

De bouche à oreille

La newsletter de la saison hivernale

NOTRE REGARD SE POSE SUR : LES ÉPICES



Cette saison, nos chefs célèbrent les épices, les intégrant avec passion dans les créations culinaires pour vos petits gourmands. Ces bijoux gustatifs agissent comme des magiciens du goût, réduisant la nécessité d'ajouter sel et sucre tout en faisant découvrir à vos enfants les saveurs du monde. Les épices ajoutent une palette de couleurs aux plats, captivant le regard des enfants, éveillant leur curiosité et les encourageant à explorer de nouvelles saveurs. En bonus, ces épices sont également appréciées pour leurs bienfaits pour notre santé.

NOTRE PETIT PLUS SCOLAREST: NOTRE APPROCHE ÉDUCATIVE

Scolarest ne se limite pas uniquement à fournir des services de restauration scolaire. Nous souhaitons contribuer au développement des connaissances des enfants sur l'alimentation et la nutrition - des sujets généralement peu abordés dans un parcours scolaire traditionnel.

Ainsi, Scolarest propose des concepts adaptés à différents groupes d'âges qui proposent une approche culinaire spécifique, des ateliers culinaires et des supports éducatifs et ludiques qui permettent aux enfants de se familiariser avec des thématiques adaptées à leur âge.

Ces supports abordent la saisonnalité des produits, illustrent l'origine de produits et les recettes du monde, abordent l'importance du recyclage, du tri sélectif et de la valorisation des déchets ou encore, pour les plus jeunes, expliquent comment composer une assiette équilibrée.



De bouche à oreille

NOS RECETTES DE LA SAISON: BISCUITS À OFFRIR OU À DÉVORER

En cette période de fêtes qui est synonyme de moments partagés avec vos proches, profitez de nos deux recettes de biscuits à réaliser et à décorer en famille.

Biscuits de pain d'épices décorés

INGRÉDIENTS PÂTE BISCUITS (approx. 12 pièces)

- ★ 350g farine de blé
- ★ 150g farine de seigle
- ★ 5g bicarbonate de soude
- ★ Mélange pain d'épices fait maison (ingrédients ci-dessous) ou 8-10g de mélange pain d'épices prêt à l'emploi
 - ★ Zeste d'une orange
 - ★ 1g clous de girofle en poudre
 - ★ 3g **cannelle** en poudre
 - ★ 1g de badiane en poudre
 - ★ 2g anis vert en poudre
 - ★ 1g de gingembre en poudre
- ★ 200g sucre cassonade
- ★ 110g miel
- ★ 150g beurre froid coupé en dés
- ★ 1 gros œuf ou 2 petits
- ★ 1 pincée de sel

INGRÉDIENTS GLAÇAGE ROYAL

- ★ 60g sucre glace
- ★ 1/3 blanc d'œuf
- ★ Colorants en poudre



Préparation pâte

1. Mélanger ensemble le beurre et la farine de seigle
2. Ajouter le reste des ingrédients secs : la farine, le bicarbonate, le sucre cassonade et les épices et mélanger
3. Faire chauffer le miel dans une casserole, verser dans le mélange sec et mélanger
4. Ajouter l'œuf et mélanger
5. Former une boule avec la pâte et la filmer avant de la placer au frais pour 1 heure de repos
6. Préchauffer le four à 190°C
7. Étaler la pâte sur une épaisseur de 2 mm environ
8. Faire cuire une dizaine de minutes à 190°C
9. Découper les biscuits avec des emporte-pièces de votre choix sur le biscuit encore chaud et réserver

Préparation glaçage royal

10. Mélanger le blanc d'œuf, le sucre glace et le colorant
11. Mettre le glaçage dans un cornet en papier et décorer les biscuits, une fois refroidis, en laissant libre cours à votre imagination!

Biscuits de Noël au chocolat et à la clémentine

INGRÉDIENTS PÂTE BISCUITS (approx. 12 pièces)

- ★ 250 g de farine
- ★ 25 g de cacao en poudre
- ★ 125 g de poudre de noisette
- ★ 130 g de beurre mou
- ★ 1 œuf
- ★ 75 g de sucre glace
- ★ 1 pincée de sel fin
- ★ 1 pincée de levure chimique

INGRÉDIENTS CONFITURE DE CLÉMENTINE

- ★ 3 clémentines
- ★ 250 de sucre



Préparation

1. Épluchez et coupez vos clémentines en morceaux puis faites-les cuire environ 10 min avec votre sucre pour obtenir une belle confiture.
2. Pétrissez tous les aliments composant la pâte à biscuits et laissez reposer pendant 20 minutes.
3. Étalez et détaillez la pâte à biscuits d'environ 2-3 mm d'épaisseur, en choisissant la forme qu'il vous plaira ou en demandant de l'inspiration aux enfants!
4. Faites cuire les biscuits pendant 10 min à 170 degrés
5. Il ne vous restera plus qu'à les garnir de votre confiture et les assembler.

