



RECETTES RUSSES



“Pommes remplies au four « Assorti ”.

Ingrédients

- Confiture d’abricots- 2 cuillérées
- Des pignons – une cuillérée
- Gingembre en poudre- une pincée
- Sirop de fraises – 2 cuillérées
- Semoule – une cuillérée
- Vanille- une pincée
- Miel- une cuillérée
- Noix- 3 unités
- Eau – 3 cuillérées
- Pommes vertes – 3 unités
- Cannelle- une pincée



Préparation de la salade de fruits tropicaux glacée

* Laver les pommes et les évider avec un couteau spécial ou habituel. Il se formera alors un trou où l’on pourra verser de la confiture d’abricots.

* Verser dans un moule de l’eau (optionnel). Mettre les pommes dans le moule. Dans la première pomme, mettre de la confiture d’abricot, puis ajouter des pignons et une pincée de gingembre, selon vos goûts.

* Remplir la deuxième pomme avec le sirop de fraises, mélangé avec de la semoule et saupoudrer de vanille.

* Dans la troisième pommes, mettre les noix, remplir avec du miel et saupoudrer de cannelle. Mettre au four préchauffé jusqu’à 200°C pendant 20-30 minutes. Servir chaudes ou froides.

Gâteau aux carottes

Le gâteau aux carottes est l'un des desserts sains et savoureux. Il est apparu il y a longtemps, à la fin du XVIème siècle.

Ingrédients

- Œufs – 4 unités
- Sucre – 2 tasses
- Beurre
- Huile de tournesol -1,5 tasse
- Farine- 2 tasses
- Carottes rapées : 3 tasses
- Noix 120g
- Cannelle moulue – 2 cuillérées
- Soude – 2 cuillérées
- Sel- une cuillérée



Préparation

*Mélanger les œufs, le sucre et le beurre. Mélanger à part les ingrédients secs, mélanger le tout et ajouter les carottes et les noix. Mettre la pâte dans un moule et enfourner à 160°C .

*Le gâteau peut se couper en deux tartes. Mettre la crème mascarpone ou une crème fouettée 35% MG au milieu.

Décorer à votre plaisir

Servir froid