

GUIDE Actus

Idées pour l'apéritif



P'tits champignons

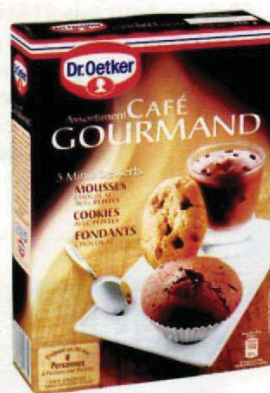
Sains et équilibrés (moins de 12 % de MG pour 100 g), des champignons de Paris marinés à la provençale, au pistou ou au piment. Prêts à être grignotés sur des piques, ils seront encore meilleurs tout juste sortis du réfrigérateur.

Apéro'champi, Royal Champignon, 1,90 € les 160 g, grandes surfaces.

Gourmande

Une salade très fine de chou rouge et blanc, de betterave rouge et de carotte, avec des feuilles de laitue, chicorée et scarole... Idéale avec un magret fumé.

Mélange croquant, Bonduelle, 1,70 € les 230 g, en grandes surfaces.



Mignardises au chocolat

Dans la boîte, 3 sachets auxquels on rajoute un peu de beurre, un œuf et du lait : il reste à cuire 6 fondants, 6 cookies et 6 mousses. Très faciles et délicieux. Un produit dans l'air du temps parfait pour épater et faire plaisir à vos convives en un rien de temps.

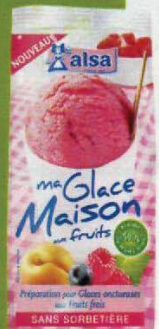
Café gourmand, Dr. Oetker, 3 €, en grandes surfaces.

COUP DE CŒUR

Une glace vite faite sans sorbetière

Réussir une glace au bon goût de fruits frais sans sorbetière et en un temps record, c'est possible grâce à cette préparation. Il suffit de mixer les fruits 3 minutes avec le contenu du sachet, de verser dans un moule et de faire prendre 6 heures dans le congélateur. Le résultat est étonnant : une glace sans cristaux, onctueuse, aérienne et gourmande. C'est magique ! Et délicieux avec tous les fruits frais (ne pas utiliser de fruits congelés).

Ma Glace maison aux fruits, Alsa, 2,50 € les 250 g (pour 900 ml de glace), en grandes surfaces.



Les nouveautés de juillet



Fromage et fruits

Association réussie ! Toutes blanches et fondantes, des billes de chèvre frais fourrées d'un mélange figue et miel qui leur donne une touche très originale. Avec une tomate cerise, le succès est garanti.

Billes de chèvre fourrées miel-figue, Les Croisés, 2,50 € les 75 g, Leclerc.

Entrée ou petite garniture

Deux flans individuels cuisinés avec poivrons, œufs, farine et huile d'olive. Ils se servent froids, en entrée très tendance avec une petite salade, ou réchauffés moins d'1 minute au micro-ondes pour accompagner une viande ou un poisson.

Les flans de poivrons à la provençale, À la table de Mathilde, 3,20 € les 2 x 90 g, en grandes surfaces.



Légumes du plein Midi

Comme dans la recette traditionnelle, courgettes, aubergines, tomates, oignons et poivrons sont coupés en dés et mijotent à l'huile d'olive avec des herbes de Provence. Cette ratatouille se déguste telle quelle, froide ou chaude.

Ratatouille cuisinée à la provençale, Zapetti, 2,55 € les 750 g, en grandes surfaces.



TUTTI FRUTTI

Bon goût de fruit à diluer. Ces préparations 100 % naturelles à base de jus concentrés, arômes naturels et un peu de sucre sont à diluer dans de l'eau pour obtenir 4 l de boisson désaltérante. Saveurs agrumes, pêche, framboise, fruits rouges ou pamplemousse rose. La bouteille se conserve au frigo après ouverture.

Fraîcheur de fruits, Teisseire, 2 € les 50 cl pour 4 l de boisson, en grandes surfaces.



Pâtes express

On les mange directement dans la boîte avec la fourchette fournie ! Ces pâtes cuisinées se réchauffent juste 2 min au micro-ondes, et c'est prêt. Délicieux, sympa, les ados vont adorer. Au choix : tortellini, fusilli, serpentine, macaroni... tous avec de bonnes sauces.

Lunch Box, pâtes Lustucru, 3 € la boîte de 300 g, en grandes surfaces.

Taboulé aux calamars prêt à l'emploi

Facile, le taboulé, et prêt en 30 minutes. Dans la boîte, un bocal de sauce aux calamars, tomates et poivrons parfumée au safran, et un sachet de semoule. On mélange, on laisse reposer au frigo, et voilà ! Parfumé, exquis.

Taboulé de la mer, Jean Martin, 5,10 € les 630 g, en grandes surfaces.



Coupes glacées

Glaces au chocolat issu d'un 1er cru de Madagascar ou au praliné nougatine, c'est au choix, et c'est un grand plaisir. Des desserts onctueux en coupes individuelles, que l'on déguste religieusement.

Glaces chocolat ou praliné nougatine, L. Angély's, 3,50 € les 2 x 120 ml, en grandes surfaces.



Courgettes cuisinées

En rondelles cuites et relevées d'huile d'olive, d'oignon, d'origan, de vinaigre et de persil, elles se dégustent en entrée ou en légume d'accompagnement. Elles sont pratiques, ces courgettes, et gourmandes, on dit oui.

Rondelles de courgettes aux herbes aromatiques, de Rustica, 2,50 € le sachet de 125 g, Leclerc.



Compote au rayon glace

Cet été les petits retrouvent leur compote favorite en gourde, mais en version glace. Un sorbet de fruit onctueux dès la sortie du congélateur. Pomme, pomme-abricot ou pomme-framboise.

Pom'potes p'tit sorbet, de Materne, 2,50 € les 4 x 70 ml, grandes surfaces.



Réalisation : Sylvaine Scelles