



Mes petites recettes en famille

Noël



Andréanne C.Côté
Valérie C.Côté

Édition Noël

Le temps des fêtes

Voici venu ce moment de l'année où l'on se retrouve avec les gens qu'on aime, où l'on laisse la magie guider nos coeurs et le chocolat chaud nous réchauffer.

C'est aussi le parfait moment pour se rassembler ensemble en cuisine afin de concocter de délicieuses recettes festives!

Vous trouverez dans cette édition de Noël huit recettes thématiques.

Ce petit livre de Noël est une extension à notre livre de recettes complet *Mes petites recettes en famille*. Dans ce dernier, vous retrouverez 12 recettes ainsi qu'une mine d'or d'informations pour donner envie à vos tous-petits d'explorer les aliments et de participer en cuisine avec vous! Le tout avec notre touche ludique et éducative!

À vos tabliers!! Bon appétit!

HoHoHo

Pour découvrir tous nos autres projets, visitez notre site internet:

www.filles1001projets.com

Légende:

c.à.s = cuillère à soupe ou à table

c.à.t. = cuillère à thé

ta. = tasse

 Portions

 Temps de préparation

 Temps de cuisson

 Temps de réfrigération

 Se congèle

La soupe de Mère Noël



8-10



20min



60 min



Ingrédients



1 gros oignon



1 patate douce



4 ta. carottes



1 ta. betteraves



½ c.à.t. sel/poivre



1/3 ta. crème



1 c.à.s. huile végétal



2 c.à.s. épices au choix
(gingembre, poudre d'ail, sel d'oignon)



8 ta. bouillon de poulet
ou légumes



½ ta. poires

Étapes

1. Couper l'oignon en morceaux.

2. Dans une casserole, faire cuire l'oignon dans l'huile pendant 4 à 5 minutes à feu moyen-vif.

3. Couper les betteraves précuites, la patate douce et les carottes en gros morceaux.

4. Ajouter les légumes dans la casserole et faire cuire 2 minutes.

5. Ajouter les épices et fines herbes, puis remuer.
6. Ajouter le bouillon et porter à ébullition.
7. Réduire le feu à moyen. Couvrir et laisser mijoter pendant 45-60 minutes en remuant quelques fois.
8. Piquer les morceaux de légumes pour vérifier la cuisson.
9. Laisser mijoter plus longtemps au besoin.
10. Ajouter la crème et les poires.
11. Au mélangeur, réduire le tout en purée lisse.
12. Ajuster l'assaisonnement au goût pour plus épicé ou sucré.
13. Servir et décorer avec des croûtons et des petits cubes de betteraves si désiré.

*Vous pouvez faire votre propre recette de betteraves ou acheter celles vendues en magasin non vinaigrées.

Le gruau des lutins



1



15 min



1h ou nuit

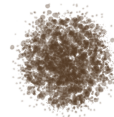
Ingédients



½ ta. flocons d'avoine



½ ta. fruits rouges



1 c.à.t. chia



1 c.à.t. miel



½ c.à.t. vanille



1/3 ta. lait



1 pomme verte



1 c.à.s. pépites de chocolat

Étapes

1. Mélanger les flocons d'avoine et les graines de chia moulues.
2. Ajouter le lait, la vanille et le miel.
3. Mélanger le tout.
4. Ajouter les fruits rouges sur le dessus sans mélanger.
5. Ajouter la garniture désirée: pomme verte râpée, pomme grenade, pépites de chocolat, graine de chanvre, noix.
6. Laisser reposer toute la nuit au réfrigérateur ou 1 heure.

Houmous sucré des rennes



3 ta.



15min



0 min

Ingrédients



540 ml pois chiches



$\frac{1}{2}$ ta. eau froide



1 $\frac{1}{2}$ c.à.s. jus de citron



6 dattes



1 ta. fraises

Étapes

1. Rincer et égoutter les pois chiches.
2. Faire tremper les dattes dans l'eau bouillante pendant 10 minutes pour les faire ramolir.
1. Dans un mélangeur, ajouter les pois chiches, le jus de citron, l'eau froide, les fraises et les dattes.
2. Réduire le tout jusqu'à l'obtention d'une purée lisse.
3. Ajouter quelques gouttes de colorant alimentaire rouge pour une couleur plus foncée si désiré.
4. Décorer avec la pomme verte râpée, des pépites de chocolat, des fraises ou des morceaux de pommes grenades.

Riz soufflé festif



15



15min



5 min

Ingrédients



4 ta. riz soufflé



5 ta. guimauves



¼ ta. beurre



½ c.à.t. vanille



colorant alimentaire
au choix

Étapes

1. Dans une grande casserole, faire fondre le beurre à feu moyen et ajouter le colorant alimentaire.
2. Ajouter les guimauves et la vanille. Remuer et cuire jusqu'à ce que les guimauves soient fondues.
3. Retirer du feu. Ajouter le riz soufflé et mélanger.
4. Déposer un papier parchemin ou une feuille en silicone dans un plat (8 po).
5. Répartir et aplatir le mélange dans le plat.
6. Couvrir et laisser reposer 40 minutes avant de couper.

Popcorn des fêtes



6



10 min



5 min

Ingédients



½ ta. grains de maïs



1 c.à.s. huile végétal
Attention pas huile d'olive!



¼ ta. beurre



colorant alimentaire
au choix

Étapes

1. Dans une grande casserole, chauffer l'huile à feu moyen.
 2. Ajouter les grain de maïs et mélanger pour bien enrober les grains d'huile.
 3. Couvrir et faire cuire à feu vif en remuant la casserole régulièrement jusqu'à ce que tous les grains éclatent.
 4. Faire fondre le beurre au micro-ondes quelques secondes.
 5. Ajouter le colorant au beurre fondu et bien mélanger.
 6. Ajouter le beurre au maïs éclaté et remuer.
- Séparer le maïs éclaté en deux avant l'étape du beurre pour un popcorn bicolore.

Boules de neige



12



20min



30 min



Ingédients



1 ta. flocons d'avoine



1 banane mûre



½ ta. noix au choix



1 c.à.s. sirop d'érable



½ c.à.t. vanille



½ c.à.t. cannelle



¼ ta. mélange
d'avoine texturée enrichie



½ ta. chocolat blanc



1/3 ta. noix de coco



3 dattes hâchées

Étapes

1. Hâcher les dattes en morceaux.
2. Dans un petit bol, ajouter les flocons d'avoine, les noix hâchées, l'avoine texturée enrichie, la cannelle, les dattes et mélanger le tout.
3. Dans un grand bol, écraser la banane en purée.
4. Ajouter le sirop d'érable et la vanille à la banane en

purée et bien mélanger.

5. Ajouter le mélange de flocons d'avoine et mélanger.
6. Avec vos mains former des boules d'environ 1 pouce (2-3 cm)
7. Dans un petit bol, faire fondre le chocolat blanc, quelques secondes à la fois, jusqu'à l'obtention d'une texture lisse.
8. Préparer la noix de coco râpée dans une petite assiette.
9. Tremper la moitié de la boule dans le chocolat blanc, puis tremper dans la noix de coco.
10. Laisser refroidir au réfrigérateur pendant 30 minutes.

*Vous pouvez remplacer l'avoine texturée enrichie par la même quantité de flocons d'avoine

Boissons glacées

Le fouetté

½ ta. de crème à fouetter

½ ta. eau ou limonade

2 c.à.s. sirop de grenadine

4 glaces

1. Dans un mélangeur, broyer le tout.



Le pétillant

½ ta. de jus au choix

½ ta. eau pétillante

1 c.à.s. sirop de grenadine

1. Verser le sirop de grenadine.

2. Remplir le verre de glace.

3. Ajouter le jus et l'eau pétillante.



Le chocolat chaud du Père Noël



1



10min



7min

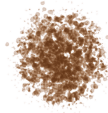
Ingrédients



1 ½ ta. lait au choix



1 c.à.t. vanille



1 c.à.t. cacao



½ ta. pépites
de chocolat



10-15
mini-guimauves

Étapes

1. Dans un petit chaudron, à feu moyen, faire chauffer le lait, la vanille, le cacao et les mini-guimauves.
 2. Mélanger régulièrement pendant 5 minutes.
 3. Éteindre le feu et laisser le chaudron sur le rond chaud.
 4. Ajouter les pépites de chocolat. Mélanger jusqu'à ce que tout le chocolat soit fondu.
- Ajouter un peu de lait froid et de guimauves au goût





© Tous droits réservés à Les filles aux 1001 projets, 2025

Ce document ne peut être reproduit en partie ou
en intégralité à des fins autres que personnelles.

ISBN 978-2-9819527-3-8

