

Recette

Salade de poulpe grillé

- 1ère étape :
Couper le poulpe en morceaux, et faites-les dorer à la plancha 5 min, avec un filet d'huile.
- 2ème étape :
Emincer les oignons et l'ail. Effeuillez le cerfeuil et le thym.
- 3ème étape :
Dans un plat, mélanger le poulpe avec l'oignon, l'ail, le cerfeuil et le thym, le piment d'Espelette, le reste d'huile, le zeste et le jus de citron.
- ET AUSSI :
1 gousse d'ail, un demi bouquet de cerfeuil, deux branches de thym, trois cuillères à soupe d'huile d'olive, une cuillère à café de piment d'Espelette.



Le coin des enfants



*Occupez vos enfants pendant les
journées chaudes d'été !
Faites leur faire de la pâte à sel !*

Ingrédients :

- 2 verres de farine
- 1 verre de sel fin
- 1 verre d'eau tiède

Dans un saladier mélanger le tout afin d'obtenir une pâte molle et souple.

Demander aux enfants de faire des petites figurines ou autres objets.

Laisser sécher les objets une dizaine d'heures.

Les mettre ensuite au four à 100°C et vérifier la cuisson.

Sortez les et décorez les avec de la peinture.

Amusez-vous bien !

