

Le féminin le plus lu de France

Femme Actuelle

Belles au naturel
LES SECRETS DES FEMMES ÉCLATANTES

Nouveau

+ de vie saine
+ de témoignages
+ de conseils

Déco créa
Une suspension maison avec Sophie Ferjani

AU TOP DE MA FORME

AVEC MON RITUEL QUOTIDIEN

40 ACCESSOIRES MODE
QUI DONNENT DU STYLE

Cheveux
8 solutions anti-chute

Internet
Attention aux abonnements cachés



JE PRÉPARE FACILEMENT UN BUFFET ÉPATANT

BEL: 2,10€ - CH: 3,40 CHF - LUX: 2,10€
N°1753 - DU 28 AVRIL AU 4 MAI 2018

PM PRISMA MEDIA

M 03271 - 1753 - F: 2,00 €



Taboulé de perles gourmandes

8 pers.    20 min
 8 min  2 h   

400 g de petites pâtes perles • 2 pots d'œufs de truite • 1 bouquet d'aneth • 1 concombre • 2 échalotes • 6 c. à s. d'huile d'olive • 1/2 citron • sel, poivre

1. Faites cuire les pâtes à l'eau bouillante salée, selon les indications du paquet: 8 min environ. Egouttez-les et passez-les sous l'eau froide. Mélangez-les avec 3 c. à s. d'huile et laissez-les refroidir.

2. Coupez le concombre, sans l'éplucher, en très petits dés, de la taille des pâtes cuites. Pelez et coupez les échalotes en dés de la même taille. Mélangez le tout avec les pâtes, le reste d'huile et le jus du citron. Salez et poivrez. Placez au réfrigérateur pour 2 h.

3. Ajoutez l'aneth ciselé et les œufs de truite, en mélangeant délicatement, au dernier moment. Servez frais.

Conseil: préférez les pâtes «piombi» ou plombs (épicerias italiennes ou orientales, ou rayon exotique des grandes surfaces). Ce que vous repérez sous le nom de «perles» est un équivalent plus petit, avec un autre rendu visuel.



Tarte au citron en verrine

8 pers.    30 min  10 min  1 h   

12 à 15 palets bretons (Roudor) • 5 citrons • 4 œufs + 4 blancs • 125 g de beurre • 150 g de sucre glace • 125 g de sucre en poudre

1. Râpez le zeste des citrons et pressez la pulpe. Mettez le jus et les zestes dans une casserole, ajoutez 4 œufs entiers et le sucre glace. Faites épaissir sur feu doux sans cesser de mélanger et sans laisser bouillir. Hors du feu, ajoutez le beurre coupé en dés. Filtrez dans une passoire. Laissez refroidir.

2. Fouettez les 4 blancs d'œufs en neige molle, poursuivez en versant peu à peu le sucre en

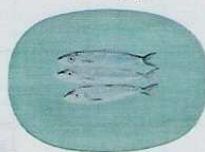
pluie, jusqu'à ce que vous obteniez une neige ferme.

3. Emiettez les biscuits et répartissez-les dans 8 verrines supportant la chaleur. Déposez dessus une couche de crème au citron.

4. Mettez la meringue dans une poche à douille cannelée (ou à saint-honoré) et dressez-la en volutes sur les verrines. Dorez au chalumeau de cuisine. Placez au réfrigérateur jusqu'au service.

Conseil: vous pouvez allonger la crème au citron de 3 cuillerées de mascarpone et de 2 gouttes de colorant jaune si vous préférez les desserts peu sucrés.

Le buffet a belle allure



MARINE Assiette poissons en faïence, 21 x 33 cm. Maisons du Monde, 6,99 €.

NATURELLE Nappe en chanvre pur, 149 €, Couleur Chanvre, sur couleur-chanvre.com.



RÉTRO Bouteille en verre, 1,2 l. Officina, chez E. Leclerc, 2,90 €.