

LES RECETTES DU RESTO'



Ingrédients

- > 150g de farine
- > 100g de sucre
- > 100g de beurre
- > 3 oeufs
- > 6 à 8 clémentines
- > 50g de sucre glace
- > 50cl de lait
- > 4 jaunes d'oeufs
- > 125g de sucre
- > Arôme de vanille

UN FRUIT

Riche en vitamine C et en calcium ;
Bon pour la circulation sanguine ;
Peu calorique ;
À consommer de novembre à janvier.

ASTUCES

Elles se conservent une semaine à température ambiante, mais on peut aussi les conserver au réfrigérateur dans le bac à légumes, afin de leur éviter tout risque de déshydratation.

LA VITAMINE C ?

Elle booste le système immunitaire et réduit la fatigue avec des effets positifs sur la peau !

CAKE À LA CLÉMENTINE ET CRÈME ANGLAISE

avec le Restaurant Scolaire DE MOURENX

30'
préparation

15'
cuisson

Étapes

La crème anglaise

- > Portez le lait à ébullition puis ajoutez-y l'arôme de vanille.
- > Dans une seconde casserole, fouettez activement les jaunes d'œufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
- > Incorporez-y ensuite le lait petit à petit. Fouettez jusqu'à rendre l'appareil bien homogène.
- > Remettez l'appareil sur le feu et remuez jusqu'à ce que la crème s'épaississe. Ne pas laisser bouillir !
- > Conserver au réfrigérateur.

Les cakes à la clémentine

- > Préchauffez le four à 180°.
- > Dans un saladier, mélangez les œufs et le sucre.
- > Incorporez le beurre et la farine.
- > Ajoutez le zeste et le jus de 3 clémentines.
- > Remuez activement et versez le tout dans un moule à cake.
- > Laissez cuire 13 à 15 min (à ajuster)
- > Pendant le temps de cuisson, faites fondre le sucre glace avec le jus de 3 clémentines dans une casserole.
- > Quand le cake est cuit, versez le glaçage dessus.
- > Laissez tiédir et démoulez !



Retrouvez toutes les recettes du Restaurant Scolaire sur
mourenx.fr/les-recettes-du-resto