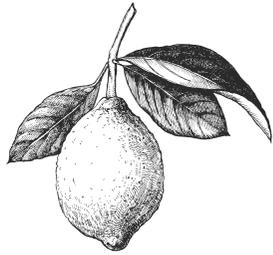




Tartine gourmande

Sur une généreuse
tranche de pain complet, étalez
une purée d'avocat légèrement citronné
et un oeuf mollet.
Salez, poivrez, dégustez

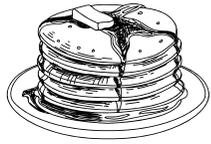




Fruits frais

Pelez et coupez tous les fruits en morceaux
et mettez-les dans un grand saladier.
Saupoudrez d'un peu de sucre et d'un filet de citron.





Pancakes

2 oeufs / 150 ml de lait demi écrémé

1 sachet de sucre vanillé ou une cuil. à café d'extrait de vanille

125 g de farine / 1 c. à café de levure chimique ou de bicarbonate

2 c. à soupe de sucre / 1 pincée de sel

Dans un grand bol, mélangez les ingrédients secs :

farine, levure, le sucre, 1 pincée de sel et un sachet de sucre vanillé

Dans un autre bol, mélangez les 2 jaunes d'oeuf avec le lait puis

ajoutez

aux ingrédients secs en mélangeant, vous obtenez une texture de

pâte à crêpes bien épaisse, laissez reposer 15 à 30 minutes

Battez les blancs en neige et ajoutez-les délicatement

à la préparation

(c'est le secret de pancakes ultra moelleux)

Faites cuire dans une petite poêle beurrée bien chaude 1 minute

de chaque côté

Conseil : Accompagnez vos pancakes de fruits frais





Yaourt gourmand

Dans un verre, superposez de belles couches de
fromage blanc onctueux,
avec des cerneaux de noix,
des pommes caramélisées et du miel.

