

matins sucrés

Une table gourmande au déjeuner, ça commence bien la journée!
Voici trois recettes ensoleillées, idéales pour une matinée relax
ou un brunch du dimanche.



CAKE AU CITRON ET
AUX GRAINES DE PAVOT



CAKE AU CITRON ET AUX GRAINES DE PAVOT

Donne de 10 à 12 tranches

Ingrédients

- › 160 ml (2/3 tasse) de beurre non salé
- › 3 œufs
- › 180 ml (3/4 tasse) de sucre
- › 300 ml (1 1/4 tasse) de farine
- › 5 ml (1 c. à thé) de levure chimique
- › 1 pincée de sel
- › Un peu plus de 15 ml (1 c. à soupe comble) de graines de pavot
- › Le zeste de 1 citron
- › Le jus de 2 citrons

Préparation

1. Préchauffer le four à 180 °C (350 °F).
2. Faire fondre le beurre au micro-ondes. Réserver.
3. Dans un grand bol, à l'aide du batteur électrique ou d'un fouet, fouetter les œufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange devienne mousseux et double de volume. Ajouter la farine, la levure chimique, le sel, le beurre, les graines de pavot, le zeste et le jus de citron, et remuer sans trop mélanger.
4. Beurrer et fariner un moule à pain d'environ 23 cm x 12 cm (9 po x 5 po). Verser la pâte dans le moule et faire cuire au four environ 40 minutes, jusqu'à ce qu'un cure-dent piqué au centre du cake en ressorte propre.
5. Démouler le cake et le laisser tiédir avant de le servir.

CRÊPES FLAMBÉES FAÇON SUZETTE

Donne 4 portions

Ingrédients

- › 4 œufs
- › 25 ml (5 c. à thé) de sucre
- › 500 ml (2 tasses) de lait
- › 250 ml (1 tasse) de farine
- › 1 pincée de sel
- › 30 ml (2 c. à soupe) de beurre fondu
- › Beurre, en quantité suffisante
- › Le zeste de 1 orange
- › Liqueur à l'orange (de type Grand Marnier ou triple-sec), en quantité suffisante
- › Yogourt grec à la vanille, au goût

Préparation

1. Dans un bol, à l'aide d'un fouet, battre les œufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange soit blanc et mousseux. Ajouter le lait puis, toujours en fouettant, incorporer la farine et le sel.
2. Verser le beurre fondu et mélanger. Laisser reposer la pâte 1 heure 30 minutes au frigo.
3. Dans une poêle antiadhésive chauffée à feu moyen, faire fondre un peu de beurre et faire cuire les crêpes des 2 côtés. Les déposer au fur et à mesure sur une plaque à pâtisserie.
4. Mélanger 30 ml (2 c. à soupe) de beurre ramolli, le zeste d'orange et 5 ml (1 c. à thé) de liqueur à l'orange. Tartiner chaque crêpe de ce mélange, puis les plier en quatre.
5. Dans une petite poêle, faire chauffer environ 30 ml (2 c. à soupe) de liqueur à l'orange à feu vif. Flamber à l'aide d'une longue allumette, verser immédiatement sur les crêpes et laisser la flamme s'éteindre toute seule. Déposer les crêpes dans une assiette de service. Servir avec le yogourt.

Recette conçue par le chef Martin Juneau pour la nouvelle plaque de cuisson à induction haute performance (KY-B84AX), de Panasonic. Pour en savoir plus, voir page 95



MUFFINS AU NUTELLA

Donne 12 muffins

Ingrédients

- › 250 ml (1 tasse) de farine tout usage
- › 180 ml (3/4 tasse) de farine de blé entier
- › 60 ml (1/4 tasse) de flocons d'avoine à cuisson rapide
- › 5 ml (1 c. à thé) de levure chimique
- › 5 ml (1 c. à thé) de bicarbonate de soude
- › 180 ml (3/4 tasse) de lait faible en gras (2 % ou moins)
- › 180 ml (3/4 tasse) de purée de pommes non sucrée
- › 60 ml (1/4 tasse) de miel
- › 1 œuf
- › 5 ml (1 c. à thé) d'extrait de vanille
- › 250 ml (1 tasse) de framboises fraîches ou surgelées
- › 180 ml (3/4 tasse) de Nutella

Préparation

1. Préchauffer le four à 190 °C (375 °F).
2. Vaporiser un moule à muffins d'enduit végétal antiadhésif (de type Pam).
3. Dans un grand bol, à l'aide d'un fouet, mélanger les farines, les flocons d'avoine, la levure chimique et le bicarbonate de soude.
4. Dans un autre bol, toujours à l'aide d'un fouet, mélanger le lait, la purée de pommes, le miel, l'œuf et la vanille. Ajouter ce mélange aux ingrédients secs et remuer jusqu'à l'obtention d'une préparation homogène. Ajouter les framboises et mélanger.
5. À l'aide d'une cuillère, répartir également la pâte dans les cavités du moule à muffins.
6. Faire cuire au four environ 20 minutes, jusqu'à ce qu'un cure-dent piqué au centre d'un muffin en ressorte propre. Laisser refroidir complètement.
7. Couper les pourmuffins en deux et étaler sur l'une des moitiés 15 ml (1 c. à soupe) de Nutella.

Recette tirée du site nutella.ca

La recette du cake au citron est tirée des *Matins gourmands du Club des petits déjeuners*: 70 recettes qui ont de la personnalité, Les Éditions de l'Homme, 25 S.

