

JOURNEE ATELIER-CUISINE EN RELATION AVEC LA VISITE DE L'EXPOSITION "A TABLE"

Le mercredi 14 décembre cinq personnes Déficiantes Visuelles : Bernadette, Caroline, Emmanuelle, Jeanine, Yvette, accompagnées de deux Bénévoles : Solange et Bernard, ont participé à un atelier, en relation avec l'exposition "A Table".

Ces mêmes personnes avaient assisté 15 jours avant à la visite descriptive et tactile.

Cette exposition met en valeur les produits de la Normandie : beurre d'Isigny, huîtres de Courseulles, andouille de Vire, tripes à la mode de Caen, canard de Rouen... et nous rappelle ce que notre région a su offrir aux gourmands.

L'animatrice, Julie a proposé de faire une crème au caramel et des financiers permettant d'utiliser des produits normands.

L'une des participantes, Caroline, nous a fait part de son ressenti :

"Merci beaucoup à Julie et aux Auxiliaires pour cet après-midi intéressant et gourmand. C'est drôle, on s'y retrouve entre curieuses qui en profitent pour se dire leurs trucs et recettes !

Nous avons eu un complément d'information, non sur la table comme dans l'exposition du musée de Normandie mais sur l'évolution du goût ; après les amertumes, adoucies au miel, des légumes romaines et moyenâgeuses, le goût s'est tourné vers du plus doux et sucré.

Nous avons donc fini l'année 2016 avec un bon dessert, financiers et crème renversée. Merci de m'avoir réconciliée avec la confection du caramel au fond d'un moule.

Et merci quand même au musée de nous permettre ces séances de cuisine sans avoir à s'occuper du bois à mettre dans le fourneau, ni l'eau du puits dans les seaux..." Caroline



3 RECETTES FACILES A EXECUTER

Crème renversée - Financiers - Biscuits suédois aux flocons d'avoine

CREME RENVERSEE

Ingrédients

1 l de lait

8 œufs entiers

155 g de sucre en poudre

150 g de sucre pour le caramel

Faire un caramel et le verser dans le moule.

Alternative : Mettre un peu de sucre dans le fond du moule sans eau et mettre un peu au four pour que cela caramélise. Le sortir pour qu'il refroidisse.

Faire chauffer le lait sans le faire bouillir. Dans un saladier, battre sucre et œufs entiers.

Mettre peu à peu le lait sur le mélange et remuez sans faire mousser. Vous pouvez le filtrer mais rien d'obligatoire.

Mettez-le dans le moule caramélisé et faites cuire au bain marie environ 40/50mn dans un four préchauffé à 130°.

Laissez refroidir et recouvrez d'un film puis mettez-le au réfrigérateur (24h l'idéal, pour que la crème soit plus ferme).

Servez dans le moule ou démoulez

FINANCIERS

Ingrédients

50 g de poudre d'amande

50 g de farine

150 g de sucre

75 g de beurre

4 blancs d'œufs

Mélangez la poudre d'amandes + le sucre + la farine + les blancs d'œufs non battus.



Faire fondre le beurre, laissez un tout petit peu refroidir pour ne pas cuire la préparation avec les œufs.

Ajoutez, mélangez et mettez en petits moules individuels.

Enfournez environ 15/20 mn à 200°C.

Démoulez aussitôt.

BISCUITS SUEDOIS AUX FLOCONS D'AVOINE

Ingrédients

100 g de flocons d'avoine

35 g de farine (plus si on met l'œuf entier !!)

100 g de sucre

80 g de beurre fondu

1/2 œuf

1 cuillère à café d'extrait de vanille liquide (facultatif)

1 cuillère à soupe de miel

1 cuillère à café de levure chimique

Mixez les flocons d'avoine.

Mélangez-les avec le sucre et la farine dans un saladier.

Ajoutez le beurre fondu, l'œuf, la vanille, le miel et la levure, en mélangeant bien.

Préchauffez le four à 200°C.

Formez des petits tas de pâte sur une plaque de four recouverte de papier cuisson.

