

Le smoothie soyeux

Pour 4 personnes • Préparation : 10 minutes

Ingrédients

7 kiwis

3 bananes

1 verre de jus de pomme



SLURP...
UN PEU DE DOUCEUR
DANS CE MONDE
DE BRUTES !



1 Coupe les extrémités des kiwis et épluche-les soigneusement.



2 Épluche les bananes. Coupe les kiwis et les bananes en morceaux.



3 Mixe longuement les fruits avec le jus de pomme. Ça doit mousser !



4 Verse le smoothie dans quatre verres et sers tout de suite. Déguste !

Le big cookie

Pour 4 personnes • Préparation : 20 minutes • Cuisson : 20 minutes

Ingrédients

- 1 œuf
- 125 g de farine
- 125 g de beurre demi-sel
- 100 g de sucre
- 100 g de noixettes en poudre
- 25 g de noixettes concassées
- 70 g de pépites de chocolat
- 1/2 sachet de levure



VOILÀ UN DRÔLE
DE COOKIE COOL !



1 Casse l'œuf dans un bol et bats-le avec une fourchette. Dans un second bol, mélange la farine, les noixettes en poudre, le sucre et la levure.

2 Avec un adulte, fais fondre le beurre à feu doux dans une poêle. Retire du feu, laisse refroidir. Ajoute l'œuf battu, mélange avec une spatule.

3 Verse le second bol. Mélange. Repose la poêle sur le feu. Aplatis la surface avec la spatule, puis ajoute le chocolat et les noixettes concassées.

4 Couvre la poêle avec un couvercle. Fais cuire à feu très doux pendant 15 minutes. Retire le couvercle et laisse refroidir. Miam !