

Cuisinart^{MD}

LIVRET D'INSTRUCTIONS ET DE RECETTES



Robot culinaire Elemental^{MC} 13 tasses (3,1 L)

Série FP-13C

Pour votre sécurité et votre satisfaction continue, prenez toujours le temps de lire le livret d'utilisation attentivement avant d'utiliser l'appareil.

CONTENANCES MAXIMALES DU GRAND BOL

ALIMENT	CAPACITÉ
Fruits, légumes ou fromages tranchés ou râpés	13 tasses (3,1 L)
Fruits, légumes ou fromages hachés	6 tasses (1,4 L)
Fruits ou légumes en purée	6 tasses (1,4 L) cuits; 4 tasses (1 L) en purée
Viande, poisson ou fruits de mer hachés ou en purée	2 lb (907 g)
Liquides clairs* (vinaigrette, soupe, etc.)	8 tasses (2 L)
Pâte à gâteau	1 gâteau au fromage de 8 po (20 cm); 1 boîte d'une préparation pour gâteau de [15,25 oz (432,3 g)]
Pâte à biscuits	5 douzaines (recette moyenne de biscuits aux grains de chocolat)
Pâte à pain blanc ou à pizza	4 tasses [1 L (de farine tout usage ou à pain)]
Noix pour beurres	4 tasses (1 L)

CONTENANCES MAXIMALES DU PETIT BOL

ALIMENT	CAPACITÉ
Fruits, légumes ou fromages tranchés ou râpés	2 tasses (500 ml)
Fruits ou légumes en purée	2 tasses (500 ml)
Liquides clairs* (vinaigrette, soupe, etc.)	2 tasses (500 ml)
Noix pour beurres	1 tasse (250 ml)

IMPORTANTES INSTRUCTIONS DE DÉBALLAGE

L'emballage contient un robot culinaire de 13 tasses Elemental^{MC} et ses pièces standard : gros bol de 13 tasses (3,1 L), petit bol de 4½ tasses (1,125 L), couvercle à entonnoirs avec mécanisme de verrouillage, coffret de rangement des accessoires et livret d'instructions et de recettes.

MISE EN GARDE : LES OUTILS DE COUPE ONT DES ARÊTES TRÈS COUPANTES.

Pour ne pas vous blesser pendant le déballage, veuillez suivre les consignes suivantes.

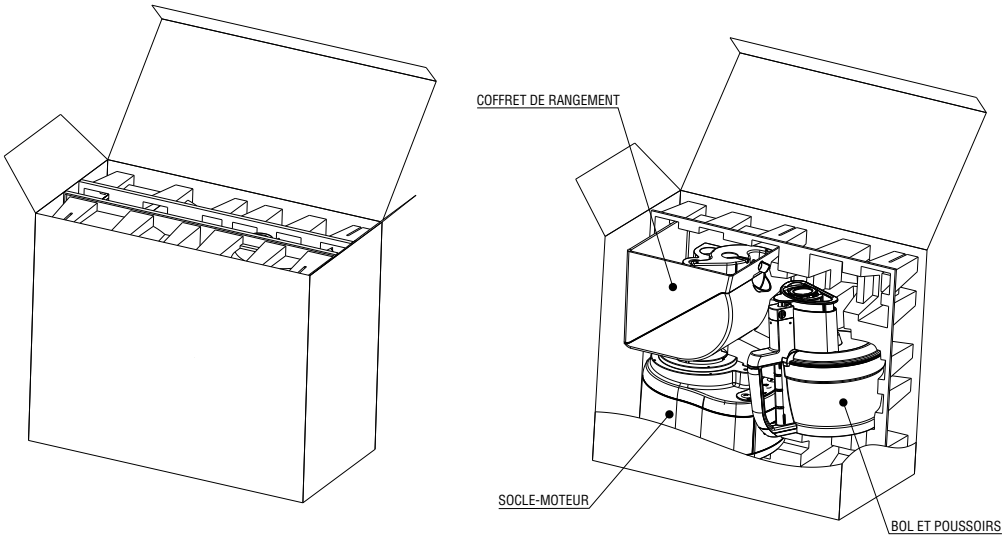
1. Placez la boîte sur une table basse ou sur le plancher près du comptoir ou de la table où vous garderez le robot. Assurez-vous que la boîte est à l'endroit.
2. Ouvrez les rabats supérieurs de la boîte. Vous trouverez à l'intérieur un morceau rectangulaire de styromousse qui loge les différentes pièces du robot, chacun dans sa propre cavité.
3. Retirez le livret d'instructions et de recettes.
4. Lift out the packing material.
5. Sortez le socle-moteur avec les bols de 13 et de 4½ tasses (3,1 et de 1,1 L) et placez-les sur le comptoir ou la table. Assemblez les bols sur le socle en les plaçant sur l'arbre d'entraînement et en les tournant dans le sens contraire des aiguilles d'une montre, à l'aide de la poignée, pour les verrouiller.

6. Lisez les instructions d'assemblage attentivement avant d'utiliser votre robot.
7. Au moment d'utiliser le robot, déverrouillez le coffret de rangement, soulevez le couvercle et retirez le support pour accéder au petit couteau hachoir-mélangeur en métal, au couteau pétrisseur, au gros couteau hachoir-mélangeur en métal, à l'adaptateur d'arbre, au disque éminceur réglable et au disque déchiqueteur qui sont tous logés dans leur propre cavité. **SAISISSEZ LE COUTEAU HACHOIR-MÉLANGEUR PAR SON MOYEU CENTRAL ET SOULEVEZ-LE BIEN DROIT. PRENEZ GARDE DE TOUCHER LE BORD DE LA LAME, CAR ELLE EST AUSSI COUPANTE QU'UNE LAME DE RASOIR. SORTEZ LE DISQUE ÉMINCEUR EN LE SAISISANT PAR LE MOYEU EN PLASTIQUE. NE TOUCHEZ PAS LA LAME, CAR ELLE EST AUSSI COUPANTE QU'UNE LAME DE RASOIR.**

Sortez les disques éminceur et déchiqueteur avec précaution en les saisissant par le moyeu en plastique.

N'oubliez pas de verrouiller les pièces dans le coffret de rangement lorsqu'elles ne sont pas utilisées.

8. Conservez la boîte et tout le matériel d'emballage. Ils vous seront très utiles si vous avez besoin de remballer le robot à une date ultérieure. **REMARQUE :** Nous vous recommandons d'enregistrer votre produit sur notre site Web à www.cuisinart.ca. C'est rapide et efficace!



PRÉCAUTIONS IMPORTANTES

Prenez toujours les précautions de sécurité ci-après quand vous utilisez le robot.

Préparation

1. Lisez toutes les instructions.
2. **Les couteaux et les disques sont coupants.** Manipulez-les avec le plus grand soin.
3. **Débranchez toujours le robot avant de poser ou d'enlever des pièces, de sortir des aliments et de nettoyer le robot. À cette fin, saisissez la fiche du cordon et tirez-la hors de la prise de courant. Ne tirez jamais sur le cordon même.**
4. N'utilisez pas le robot à l'extérieur.
5. Ne laissez pas le cordon pendre du rebord d'un plan de travail ou de la table, ni toucher des surfaces chaudes.
6. N'utilisez pas le robot quand son cordon ou sa fiche sont endommagés ou encore, après qu'il a été endommagé ou échappé. Retournez-le au centre de service après-vente Cuisinart le plus proche pour le faire examiner et réparer au besoin.

Utilisation

1. Gardez les mains, les spatules et tout autre ustensile à l'écart des couteaux ou des disques en mouvement afin d'éviter de vous blesser ou d'endommager l'appareil. Vous pouvez utiliser une spatule de plastique, mais seulement quand le robot ne tourne pas.
2. Ne touchez pas les pièces en mouvement. Ne pesez jamais sur les aliments avec la main, mais utilisez toujours le poussoir à cette fin.
3. Attendez que le moteur soit bien arrêté avant d'enlever le couvercle. (Si le moteur ne s'arrête pas dans les quatre secondes après que vous avez retiré l'ensemble-poussoir, composez le 1 800 472-7606 pour demander des conseils. N'utilisez pas le robot.)
4. Ne rangez jamais un couteau ou un disque sur l'arbre d'entraînement du moteur. Pour réduire le risque de blessure, posez un disque ou un couteau sur l'arbre seulement quand le bol est bien verrouillé et que vous utilisez le robot. Rangez les couteaux et les disques comme vous le faites pour les couteaux tranchants, c'est-à-dire hors de la portée des enfants.
5. Vérifiez que le couvercle avec son entonnoir est bien verrouillé avant de mettre le robot en marche.
6. N'essayez jamais de contourner le mécanisme de verrouillage du couvercle.

Nettoyage

1. Pour éviter tout risque de choc électrique, ne plongez jamais le socle-moteur dans l'eau ou un autre liquide.

Généralités

1. Cet appareil ne doit pas être utilisé par des enfants ou des personnes atteintes de certains handicaps, ni quand ils sont à proximité.
 2. N'utilisez pas le robot ni un autre appareil motorisé si vous êtes sous l'influence de l'alcool ou d'une substance qui pourrait diminuer votre temps de réaction ou modifier votre perception.
 3. Le robot est homologué UL pour usage domestique. Il ne doit servir qu'à la transformation des aliments, tel qu'il est indiqué dans le présent livret d'instructions et de recettes. N'utilisez pas le robot à d'autres fins que celles pour lesquelles il a été conçu.
 4. L'utilisation d'accessoires non recommandés ou vendus par Cuisinart peut présenter un risque d'incendie, de choc électrique, de blessure ou de dommage.
 5. Pour éviter un mauvais fonctionnement de l'interrupteur du bol, ne rangez jamais le robot en laissant l'ensemble-poussoir en position de verrouillage.
 6. La puissance maximale de 550 watts est établie selon le disque déchiqueteur, c'est l'accessoire qui consomme le plus de courant. Il est possible que d'autres accessoires recommandés utilisent considérablement moins de courant.
 7. N'utilisez pas l'appareil dans une armoire pour appareils ménagers ou sous une armoire suspendue. **Lorsque vous rangez un appareil dans une armoire pour appareils ménagers, prenez soin de le débrancher.** Autrement, un contact pourrait accidentellement le mettre en marche, et causer un risque d'incendie, surtout s'il touche une paroi intérieure de l'armoire et que la porte de l'armoire touche l'appareil lorsque vous la fermez.
- AVIS :** Le robot a un boîtier en plastique. Il est muni d'une fiche d'alimentation polarisée (une des deux broches est plus large que l'autre). Il n'y a qu'une seule façon d'insérer cette fiche dans une prise de courant

polarisée. Si elle n'entre pas, inversez la fiche; si elle ne fait toujours pas, communiquez avec un électricien qualifié. Ne contournez pas cette mesure de sécurité.

CONSERVEZ LES PRÉSENTES INSTRUCTIONS

RÉSERVÉ À L'USAGE DOMESTIQUE

DANGER : RISQUE D'INCENDIE OU DE CHOC ÉLECTRIQUE.



L'éclair à tête de flèche dans un triangle équilatéral prévient l'utilisateur de la présence d'une « tension dangereuse » non protégée à l'intérieur de l'appareil assez élevée pour constituer un risque d'électrocution pour les personnes exposées.



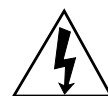
Le point d'exclamation dans un triangle équilatéral prévient l'utilisateur de la présence d'instructions importantes concernant l'utilisation et l'entretien dans le mode d'emploi de l'appareil.

AVIS

Le robot est muni d'une fiche d'alimentation polarisée (une des deux broches est plus large que l'autre). Il n'y a qu'une seule façon d'insérer cette fiche dans une prise de courant polarisée. Si elle n'entre pas, inversez la fiche; si elle ne fait toujours pas, communiquez avec un électricien qualifié. Ne contournez pas cette mesure de sécurité.

TABLE DES MATIÈRES

Importantes instructions pour le déballage.....	2
Précautions importantes	4
Caractéristiques et avantages.....	6
Instructions d'assemblage	8
Commandes du robot	10
Fonctions du robot.....	10
Mode d'emploi	11
Nettoyage et rangement	13
Pour votre sécurité.....	14
Données techniques.....	14
Dépannage	14
Recettes	16-52
Garantie.....	54



AVERTISSEMENT

**RISQUE D'INCENDIE OU DE CHOC ÉLECTRIQUE
NE PAS OUVRIR**



**MISE EN GARDE : AFIN DE RÉDUIRE LE RISQUE DE DÉCHARGE ÉLECTRIQUE,
NE PAS RETIRER LE COUVERCLE OU LE DOS DE L'APPAREIL. IL N'Y A AUCUNE
PIÈCE RÉPARABLE PAR L'UTILISATEUR À L'INTÉRIEUR. CONFIER LES
RÉPARATIONS À UNE PERSONNE AUTORISÉE SEULEMENT**

CARACTÉRISTIQUES ET AVANTAGES

1. Ensemble-poussoir 3 pièces

Le petit poussoir (1a) repose à l'intérieur du poussoir moyen (1b) qui s'emboîte dans le gros poussoir (1c) convient aux aliments de toutes les tailles. Le verrou du gros poussoir doit être sorti pour verrouiller le poussoir, et rentré pour le déverrouiller. Ce verrou pratique doit être utilisé quand vous transformez de grandes quantités d'aliments.

2. Couvercle avec entonnoir surdimensionné Supreme™

Le couvercle muni de la technologie SealTight™ permet d'utiliser le bol à pleine capacité pendant qu'on transforme les aliments ou qu'on vide le bol. L'entonnoir surdimensionné peut recevoir les ingrédients plus gros, ce qui réduit le prédecoupage.

3. Petit bol de 4½ tasses (1,1 L) (3a) et grand bol de 13 tasses (3,1 L) (3b)

Conçus pour se prêter à toutes les sauces, les deux bols conviennent chacun à des tâches différentes.

4. Panneau de commande à effleurement

Ce panneau de commande, facile à nettoyer, présente les touches Haute vitesse, basse vitesse, Arrêt et Impulsions pour toutes les fonctions de transformation des aliments.

5. Socle-moteur

Avec son arbre d'entraînement vertical, le moteur robuste d'une puissance de 550 watts est capable de transformer les ingrédients des recettes les plus variées, sans effort.

6. Petit couteau hachoir-mélangeur

Ce petit couteau en acier inoxydable sert à mélanger ou à hacher n'importe quel aliment dans le petit bol. Il est protégé par un mécanisme de verrouillage BladeLock de Cuisinart.

7. Couteau pétrisseur

Ce couteau spécialement conçu est excellent pour pétrir les pâtes de toutes sortes. Il s'utilise uniquement avec le grand bol. Il est recommandé de l'utiliser à basse vitesse.

8. Gros couteau hachoir-mélangeur

Ce couteau robuste en acier inoxydable sert à transformer une grande variété d'aliments dans le grand bol. Le mécanisme de verrouillage BladeLock le retient en place pendant qu'on vide le bol. **Remarque :** Le gros bol est muni d'un système qui élimine toutes les fuites.

9. Disque éminceur réglable

Ce disque 7 en 1 permet de couper des tranches d'une épaisseur variant entre 1 et 7 mm d'épaisseur. Il s'utilise uniquement avec le grand bol.

10. Disque déchiqueteur réversible

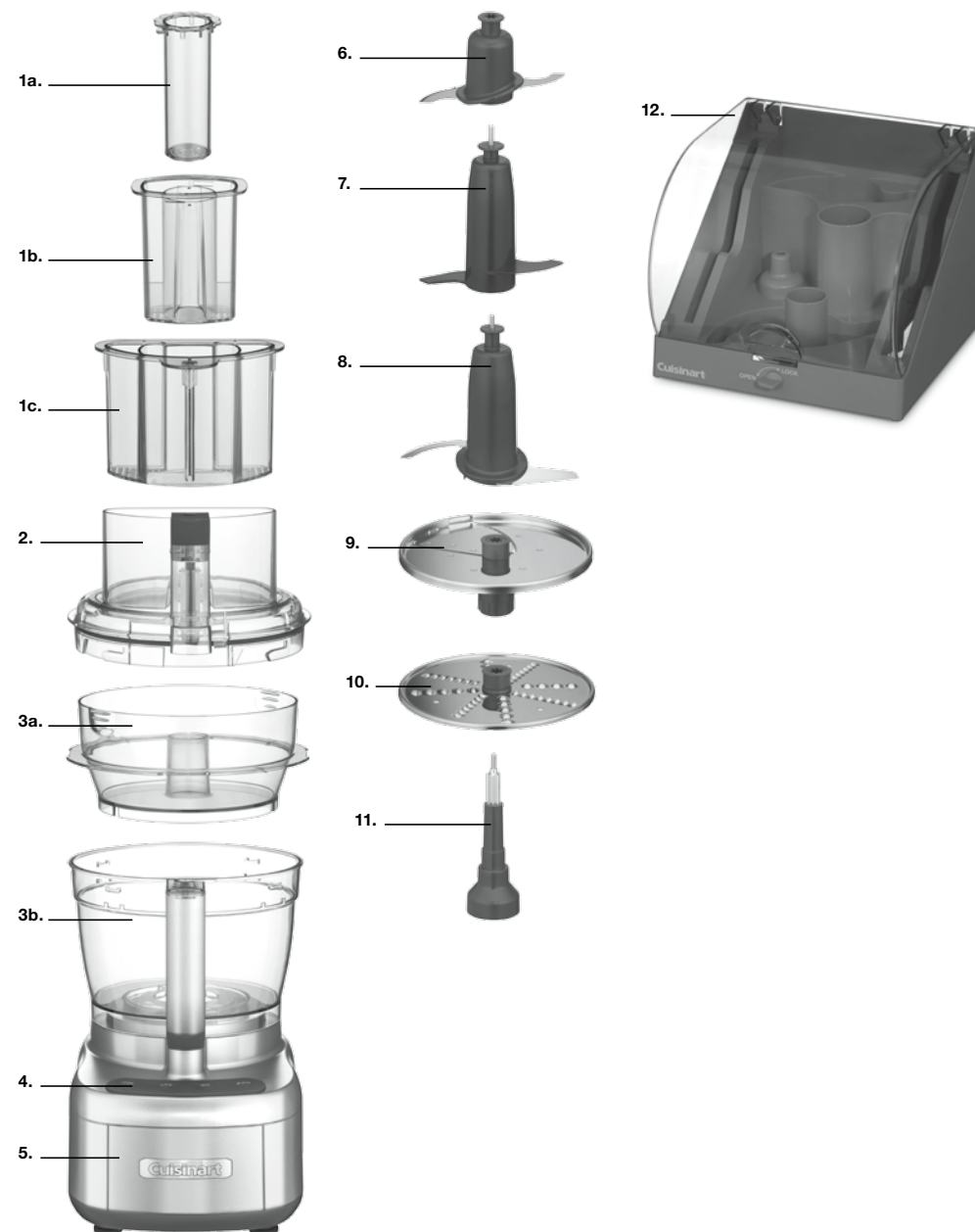
Ce disque déchiquette les aliments ou les râpe, finement ou moyennement, selon le côté utilisé. Il s'utilise uniquement avec le grand bol.

11. Adaptateur d'arbre

Cet outil, facile à poser, adapte l'arbre du moteur pour recevoir les disques ou le petit couteau hachoir-mélangeur.

12. Coffret de rangement des accessoires

Un coffret de rangement pratique, muni d'un verrou, loge tous les accessoires du robot en toute sécurité.



COFFRET DE RANGEMENT DES ACCESSOIRES

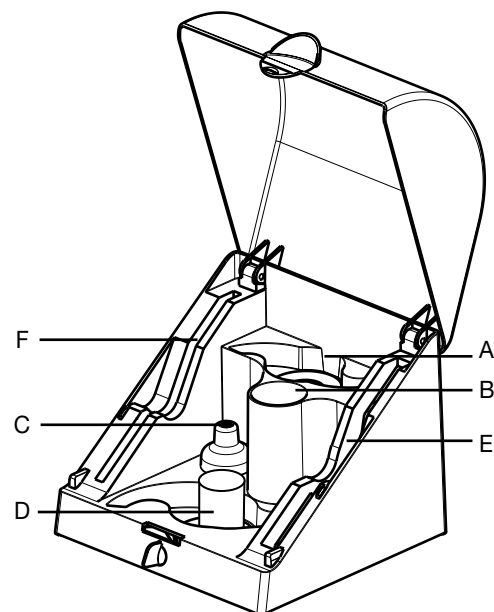
Utilisation du verrou

Pour déverrouiller, tournez le bouton dans le sens contraire des aiguilles d'une montre. Soulevez le couvercle transparent délicatement. N'ouvrez pas le couvercle de force quand le verrou est fermé. Pour verrouiller, fermez le couvercle délicatement et tournez le bouton dans le sens des aiguilles d'une montre.

Rangement des accessoires

Le petit couteau hachoir-mélangeur (A) va sur une cheville à l'arrière du coffret, le couteau pétrisseur (B) sur la cheville au milieu, l'adaptateur (C) sur la cheville avant, le gros couteau hachoir-mélangeur (D) dans la cavité avant, le disque éminceur réglable (E) dans la fente du côté droit, le disque éminceur réversible (F) dans la fente du côté gauche.

Saisissez chaque pièce avec précaution par son moyeu.



REMARQUE : ÉVITEZ TOUT CONTACT AVEC LES COUTEAUX ET LES BORDS COUPANTS. ILS SONT EXTRÊMEMENT COUPANTS ET VOUS POURRIEZ VOUS COUPER.

INSTRUCTIONS POUR L'ASSEMBLAGE

Mise en service

Avant d'utiliser votre nouveau robot culinaire de 13 tasses (3,1L) Elemental^{MC} Cuisinart^{MD} la première fois, lavez toutes ses pièces (voir les instructions pour le nettoyage à la page 13).

1. Placez le robot sur une surface de niveau et sèche, panneau de commande devant vous. Ne le branchez pas tant qu'il n'est pas entièrement assemblé.

Remarque : Le petit bol doit être imbriqué dans le grand bol pour être utilisé.

2. Le grand bol étant sur socle-moteur, tournez-le par sa poignée dans le sens contraire des aiguilles d'une montre pour le verrouiller sur le socle-moteur.

3. Pour utiliser le petit bol, commencez par fixer le grand bol sur le socle. Placez l'adaptateur sur la tige, puis glissez le petit bol sur l'adaptateur dans le grand bol. Placez les doigts dans les emplacements spéciaux du petit bol et tournez le bol légèrement pour le fixer en place.

Utilisation des couteaux

Le mécanisme BladeLock maintient le couteau en position pendant que vous transformez les aliments, que vous videz le bol ou que vous manutentionnez le robot. Mais attention! il n'est pas fixé en permanence. **Manipulez le bol avec soin. Vérifiez toujours que le couteau est bien verrouillé avant de tourner le bol à l'envers.**

Utilisation du gros couteau

Après avoir posé le grand bol sur le socle-moteur, saisissez le gros couteau hachoir-mélangeur par le moyeu, alignez-le sur l'arbre, insérez-le dessus en le tournant jusqu'à ce qu'il soit en position.

Appuyez fermement dessus pour le bloquer en position. Vérifiez toujours que le couteau est bien verrouillé avant de tourner le bol à l'envers. (Pour retirer le couteau, commencez par enlever le bol du socle et déposez-le sur une surface plate. En posant le talon de la main sur le bord du bol, tirez sur le couteau délicatement et avec précaution.)

Utilisation du couteau pétrisseur

S'emploie avec le grand bol. Saisissez le couteau par le moyeu avec précaution, alignez-le sur l'arbre et insérez-le dessus.

Utilisation du petit couteau

Après avoir posé le grand bol sur le socle-moteur, alignez l'adaptateur sur l'arbre. Ensuite, imbriquez le petit bol dans le grand bol, en le positionnant sur l'adaptateur. Saisissez le petit couteau par son moyeu, posez-le sur l'adaptateur et appuyez fermement dessus pour le bloquer en position. (Pour retirer le couteau, commencez par enlever le bol du socle et déposez-le sur une surface plate. En posant le talon de la main sur le bord du bol, tirez délicatement et avec précaution sur le couteau.)

Grand bol et accessoires



Petit bol et accessoires



Disques déchiqueteur et éminceur



Utilisation des disques

Après avoir posé le bol sur le socle-moteur, alignez l'adaptateur sur l'arbre, insérez-le dessus en le tournant jusqu'à ce qu'il soit en position. Pour utiliser le disque éminceur réglable, réglez l'épaisseur de coupe à l'aide du moyeu rotatif et des repères. En tenant le disque par le moyeu en plastique, alignez-le sur l'adaptateur et glissez-le dessus.

Pour utiliser le disque déchiqueteur réversible, choisissez le côté à utiliser (fin ou moyen) et tenez le disque par son moyeu en plastique pour l'insérer sur l'adaptateur. Vous pouvez aussi retirer le disque en le saisissant par son moyeu en plastique.

Utilisation du couvercle

- 1. Placez le couvercle sur le bol, entonnoir légèrement à droite de la poignée. Vérifiez bien que le pivot est au centre du couvercle.
- 2. Lorsque le couvercle est bien assis sur le bol, tournez-le vers la gauche (dans le sens des aiguilles d'une montre) pour engager le mécanisme de verrouillage du couvercle.
- 3. Pour ôter le couvercle, tournez-le sur 1/12 de tour vers la droite pour débloquer le mécanisme de verrouillage.

Bols

Deux bols imbriqués offrent le summum de la polyvalence! Utilisez seulement le petit bol pour la transformation de petites quantités. Utilisez les bols d'une manière qui optimisera l'efficacité. Quand votre recette nécessite les deux bols, commencez par le plus petit afin de réduire les besoins de nettoyage. Par exemple, préparez la garniture de miettes avant de mélanger la pâte à gâteau dans le grand bol. Ou encore, émulsifiez une vinaigrette avant de déchiqueter du brocoli, des carottes ou du chou pour une salade de chou.

Le hachage de certains aliments peut tacher ou rayer le bol, mais cela ne compromettra en rien les résultats.



COMMANDES

Haute vitesse et basse vitesse

Les touches Haute vitesse et basse vitesse font tourner le robot sans arrêt jusqu'à ce que l'on appuie sur la touche Arrêt.

- 1. Assemblez les différentes pièces du robot.
- 2. Ajoutez les ingrédients, soit directement dans le bol, soit par l'entonnoir. Verrouillez le couvercle.
- 3. Appuyez sur la touche Haute vitesse ou Basse vitesse : le moteur se met en marche.
- 4. Appuyez sur la touche Arrêt lorsque vous avez terminé.

Touche Impulsions (PULSE)

Fait fonctionner le robot par impulsions, c'est-à-dire seulement quand la touche est abaissée. Cette fonction permet de mieux agir sur la durée de la transformation. À moins d'indication contraire, une impulsion dure environ deux secondes.

Une fois le robot assemblé et les ingrédients mis dans le bol, appuyez sur la touche Impulsions successivement, selon les besoins.

FONCTIONS DU ROBOT

Hacher

(avec le couteau hachoir)

- Aliments crus : Pelez, évidez ou dénoyautez ou égrenez l'aliment. Coupez l'aliment en dés de 1/2 à 1 pouce (1,25 à 2,5 cm). Vous obtiendrez des résultats plus uniformes si vous commencez avec des dés qui ont à peu près tous la même grosseur.
- Procédez par impulsions de 1 ou 2 secondes pour hacher les aliments grossièrement. Ensuite, pour les hacher plus finement, appuyez sur la touche Impulsions et maintenez-la abaissée ou appuyez sur la touche Haute vitesse ou Basse vitesse pour que le robot tourne sans arrêt jusqu'à ce que les aliments aient la consistance désirée. Vérifiez régulièrement la consistance des aliments et raclez les parois du bol, selon les besoins. On recommande la basse vitesse pour la préparation des pâtes (à pain, à crêpes, à gâteaux, etc.) et la haute vitesse pour la plupart des tâches de transformation (hachage, tranchage et déchiquetage).

Réduire en purée (avec le couteau hachoir)

- Fruits frais ou fruits et légumes cuits : Coupez les aliments en dés de 1 pouce (2,5 cm). Vous obtiendrez une purée plus lisse si vous commencez avec des dés qui ont à peu près tous la même grosseur. Commencez par hacher les aliments par impulsions, puis appuyez sur la touche Haute vitesse ou Basse vitesse pour que le robot tourne sans arrêt jusqu'à l'obtention de la consistance voulue. Raclez les parois du bol, selon les besoins. N'utilisez pas cette méthode pour réduire des pommes de terre blanches en purée.
- Soupes ou sauces : Égouttez les solides dans une passoire, conservez le liquide et transformez les solides seuls. Ensuite, ajoutez du liquide et transformez jusqu'à l'obtention de la consistance voulue.

Pétrir

(avec le couteau pétrisseur ou le couteau hachoir-mélangeur à basse vitesse)

- Le couteau pétrisseur est conçu pour pétrir les pâtes à levure, tandis que le couteau hachoir est idéal pour les pâtes à pâtisserie.
- Il est recommandé de mettre le verrou de l'ensemble-poussoir à la position de verrouillage pour éviter qu'il ne se soulève pendant l'opération de pétrissage. Les vibrations de l'appareil sont normales.
- Le pétrissage ne doit être fait que dans le grand bol.

Trancher ou déchiqueter (avec le disque éminceur réglable ou le disque déchiqueteur réversible)

- Le disque éminceur sert à trancher les fruits et légumes entiers, la viande cuite, la viande crue semi-congelée. Le disque déchiqueteur sert à transformer la plupart des fromages fermes et durs en beaux filaments longs, ainsi qu'à déchiqueter des légumes comme les pommes de terre, les carottes et les courgettes.
- Tassez toujours les aliments uniformément dans l'entonnoir pour les trancher ou les déchiqueter. L'aliment dicte la pression à exercer : légère pour les aliments mous, moyenne pour les aliments d'une dureté moyenne ou ferme pour les aliments durs. Exercez toujours une pression uniforme sur le poussoir pendant l'opération de transformation.
- Fruits ou légumes ronds : Coupez une bonne tranche du dessous de l'aliment de sorte qu'il repose à plat dans l'entonnoir. S'il ne fait pas dans l'entonnoir, coupez-le en morceaux.
- Petits aliments, comme les champignons, les radis ou les fraises : Parez le bout pour que l'aliment repose à plat dans l'entonnoir. Utilisez le petit entonnoir, s'il convient.
- Fromage : Assurez-vous que le fromage est bien froid avant d'essayer de le trancher ou de le déchiqueter.
- Pour déchiqueter les légumes feuilles comme la laitue ou les épinards : enroulez les feuilles ensemble et mettez-les debout dans l'entonnoir. Transformez en exerçant une pression régulière sur le poussoir.

REMARQUE : Utilisez toujours le poussoir pour trancher ou déchiqueter les aliments; ne mettez jamais les doigts ou une spatule dans l'entonnoir pendant que le robot tourne.

GUIDE D'UTILISATION

Vous pouvez trancher, déchiqueter et hacher une multitude de fruits et de légumes avec votre robot culinaire Cuisinart^{MD}. Mais saviez-vous que le robot se prête aussi à une grande variété d'autres tâches, comme ramollir le beurre, faire de la chapelure, préparer des aliments pour bébé? Voici une guide pour vous aider à préparer à peu près tout ce dont vous aurez envie!

ALIMENT	OUTIL	VITESSE	INSTRUCTIONS
Fromages mous : Ricotta, crème, cottage, brie, bleu, fontina	Couteau hachoir-mélangeur	Basse pour mélanger délicatement Haute pour fouetter	Le fromage doit être à température ambiante. Couper le fromage en bloc en dés de 1 po (2,5 cm). Transformer jusqu'à consistance lisse, en arrêtant pour raclez les parois du bol au besoin. Parfait pour le gâteau au fromage, les trempettes, les garnitures de pâtes alimentaires, et plus.

ALIMENT	OUTIL	VITESSE	INSTRUCTIONS
Fromages fermes : cheddar, suisse, édam, gouda	Disque éminceur ou déchiqueteur	Haute	Le fromage doit être froid avant de commencer. Couper le fromage en dés qui font dans l'entonnoir. Exercer une pression légère à moyenne pour trancher ou déchiqueter.
Fromages durs : parmesan, et romano	Couteau hachoir-mélangeur Disque éminceur ou déchiqueteur	Impulsions et haute	Pour transformer avec le couteau-hachoir : couper en dés de ½ po (1,25 cm). Défaire par impulsions, puis transformer sans arrêt jusqu'à ce que finement râpé. Pour transformer avec le disque : couper en dés qui passent dans l'entonnoir. Exercer une pression légère à moyenne pour trancher ou déchiqueter.
Aliments pour bébé	Couteau hachoir-mélangeur	Impulsions et haute	Comme pour toutes les purées de fruits ou de légumes, couper les aliments en dés de ½ à 1 po (1,25 à 2,5 cm). Cuire à la vapeur jusqu'à ce qu'ils soient mous. Hacher par impulsions, puis transformer sans arrêt jusqu'à consistance lisse (ajouter du liquide de cuisson par l'entonnoir au besoin). Verser dans des bacs à glaçons en portions de 1 oz (30 ml).
Beurre	Couteau hachoir-mélangeur Disque éminceur ou déchiqueteur	Haute	<i>Pour mettre en crème : Le beurre doit être à la température de la pièce. Couper en dés de 1 po (2,5 cm). Transformer, en raclant les parois du bol au besoin. Beurre aromatisés : Transformer l'aromate (fines herbes, zeste, légumes, etc.) avant d'y ajouter du beurre.</i> <i>Pour déchiqueter ou trancher : Mettre brièvement au congélateur. Exercer une pression légère à moyenne pour trancher ou déchiqueter. Le beurre déchiqueté est idéal pour certaines pâtes à pâtisserie. Le beurre tranché est excellent pour le maïs en épis ou les petits pains chauds.</i>
Miettes de pain, biscuits ou craquelins	Couteau hachoir-mélangeur	Impulsions et haute	Casser en morceaux de. Défaire par impulsions. Transformer sans arrêt jusqu'à la consistance désirée. Cela donne une chapelure parfaite pour enrober les viandes ou le poisson. Des biscuits émiettés font d'excellentes croûtes de tarte ou de gâteau.
Fines herbes fraîches	Couteau hachoir-mélangeur	Impulsions	Laver les fines herbes et les faire sécher parfaitement. Impulsions pour hacher grossièrement; transformer sans arrêt pour hacher finement.
Viande hachée	Couteau hachoir-mélangeur	Impulsions	Couper en morceaux de 1 po (2,5 cm). Impulsions pour hacher, environ 25 longues impulsions, ou jusqu'à la consistance désirée. Pour réduire en purée, transformer plus longtemps. Ne jamais hacher ou réduire en purée plus de 2 lb (907 g) de viande à la fois. S'assurer que la viande est parfaitement exempte d'os.
« Crème glacée »	Couteau hachoir-mélangeur	Impulsions et haute	Mettre les fruits congelés en dés de 1 po (2,5 cm) dans le bol avec du liquide (jus ou lait), les édulcorants (sure, miel, sirop simple ou autre) désirés. Défaire par impulsions. Transformer jusqu'à consistance lisse.

ALIMENT	OUTIL	VITESSE	INSTRUCTIONS
Lait frappé / boisson fouettée	Couteau hachoir-mélangeur	Basse	Lait frappé : Mettre de la crème glacée dans le bol. Tout en faisant tourner le robot, verser du lait par l'entonnoir, jusqu'à la consistance désirée. Boisson fouettée : Mettre les fruits dans le bol. Tout en faisant tourner le robot, ajouter le liquide par l'entonnoir.
Noix	Couteau hachoir-mélangeur	Impulsions et haute	Hacher par impulsions jusqu'à la consistance désirée. Pour faire un beurre de noix, défaire par impulsions, puis transformer sans arrêt, en arrêtant pour racler les parois du bol au besoin, jusqu'à consistance lisse.
Sucre granulé (pour obtenir du sucre extra fin)	Couteau hachoir-mélangeur	Haute	Transformer du sucre granulé pendant environ 1 minute jusqu'à la texture voulue. Le sucre extra fin est excellent pour les meringues et des pâtisseries.
Crème à fouetter	Couteau hachoir-mélangeur	Basse	Transformer la crème froide jusqu'à ce qu'elle commence à épaissir. Ajouter du sucre au goût et continuer à battre jusqu'à la consistance désirée (environ 3 à 4 minutes). Cela donne une crème dense parfaite comme garniture fouettée avec un gâteau ou de la crème glacée.

NETTOYAGE, RANGEMENT ET ENTRETIEN

- Gardez votre robot prêt à l'emploi, sur le comptoir de la cuisine. Débranchez-le quand vous ne vous en servez pas.
 - Rangez les disques et le couteau comme vous le faites avec vos couteaux tranchants, et hors de la portée des enfants.
 - Toutes les pièces, sauf le socle-moteur, vont au lave-vaisselle et il est recommandé de les laver au lave-vaisselle, **dans le panier supérieur seulement**. En raison de la chaleur intense, le lavage dans le panier inférieur pourrait endommager le bol, le couvercle et les accessoires à la longue. Mettez le couvercle, entonnoir vers le haut, pour assurer un bon nettoyage du joint d'étanchéité. (Remarque : Le joint d'étanchéité n'est pas amovible et l'eau s'égouttera adéquatement.) Mettez les bols et les poussoirs à l'envers. Au moment de vider le lave-vaisselle, pour éviter de vous couper, n'oubliez pas que vous y avez mis les disques et les couteaux.
 - Pour simplifier le nettoyage, rincez le bol, le couvercle, le poussoir et le couteau ou le disque immédiatement après l'emploi, pour que les aliments n'y adhèrent pas en séchant. Les ouvertures au fond du poussoir permettent l'égouttement et facilitent le nettoyage. Si des aliments sont coincés dans le poussoir, délogez-les en le passant à l'eau ou en le frottant avec une brosse à bouteille.
 - Quand vous lavez les couteaux ou les disques à la main, faites très attention! Manipulez les couteaux par le moyeu et les disques par les trous spécialement aménagés. Ne les plongez pas dans l'eau savonneuse où vous risqueriez de les perdre de vue. Pour nettoyer le couteau en métal, remplissez le bol d'eau savonneuse, tenez le couteau par son moyeu en plastique, posez-le sur l'arbre dans le bol et agitez-le de haut en bas. Vous pouvez également utiliser une douchette ou, s'il le faut, une brosse.
 - Le bol est fait en plastique SAN. Il n'est pas micro-ondable.
 - Le socle-moteur peut être nettoyé avec un chiffon enduit d'un produit savonneux, non abrasif. Essuyez-le parfaitement. Gardez une éponge à portée de la main pour essuyer les dégâts au fur et à mesure.
 - Si les pieds marquent le comptoir, vaporisez-le avec un produit détachant, puis essuyez-le avec une éponge humide. Si les marques ne partent pas, répétez et essuyez avec une éponge humide et une poudre à récurer non abrasive.
- IMPORTANT :** Ne rangez jamais un couteau ou un disque sur l'arbre d'entraînement du moteur. Il ne faut pas laisser un couteau ou un disque sur l'arbre quand le robot n'est pas en service.
- ENTRETIEN :** Pour tout service autre que le nettoyage et l'entretien, vous devez vous adresser à un représentant autorisé.

POUR VOTRE SÉCURITÉ

- Comme tout autre appareil électrique puissant, un robot culinaire doit être utilisé avec prudence. Suivez les lignes directrices qui suivent pour vous protéger, vous et votre famille, contre un usage inapproprié qui pourrait causer des blessures.
- Manipulez et rangez les disques et les couteaux avec soin, car ils sont extrêmement coupants.
- Ne posez jamais un disque ou un couteau sur l'arbre du moteur tant que le bol n'est pas verrouillé en position.
- Vérifiez toujours que le disque ou le couteau est calé à fond sur l'arbre.
- Posez toujours le couteau dans le bol avant d'ajouter les aliments.
- Utilisez toujours le poussoir pour trancher ou déchiqueter les aliments; ne mettez jamais les doigts ou une spatule dans l'entonnoir.
- Attendez toujours que le couteau ou le disque ait cessé de tourner avant de retirer le poussoir ou le couvercle du bol.
- Débranchez toujours l'appareil avant de sortir des aliments du bol, ou de nettoyer, de poser ou de déposer des pièces.
- Séparez toujours le bol du socle-moteur avant de retirer le couteau hachoir ou le couteau pétrisseur.
- Faites attention que le couteau hachoir-mélangeur tombe du bol quand vous le videz. Prenez le temps de le retirer avant d'incliner le bol.

DONNÉES TECHNIQUES

Le moteur du robot se branche à une prise de courant ordinaire. La tension et la fréquence du courant sont indiquées sur une étiquette sous le socle-moteur.

Un disjoncteur thermique automatique protège le moteur contre le grillage. Si le robot fonctionne longtemps pour hacher, mélanger ou pétrir de gros lots successifs, il est possible que le moteur surchauffe et alors, il s'arrêtera. Mettez le robot hors tension et attendez que le moteur refroidisse. Cela prend une dizaine de minutes en général, mais cela peut aller jusqu'à une heure dans des cas extrêmes.

Des interrupteurs de sécurité empêchent le robot de fonctionner quand le bol ou le couvercle n'est pas verrouillé. Le moteur s'arrête en quelques secondes quand on l'éteint et un circuit d'arrêt rapide l'arrête instantanément quand on retire le poussoir.

Cuisinart offre une garantie limitée de trois ans sur le robot.

DÉPANNAGE

Transformation des aliments

- 1. Problème :** L'aliment n'est pas transformé uniformément.

Solution :

- Couper les ingrédients en morceaux de ½ à 1 po (1,3 à 2,5 cm) de la même grosseur avant de les transformer.
- Procéder par lots afin de ne pas surcharger le robot.

- 2. Problème :** Les tranches ne sont pas égales ou droites.

Solution :

- Placer des morceaux d'à peu près la même grosseur dans l'entonnoir.
- Appliquer une pression uniforme sur le poussoir.

- 3. Problème :** Les aliments tombent de côté dans l'entonnoir.

Solution :

- Les aliments doivent être entassés dans l'entonnoir pour de meilleurs résultats.

- 4. Problème :** Il reste des morceaux d'aliments sur le dessus du disque.

Solution :

- Cela est normal. Couper les derniers morceaux à la main et les ajouter aux aliments transformés.

Pétrissage de la pâte

- 1. Problème :** Le moteur ralentit.

Solution :

- Il est possible que la contenance maximale du bol ait été dépassée. Séparer la pâte en deux lots et la remettre à pétrir.
- Il est possible que la pâte soit trop mouillée (voir le numéro 8). Si le moteur accélère, poursuivre la transformation. Sinon, ajouter de la farine, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois, jusqu'à ce que le moteur accélère. Continuer à transformer jusqu'à ce que la pâte se détache des parois du bol.

- 2. Problème :** Le couteau ne mélange par les ingrédients.

Solution :

- Toujours mettre le robot en marche avant d'ajouter des liquides. Verser le liquide en un mince filet régulier, seulement aussi vite que les ingrédients secs peuvent l'absorber. Si une quantité excessive de liquide est ajoutée, attendre que les ingrédients dans le bol l'aient absorbée, puis recommencer à ajouter le liquide lentement. (Ne pas mettre le robot hors tension.) Verser le liquide sur la pâte au moment où elle passe sous l'entonnoir et non pas directement sur le fond du bol.

- 3. Problème :** Le couteau se soulève dans le bol.

Solution :

- Une pâte trop collante peut faire soulever le couteau. Reposer le couteau et ajouter immédiatement 2 c. à soupe (30 ml) de farine par l'entonnoir pendant que le robot tourne.

- 4. Problème :** La pâte ne se détache pas des parois du bol.

Solution :

- Il est possible qu'il y ait trop de pâte dans le bol. Retirer la moitié de la pâte et procéder en deux lots.
- Il est possible que la pâte soit trop sèche (voir le numéro 7).
- Il est possible que la pâte soit trop mouillée (voir le numéro 8).

- 5. Problème :** Des boulettes de pâte se forment sur le dessus du couteau et la pâte n'est pas pétrie uniformément.

Solution :

- Arrêter le robot, retirer la pâte avec soin, la diviser en trois parties et la redistribuer uniformément dans le bol.

- 6. Problème :** La pâte est dure après avoir été pétrie.

Solution :

- Divisez la pâte en deux ou trois parties et la redistribuer uniformément dans le bol. Pétrir pendant 10 secondes ou jusqu'à ce que la pâte ait une consistance lisse et élastique uniforme.

- 7. Problème :** La pâte est trop sèche.

Solution :

- Pendant que le robot tourne, ajouter de l'eau, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois, jusqu'à ce que la pâte se détache des parois du bol.

- 8. Problème :** La pâte est trop mouillée.

Solution :

- Pendant que le robot tourne, ajouter de la farine, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois, jusqu'à ce que la pâte se détache des parois du bol.

Problèmes techniques

- 1. Problème :** Le moteur ne démarre pas.

Solution :

- Le moteur est muni d'un dispositif de sécurité qui l'empêche de démarrer si le robot est mal assemblé. Vérifier que le bol et le couvercle sont bien verrouillés ensemble.
- Si le moteur ne démarre toujours pas, vérifier le cordon d'alimentation et la prise électrique.

- 2. Problème :** Le robot s'arrête en cours de fonctionnement.

Solution :

- Il est possible que le couvercle soit déverrouillé; vérifier qu'il est bien enclenché.
- En cas de surchauffe, un dispositif de protection coupe le moteur pour prévenir tout dommage. Si le moteur s'arrête, abaisser la touche Arrêt et laisser le moteur refroidir pendant 10 à 15 minutes avant de le remettre en marche.

- 3. Problème :** Le moteur ralentit en cours de fonctionnement.

Solution :

- Certaines opérations (comme le déchiquetage ou le tranchage du fromage) imposent un plus gros effort au moteur. Repositionner les aliments dans l'entonnoir et essayer de nouveau.
- Il est possible que la capacité maximale de l'appareil ait été dépassée. Retirer une partie des ingrédients et recommencer.

- 4. Problème :** Le robot s'est déplacé sur le comptoir à cause des vibrations pendant le fonctionnement.

Solution :

- Vérifier que les pieds antidérapants sont propres et secs. Il est également important de veiller à ne pas dépasser la capacité du robot.
- Cela est normal puisque certaines opérations (comme le déchiquetage ou le tranchage du fromage) imposent un plus gros effort au moteur.

RECETTES

Pour vous aider à vous familiariser avec le fonctionnement de votre nouveau robot culinaire Elemental de 13 tasses (3,1 litre) de Cuisinart, nous avons réuni une variété de délicieuses recettes, allant des mets rapides et faciles à des plats gastronomiques plus complexes. Qu'il s'agisse du petit déjeuner ou du brunch, du souper ou des desserts, vous trouverez dans les pages qui suivent des recettes faciles à suivre.

Le degré de difficulté de chaque recette est indiqué par le nombre de fouets (1 : facile, 2 : moyen, 3 : difficile).

Enfin, chaque recette est accompagnée de la valeur nutritive détaillée par portion de sorte que vous savez exactement ce que vous mangez.

BASE

Chapelure (nature et assaisonnée).....	18
Beurre aux fines herbes.....	19
Pesto au basilic.....	20
Sauce aux tomates ou à pizza vite faite.....	21
Beurre d'arachides.....	22
Beurre d'amandes.....	23
Mayonnaise.....	24
Vinaigrette de base.....	25
Vinaigrette crémeuse César.....	26

PETIT DÉJEUNER ET BRUNCH

Fromage à la crème aux bleuets.....	27
Muffins Gloire du matin.....	28
Pain aux bananes et aux noix.....	29
Tourte rustique aux pommes de terre et fenouil.....	30

HORS-D'ŒUVRE

Houmous.....	31
Guacamole.....	32
Salsa grillée.....	33
Beignets au crabe.....	34
Nachos aux pommes de terre.....	35

SOUPES ET SALADES

Potage onctueux aux haricots blancs.....	36
Salade de poire et de chou lacinato.....	37
Salade de céleri-rave avec vinaigrette à l'estragon.....	38

ENTRÉES ET PLATS D'ACCOMPAGNEMENT

Galettes de pommes de terre.....	40
Falafel.....	41
Boulettes de viande.....	42
Choux de Bruxelles avec lardons.....	43
Croûte à pizza au chou-fleur.....	44
Saucisse en croûte.....	45

PAINS ET PÂTES

Pain blanc classique.....	46
Petits pains au beurre.....	47
Pâte à pizza.....	48
Pâte à tarte feuilletée.....	49

DESSERTS

Pain aux courgettes double chocolat.....	50
Sablés pacanes et confiture.....	51
Yogourt glacé aux fraises.....	52

CHAPELURE (NATURE ET ASSAISONNÉE)

Pourquoi acheter de la chapelure quand vous pouvez faire la vôtre vous-même en un rien de temps avec votre robot de cuisine Cuisinart^{MD}?



8 TRANCHES DE PAIN BLANC

Donne environ 2 tasses (500 ml)

1. Préchauffer le four à 325 °F (160 °C). Étaler les tranches de pain en une seule couche et les faire cuire pendant 20 minutes environ, jusqu'à ce que le pain soit parfaitement sec.
2. Briser le pain grillé en petits morceaux et le mettre dans le grand bol du robot muni du gros couteau hachoir. Défaire au moyen d'environ 10 impulsions. Transformer à haute vitesse pendant 1 minute environ, jusqu'à l'obtention d'une chapelure fine. Conserver dans un récipient hermétique jusqu'au moment de l'emploi.

CONSEIL : La chapelure est une excellente façon de passer du pain rassis. On peut le transformer selon les instructions ci-dessous sans le faire griller au préalable.

Pour une chapelure assaisonnée, ajouter ¼ c. à thé (1 ml) d'origan, de basilic déshydraté, d'ail en poudre et d'oignon en flocons moulus au pain grillé avant de le transformer.

Valeur nutritive d'une portion de 2 cuillères à soupe (30 ml) :

Calories 60 (11 % provenant des lipides) • glucides 11 g • protéines 2 g • lipides 1 g • gras sat. 0 g • cholestérol 0 mg • sodium 90 mg • calcium 10 mg • fibres 1 g

BEURRE AUX FINES HERBES

Il est facile de relever des plats ordinaires avec ce beurre composé. Utilisez-le sur des pâtes nature, des légumes ou encore pour rehausser un bifteck, du poisson ou du poulet cuits simplement.



- 1 PETITE GOUSSE D'AIL, PELÉE
- ½ PETITE BOTTE DE CIBOULETTE (ENVIRON ¼ OZ [7 G]), COUPÉ EN DÉS DE 1 PO (2,5 CM)
- 2 TIGES DE THYM FRAIS, FEUILLES SEULEMENT
- 16 C. À SOUPE (1 T. OU 2 BÂTONNETS) DE BEURRE NON SALÉ, COUPÉ EN DÉS DE 1 PO (2,5 CM) ET RAMOLLI
- ½ C. À THÉ (2,5 ML) DE SEL CASCHER

Donne 1 tasse (250 ml)

1. Préparer le petit bol avec le petit couteau hachoir. Pendant que le robot tourne à haute vitesse, ajouter l'ail par le petit entonnoir pour le hacher finement. Racler les parois. Ajouter la ciboulette et les feuilles de thym et hacher au moyen de 5 ou 6 impulsions.
2. Ajouter le beurre et le sel. Défaire au moyen de 5 ou 6 impulsions. Transformer à haute vitesse pendant environ 40 secondes, jusqu'à ce que tous les ingrédients soient parfaitement combinés.
3. Utiliser le beurre immédiatement ou le transférer sur du papier ciré, le former en un rouleau d'à peu près 4 à 5 pouces de long (10 à 12 cm) et tordre les extrémités du papier pour fermer. Conserver au réfrigérateur jusqu'à l'emploi.

CONSEIL : Cette recette peut servir de base à n'importe quel type de beurre composé. On peut ajouter au beurre différentes fines herbes, des légumes hachés, du bacon émietté et même des ingrédients sucrés, comme du miel ou du sucre à la cannelle.

Valeur nutritive d'une portion de 1 cuillère à soupe (15 ml) :

Calories 100 (99 % provenant des lipides) • glucides 0 g • protéines 0 g • lipides 11 g • gras sat. 8 g • cholestérol 30 mg • sodium 67 mg • calcium 1 mg • fibres 0 g

PESTO AU BASILIC

Pour varier, remplacez les noix de pigne par des noisettes grillées et le basilic, par 2½ oz (70 g) de roquettes et 1½ oz (43 g) de jeunes épinards.



- 2 OZ (60 G) DE PARMESAN REGGIANO, COUPÉ EN DÉS DE ½ PO (1,25 CM)
- 1 GOUSSE D'AIL, PELÉE
- ¼ T. (60 ML) DE NOIX DE PIGNE, LÉGÈREMENT GRILLÉES
- 3 T. (750 ML) DE FEUILLES DE BASILIC FRAÎCHES (ENVIRON 4 OZ [113 G])
- ¼ C. À THÉ (1 ML) DE SEL CASCHER
- ½ À ¾ TASSE (125 À 150 ML) D'HUILE D'OLIVE VIERGE EXTRA

Donne environ 1½ tasse (375 ml)

1. Poser le gros couteau hachoir dans le grand bol du robot. Pendant que le robot tourne à haute vitesse, ajouter les dés de parmesan et l'ail par le petit entonnoir pour hacher finement. Ajouter les noix et hacher au moyen de 5 ou 6 impulsions. Ajouter les feuilles de basilic et hacher au moyen de 10 à 15 impulsions plus longues; raclez les parois du bol.
2. Pendant que le robot tourne à haute vitesse, verser l'huile d'olive par le petit entonnoir en un mince filet, sur environ 1 minute, en mélangeant jusqu'à émulsion.
3. Utiliser immédiatement ou conserver dans un récipient hermétique au réfrigérateur jusqu'à l'emploi.

Valeur nutritive d'une portion de 2 cuillères à soupe (30 ml) :

Calories 120 (90 % provenant des lipides) • glucides 1 g • protéines 2 g • lipides 13 g • gras sat. 2 g • cholestérol 3 mg • sodium 121 mg • calcium 74 mg • fibres 0 g

SAUCE AUX TOMATES OU À PIZZA VITE FAITE

Cette sauce peut être cuite dans une casserole sur la cuisinière ou utilisée, non cuite, comme sauce à pizza – elle cuira sur la pizza dans le four.



- 2 BOÎTES DE [28 OZ (796 ML)] DE TOMATES ENTIÈRES, PELÉES
- 2 C. À SOUPE (30 ML) D'HUILE D'OLIVE VIERGE EXTRA
- 2 GROSSES GOUSSES D'AIL, PELÉES
- 10 À 15 FEUILLES DE BASILIC FRAIS
- 1 C. À THÉ (5 ML) DE SEL CASCHER

Donne 7 tasses (1,75 L) de sauce à pizza ou environ 5 tasses (1,25 L) de sauce aux tomates

Sauce à pizza :

1. Mettre tous les ingrédients, dans l'ordre indiqué, dans le grand bol du robot muni du gros couteau hachoir. Transformer à haute vitesse pendant 1 minute, jusqu'à consistance lisse.
2. Étaler sur la pizza ou utiliser dans d'autres recettes qui cuiront au four. Conserver le reste de la sauce dans un récipient hermétique au réfrigérateur.

Sauce aux tomates :

1. Mettre les tomates dans le grand bol du robot muni du gros couteau hachoir. Transformer à haute vitesse pendant environ 1 minute, jusqu'à consistance lisse; Réserver.
2. Faire chauffer l'huile d'olive dans une casserole de taille moyenne à feu moyen. Lorsque l'huile est chaude, ajouter l'ail et cuire pendant 2 à 3 minutes jusqu'à ce qu'il soit fragrant et légèrement doré. Ajouter les tomates réduites en purée, couvrir et laisser mijoter à feu doux, en remuant fréquemment, pendant environ 15 minutes, pour la réduire et l'épaissir.
3. Déchirer le basilic et l'ajouter à la sauce; cuire pendant 2 minutes. Ajouter le sel. Goûter et corriger l'assaisonnement. Retirer les gousses d'ail avant de servir.

Valeur nutritive d'une portion de ½ tasse (125 ml) de sauce à pizza :

Calories 41 (61 % provenant des lipides) • glucides 5 g • protéines 1 g • lipides 2 g • gras sat. 0 g • cholestérol 0 mg • sodium 398 mg • calcium 36 mg • fibres 1 g

Valeur nutritive d'une portion de ½ tasse (125 ml) de sauce aux tomates :

Calories 58 (43 % provenant des lipides) • glucides 7 g • protéines 1 g • lipides 3 g • gras sat. 0 g • cholestérol 0 mg • sodium 557 mg • calcium 28 mg • fibres 1 g

BEURRE D'ARACHIDES

Quand vous découvrirez combien il est facile de faire du beurre d'arachides avec le robot culinaire Cuisinart^{MD}, vous vous demanderez comment vous avez bien pu l'acheter en pot avant.



- 1 **LB (ENVIRON 4 TASSES)
D'ARACHIDES GRILLÉES À SEC,
NON SALÉES**
- 1 **C. À THÉ (5 ML) DE SEL CASCHER
(FACULTATIF)**

Donne 2 tasses (500 ml)

1. Dans le grand bol du robot muni du gros couteau hachoir, verser les arachides et le sel (si on l'utilise). Défaire au moyen de 5 ou 6 impulsions. Transformer à haute vitesse jusqu'à la consistance désirée.
2. Goûter et corriger l'assaisonnement. Conserver dans un récipient hermétique au réfrigérateur.

VARIANTE ÉPICÉE : Ajouter 2 c. à thé (10 ml) de miel, ½ c. à thé (2.5 ml) de cannelle moulue, 1 c. à thé (5 ml) de sel cascher (omettre si on l'a déjà utilisé dans la recette de base), 1 c. à thé (5 ml) d'épice de la Jamaïque moulue et 1 c. à thé (5 ml) de muscade moulue.

Valeur nutritive d'une portion de 1 cuillère à soupe (15 ml), non salé :

Calories 80 (61 % provenant des lipides) • glucides 2 g • protéines 4 g • lipides 7 g • gras sat. 1 g • cholestérol 0 mg • sodium 3 mg • calcium 36 mg • fibres 1 g

BEURRE D'AMANDES

Essayez toute combinaison de vos noix préférées pour faire un beurre de noix comme aucun autre



- 2 **T. (500 ML OU ENVIRON 9 OZ
[250 G]) D'AMANDES CRUES,
NON SALÉES**
- 3½ **C. À SOUPE (50 ML) D'HUILE
DE PÉPIN DE RAISIN**
- 1 **C. À THÉ (5 ML) DE SEL
CASCHER (FACULTATIF)**

Donne environ 1¼ tasse (300 ml)

1. Mettre les amandes, l'huile et le sel (si on l'utilise) dans le grand bol du robot muni du gros couteau hachoir. Défaire au moyen d'environ 10 impulsions, puis transformer à haute vitesse jusqu'à l'obtention de la consistance désirée.
2. Goûter et corriger l'assaisonnement. Conserver dans un récipient hermétique au réfrigérateur.

Valeur nutritive d'une portion de 1 cuillère à soupe (15 ml), non salé :

Calories 94 (78 % provenant des lipides) • glucides 3 g • protéines 3 g • lipides 9 g • gras sat. 1 g • cholestérol 0 mg • sodium 0 mg • calcium 34 mg • fibres 2 g

MAYONNAISE

Goûtez la saveur incomparable de la mayonnaise maison!



- 4 GROS JAUNES D'ŒUF*
- ¾ C. À THÉ (3,75 ML) DE SEL CASCHER
- ½ C. À THÉ (2,5 ML) DE MOUTARDE DE DIJON
- 1 C. À THÉ (5 ML) DE JUS DE CITRON FRAIS
- 1 C. À SOUPE (15 ML) D'EAU
- ¾ T. (175 ML) D'HUILE VÉGÉTALE

Donne 1 tasse (250 ml)

1. Mettre tous les ingrédients, sauf l'huile, dans le grand bol du robot muni du gros couteau hachoir. Transformer à basse vitesse pendant 30 secondes, jusqu'à consistance lisse.
2. Pendant que le robot tourne à basse vitesse, verser l'huile par l'orifice du petit poussoir jusqu'à ce qu'elle soit toute incorporée et que la mayonnaise soit émulsifiée et homogène. Racler les parois. Goûter et corriger l'assaisonnement. Conserver le reste de mayonnaise dans un récipient hermétique au réfrigérateur.

VARIANTE : Pour une mayonnaise aux fines herbes, ajouter ⅓ tasse (75 ml) de fines herbes (persil, aneth, estragon, basilic ou autre, au goût) sans les tiges, bien tassées, aux jaunes d'œuf avant d'ajouter l'huile.

Pour une mayonnaise au goût plus prononcé : ajouter ¼ c. à thé (1 ml) de sel, ½ c. à thé (2,5 ml) de moutarde de Dijon et 1 c. à soupe (15 ml) de jus de citron aux ingrédients.

Valeur nutritive d'une portion de 1 cuillère à soupe (15 ml) :

Calories 104 (97 % provenant des lipides) • glucides 1 g • protéines 1 g • lipides 12 g • gras sat. 1 g • cholestérol 46 mg • sodium 113 mg • calcium 6 mg • fibres 0 g

VINAIGRETTE DE BASE

Utilisez cette vinaigrette simple comme base et variez-en le goût en modifiant les ingrédients pour créer des salades excitantes. Vous pourriez, par exemple, y ajouter de l'ail broyé ou rôti, des échalotes hachées, des fines herbes fraîches ou déshydratées, des tomates séchées au soleil, du miel, du jus de citron ou des vinaigres aromatisés.



- ¼ T. (60 ML) DE VINAIGRE DE VIN (ROUGE OU BLANC)
- 1 C. À SOUPE (15 ML) DE MOUTARDE DE DIJON
- ¾ T. (175 ML) D'HUILE D'OLIVE VIERGE EXTRA
- SEL CASCHER ET POIVRE FRAIS MOULU AU GOÛT

Donne environ 1 tasse (250 ml)

1. Mettre tous les ingrédients dans le petit bol du robot muni du petit couteau hachoir. Transformer à basse vitesse pendant 1 minute environ, jusqu'à ce qu'ils soient combinés.
2. Goûter et corriger l'assaisonnement. Servir immédiatement ou conserver dans un récipient hermétique au réfrigérateur.

Valeur nutritive d'une portion de 1 cuillère à soupe (15 ml) :

Calories 91 (98 % provenant des lipides) • glucides 0 g • protéines 0 g • lipides 10 g • gras sat. 1 g • cholestérol 0 mg • sodium 23 mg • calcium 0 mg • fibres 0 g

VINAIGRETTE CRÉMEUSE CÉSAR

Il y a une foule de versions de cette recette. La nôtre se rapproche beaucoup de la recette classique. Si vous préférez ne pas utiliser de jaunes d'œuf crus, prenez un substitut d'œuf.



- | | | |
|---|---|---|
| 2 | PETITES GOUSSES D'AIL, PELÉES | Donne environ 1 tasse (250 ml) |
| 6 | FILETS D'ANCHOIS | |
| 2 | GROS JAUNES D'ŒUF* | |
| 2 | C. À THÉ (10 ML) DE MOUTARDE DE DIJON | 1. Poser le gros couteau hachoir dans le grand bol. Pendant que le robot tourne à haute vitesse, ajouter l'ail par le petit entonnoir pour le hacher finement. Ajouter le reste des ingrédients, sauf l'huile d'olive. Transformer à haute vitesse jusqu'à ce que bien mélangé. |
| 4 | C. À THÉ (20 ML) DE JUS DE CITRON FRAIS | |
| 4 | C. À THÉ (20 ML) DE VINAIGRE DE VIN ROUGE | 2. Pendant que le robot tourne à basse vitesse, verser l'huile d'olive par le petit entonnoir en un mince filet, en mélangeant sans arrêt pendant ½ à 1 minute, jusqu'à ce que la préparation soit émulsifiée. |
| 2 | C. À THÉ (10 ML) DE SAUCE WORCESTERSHIRE | |
| ½ | C. À THÉ (2,5 ML) DE POIVRE NOIR FRAIS MOULU | 3. Goûter et corriger l'assaisonnement. Servir immédiatement ou conserver dans un récipient hermétique au réfrigérateur. |
| ⅔ | T. (150 ML) D'HUILE D'OLIVE VIERGE EXTRA | |

** Mise en garde concernant les œufs crus : Les aliments contenant des œufs crus ou à peine cuits peuvent présenter des risques de salmonella. Pour réduire le risque, nous recommandons d'utiliser seulement des œufs de catégorie A ou AA, frais et réfrigérés dont la coquille est propre et intacte, et d'éviter tout contact entre les jaunes ou les blancs et la coquille quand on casse les œufs.*

Valeur nutritive d'une portion de 1 cuillère à soupe (15 ml) :

Calories 91 (95 % provenant des lipides) • glucides 1 g • protéines 1 g • lipides 10 g • gras sat. 2 g • cholestérol 24 mg • sodium 68 mg • calcium 4 mg • fibres 0 g

FROMAGE À LA CRÈME AUX BLEUETS

Les options de fromage à la crème aromatisé sont illimitées. Celle-ci, pas trop sucrée, peut accompagner des mets variés.



- | | | |
|---|---|---|
| 6 | OZ (170 G) DE BLEUETS FRAIS (ENVIRON 4¼ T. [1 L]) | Donne 1½ tasse (375 ml) |
| 1 | C. À THÉ (5 ML) DE SUCRE GRANULÉ | 1. Mettre les bleuets, le sucre et le jus de citron dans une petite casserole et faire cuire à feu doux pendant 5 à 6 minutes, jusqu'à ce que les bleuets soient presque tous défaits et que le tout ait épaissi. Retirer du feu et laisser refroidir à la température de la pièce. |
| 1 | C. À THÉ (5 ML) DE JUS DE CITRON FRAIS | |
| 1 | PAQUET DE 8 OZ (227 G) DE FROMAGE À LA CRÈME, COUPÉ EN 4 MORCEAUX, RAMOLLI | 2. Dans le petit bol du robot muni du petit couteau hachoir, verser la préparation de bleuets refroidi et les morceaux de fromage à la crème. Défaire le fromage et mélanger au moyen de 8 à 10 impulsions. |
| | | 3. Servir immédiatement ou conserver dans un récipient hermétique au réfrigérateur. |

Valeur nutritive d'une portion de 2 cuillères à soupe (30 ml) :

Calories 111 (77 % provenant des lipides) • glucides 5 g • protéines 2 g • lipides 10 g • gras sat. 5 g • cholestérol 31 mg • sodium 92 mg • calcium 29 mg • fibres 1 g

MUFFINS GLOIRE DU MATIN

Vos enfants ne devineront jamais que les carottes sont l'ingrédient secret dans ces muffins – elles apportent un petit goût sucré dont ils raffoleront.



ENDUIT VÉGÉTAL DE CUISSON

- $\frac{1}{4}$ T. (60 ML) DE FARINE TOUT USAGE NON BLANCHIE
- $\frac{1}{3}$ T. (75 ML) DE FARINE DE BLÉ ENTIER
- $\frac{1}{2}$ C. À THÉ (2,5 ML) DE SEL CASCHER
- $\frac{3}{4}$ C. À THÉ (3,75 ML) DE BICARBONATE DE SOUDE
- $\frac{1}{2}$ C. À THÉ (2,5 ML) DE CANNELLE MOULUE
- $\frac{1}{4}$ T. (60 ML) DE FLOCONS D'AVOINE ROULÉS (PAS À CUISSON RAPIDE)
- $\frac{1}{2}$ C. À THÉ (2,5 ML) DE ZESTE D'ORANGE RÂPÉ
- $\frac{1}{3}$ T. (75 ML) DE NOIX DE GRENOBLE, LÉGÈREMENT GRILLÉES
- 2 GROSSES CAROTTES, PELÉES ET COUPÉES POUR PASSER DANS L'ENTONNOI
- $\frac{1}{3}$ T. (75 ML) DE CASSONADE DORÉE, TASSÉE
- 2 GROS ŒUFS, À TEMPÉRATURE AMBIANTE
- $\frac{1}{3}$ T. (75 ML) D'HUILE VÉGÉTALE
- $\frac{1}{2}$ C. À THÉ (2,5 ML) D'EXTRAIT DE VANILLE PURE
- $\frac{1}{3}$ T. (75 ML) DE NOIX DE COCO NON SUCRÉE, RÂPÉE
- 2 C. À SOUPE (30 ML) DE GRAINES DE TOURNESOL

Donne 6 muffins

1. Préchauffer le four à 350 °F (180 °C). Vaporiser un moule pour six muffins d'un peu d'enduit végétal de cuisson; réserver.
2. Mettre les farines, le sel, le bicarbonate de soude, la cannelle, l'avoine et le zeste dans le grand bol du robot muni du gros couteau hachoir. Transformer à haute vitesse pendant 10 secondes pour tamiser. Transférer dans un bol à mélanger de taille moyenne; réserver.
3. Ajouter les noix dans le bol et hacher au moyen de 5 impulsions environ. Sans enlever les noix dans le bol, remplacer le couteau hachoir par le disque déchiqueteur, côté moyen vers le haut. Déchiqueter les carottes et les ajouter au bol contenant les ingrédients secs. Combiner à l'aide d'une cuillère; réserver.
4. Reposer le gros couteau hachoir dans le bol et ajouter la cassonade, les œufs, l'huile et l'extrait de vanille dans le bol et transformer jusqu'à ce que combinés. Ajouter le mélange de carottes et d'ingrédients secs et combiner au moyen de 3 impulsions. Racler les parois du bol et ajouter la noix de coco et les graines de tournesol. Incorporer au moyen de 3 ou 4 impulsions.
5. Diviser la pâte également entre les six cavités du moule et cuire au four pendant 18 à 20 minutes, jusqu'à ce qu'une sonde à gâteau piquée au centre ressorte propre.

Valeur nutritive d'un muffin :

Calories 306 (60 % provenant des lipides) • glucides 26 g • protéines 6 g • lipides 21 g • gras sat. 4 g • cholestérol 62 mg • sodium 372 mg • calcium 27 mg • fibres 3 g

PAIN AUX BANANES ET AUX NOIX

Une tranche de ce pain est délicieuse pour un petit déjeuner sur le pouce ou pour la fringale d'après-midi.



ENDUIT VÉGÉTAL DE CUISSON

- 2 T. (500 ML) DE FARINE TOUT USAGE NON BLANCHIE
- $\frac{3}{4}$ T. (150 ML) DE NOIX DE GRENOBLE ÉCALÉES
- 1 C. À THÉ (5 ML) DE POUDRE À PÂTE
- 1 C. À THÉ (5 ML) DE BICARBONATE DE SOUDE
- $\frac{1}{2}$ C. À THÉ (2,5 ML) DE SEL CASCHER
- 2 BANANES MÛRES, COUPÉES EN DÉS DE 1 PO (2,5 CM)
- 2 GROS ŒUFS
- 2 GROS BLANCS D'ŒUF
- 1 T. (250 ML) SUCRE GRANULÉ
- $\frac{1}{2}$ T. (125 ML) DE YOGOURT SANS GRAS, NATURE
- 4 C. À SOUPE (60 ML) DE BEURRE NON SALÉ, COUPÉ EN DÉS DE 1 PO (2,5 CM), À TEMPÉRATURE AMBIANTE
- 2 C. À THÉ (10 ML) D'EXTRAIT DE VANILLE PUR

Donne 1 pain de 9 po (23 cm)

1. Préchauffer le four à 350 °F (180 °C). Vaporiser un moule à pain de 9 po (23 cm) d'un peu d'enduit végétal de cuisson; réserver.
2. Mettre la farine, les noix, la poudre à pâte, le bicarbonate de soude et le sel dans le grand bol du robot muni du gros couteau hachoir. Combiner au moyen de 5 impulsions environ. Transférer dans un bol de taille moyenne; réserver.
3. Transformer les bananes à haute vitesse pendant 30 secondes environ pour les réduire en purée. Racler les parois du bol. Ajouter les œufs, les blancs d'œuf, le sucre, le yogourt, le beurre et la vanille. Transformer à haute vitesse pendant 10 à 15 secondes jusqu'à ce que parfaitement combinés. Ajouter les ingrédients secs réservés. Transformer au moyen de 5 à 6 impulsions, jusqu'à ce que la farine soit juste mélangée.
4. Verser la pâte dans le moule préparé. Cuire au four pendant 50 minutes environ jusqu'à ce que le dessus soit doré et qu'un cure-dents piqué au centre en ressorte propre.
5. Laisser refroidir dans le moule sur une grille pendant 20 minutes. Démouler et laisser refroidir parfaitement.

Valeur nutritive d'une tranche (basée sur 12 portions) :

Calories 227 (27 % provenant des lipides) • glucides 37 g • protéines 5 g • lipides 7 g • gras sat. 3 g • cholestérol 46 mg • sodium 265 mg • calcium 30 mg • fibres 1 g

TOURTE RUSTIQUE AUX POMMES DE TERRE ET FENOUIL

Cette recette deviendra l'un de vos plats favoris quand vous recevez. Elle est facile à préparer et comme elle a une forme libre, la présentation est imbattable.



- 1/2 RECETTE DE PÂTE À TARTE FEUILLETÉE (PAGE 49)**
- 1 POMME DE TERRE À CHAIR JAUNE (YUKON GOLD) DE TAILLE MOYENNE (ENVIRON 8 OZ [225 G])**
- 1/4 BULBE DE FENOUIL**
- 1/4 T. (60 ML) DE SPECK EN DÉS (ON PEUT UTILISER DE LA PANCETTA OU DU BACON)**
- 1 C. À SOUPE (15 ML) D'HUILE D'OLIVE VIERGE EXTRA**
- 1/4 C. À THÉ (1 ML) DE SEL CASCHER**
- 1/4 C. À THÉ (1 ML) DE ZESTE DE CITRON RÂPÉ**
- 2 OZ (57 G) DE FROMAGE DE CHÈVRE**
- DORURE À L'ŒUF (1 GROS ŒUF BATTU AVEC 1 C. À SOUPE [15 ML] D'EAU)**

Donne une tarte de 9 ou 10 po (23 ou 25 cm)

1. Préparer la pâte à tarte feuilletée, prête à abaisser. Préchauffer le four à 350 °F (180 °C). Tapiser une plaque de cuisson de papier parchemin; réserver.
2. Régler le disque éminceur à l'épaisseur 2 et le poser dans le bol. Trancher les pommes de terre et les laisser dans le bol.
3. Retirer le disque éminceur, le régler à l'épaisseur 4 et le reposer dans le bol. Trancher le fenouil. Retirer le disque éminceur et l'adaptateur.
4. Ajouter le speck, l'huile d'olive, le sel et le zeste de citron dans le bol contenant les pommes de terre et le fenouil. Remuer délicatement.
5. Sur une surface légèrement farinée, abaisser la pâte à tarte en un cercle de 12 po (30 cm) d'environ 1/8 po (0,3 cm) d'épaisseur. Verser la préparation de pommes de terre au centre de la pâte. Couronner de noisettes de fromage de chèvre. Replier la pâte sur la garniture en laissant le centre à découvert. Badigeonner la pâte de dorure.
6. Cuire au four pendant 45 minutes à 1 heure, jusqu'à ce que les légumes soient tendres et que la croûte soit dorée. Laisser refroidir sur un plateau pendant au moins 10 à 15 minutes avant de couper et de servir.

Valeur nutritive d'une portion (basée sur 8 portions) :

Calories 229 (62 % provenant des lipides) • glucides 17 g • protéines 5 g • lipides 16 g • gras sat. 10 g • cholestérol 64 mg • sodium 402 mg • calcium 20 mg • fibres 1 g

HOUMOUS

Servie avec des pointes de pain pita chaud, cette trempette savoureuse constitue une collation très satisfaisante. Voyez comment faire des pitas maison en utilisant notre recette de pâte à pizza à la page 48.



- 1/4 T. (60 ML) DE FEUILLES DE PERSIL ITALIEN FRAIS**
- 1 1/4 C. À THÉ (6 ML) DE SEL CASCHER**
- 1/2 C. À THÉ (2,5 ML) DE ZESTE DE CITRON RÂPÉ**
- 1 GOUSSE D'AIL, PELÉE**
- 2 BOÎTES DE 15 1/2 OZ (440 G) DE POIS CHICHES, ÉGOUTTÉS ET RINCÉS**
- 1/4 T. (60 ML) DE JUS DE CITRON FRAIS**
- 1/4 T. (60 ML) D'EAU**
- 1/4 T. (60 ML) D'HUILE D'OLIVE VIERGE EXTRA, PLUS 1 C. À SOUPE (15 ML) POUR SERVIR**
- 2 C. À SOUPE (30 ML) DE TAHINI**
- 1/2 C. À THÉ (2,5 ML) DE CUMIN MOULU**
- 1/8 C. À THÉ (0,5 ML) DE PAPRIKA (FACULTATIF)**
- 1 PINCÉE DE ZA'ATAR (FACULTATIF)**

Makes about 2 1/2 cups (625 ml)

1. Mettre le persil, le sel, le zeste de citron et l'ail dans le grand bol du robot muni du gros couteau hachoir. Hacher grossièrement au moyen de 5 à 6 impulsions. Râcler les parois du bol. Ajouter le reste des ingrédients et transformer à haute vitesse pendant 5 minutes environ, jusqu'à consistance lisse.
2. Goûter et corriger l'assaisonnement. Servir, arrosé de la cuillère à soupe d'huile d'olive et saupoudré de paprika et de za'atar (si on le désire).

Valeur nutritive d'une portion de 1 cuillère à soupe (15 ml) :

Calories 43 (41 % provenant des lipides) • glucides 5 g • protéines 1 g • lipides 2 g • gras sat. 0 g • cholestérol 0 mg • sodium 138 mg • calcium 11 mg • fibres 1 g

GUACAMOLE

Un incontournable des réceptions que vous pouvez facilement adapter à vos goûts.



- 1 GOUSSE D'AIL, PELÉE
- ½ À 1 PIMENT JALAPEÑO, ÉGRENÉ ET COUPÉ EN DÉS DE 1 PO (2,5 CM)
- ½ PETIT OIGNON (ROUGE OU BLANC)
- ¼ T. (60 ML) DE CORIANDRE FRAÎCHE
- 5 AVOCATS MÛRS, COUPÉS EN DEUX ET DÉNOYAUTÉS
- 2 C. À SOUPE (30 ML) DE JUS DE LIME FRAIS
- 1½ C. À THÉ (7,5 ML) DE SEL CASCHER (OU PLUS AU GOÛT)

Donne environ 3 tasses (750 ml)

1. Poser le gros couteau hachoir dans le grand bol du robot. Pendant que le robot tourne à haute vitesse, ajouter l'ail et le piment jalapeño par le petit entonnoir pour les hacher finement. Ajouter l'oignon et la coriandre. Hacher grossièrement au moyen de 5 impulsions.
2. Ajouter l'avocat, le jus de lime et le sel. Transformer par impulsions jusqu'à l'obtention de la consistance désirée. Si on le désire, transformer à haute vitesse sans arrêt pour une consistance très lisse.
3. Goûter et corriger l'assaisonnement. Servir immédiatement ou conserver dans un récipient hermétique au réfrigérateur.

CONSEIL : Presser une pellicule plastique directement à la surface du guacamole pour l'empêcher de brunir jusqu'au moment de le servir ou pendant qu'il est conservé au réfrigérateur.

Valeur nutritive d'une portion de ¼ tasse (60 ml) :

Calories 137 (75 % provenant des lipides) • glucides 8 g • protéines 12 g • lipides 25 g • gras sat. 2 g • cholestérol 0 mg • sodium 273 mg • calcium 12 mg • fibres 6 g

SALSA GRILLÉE

Vous deviendrez accro des saveurs goûteuses de cette salsa style restaurant.



- 1 LB (454 G) DE TOMATES MÛRES COUPÉES EN QUATRE
- 1 OIGNON, PETIT À MOYEN, COUPÉ EN QUARTIERS
- ½ À 1 JALAPEÑO, COUPÉ EN DEUX ET ÉGRENÉ
- 2 GROSSES GOUSSES D'AIL, PELÉES
- 3 C. À SOUPE (45 ML) D'HUILE D'OLIVE VIERGE EXTRA
- 2 C. À THÉ (10 ML) DE SEL CASCHER

Donne environ 1½ tasse (375 ml)

1. Tapisser une plaque de cuisson de papier d'aluminium. Mettre tous les ingrédients sur la plaque et remuer. Faire noircir sous le grilloir pendant 40 à 50 minutes. Retirer du four et laisser refroidir.
2. Lorsque les légumes sont froids au toucher, les transférer dans le grand bol du robot muni du gros couteau hachoir. Transformer jusqu'à l'obtention de la consistance désirée, au moyen de 8 à 10 impulsions, pour une salsa avec des gros morceaux.
3. Goûter et corriger l'assaisonnement. Servir avec des croustilles de tortilla ou des viandes grillées.

Valeur nutritive d'une portion de ¼ tasse (60 ml) :

Calories 80 (75 % provenant des lipides) • glucides 4 g • protéines 1 g • lipides 7 g • gras sat. 1 g • cholestérol 0 mg • sodium 4 mg • calcium 12 mg • fibres 1 g

BEIGNETS AU CRABE

Utiliser le robot pour hacher tous les ingrédients de ces délicieux beignets est un véritable gagne-temps.



- ENDUIT VÉGÉTAL DE CUISSON**
- 16 OZ (454 G) DE CHAIR DE CRABE EN MORCEAUX
- 1 GOUSSE D'AIL
- 1 POIVRON ROUGE MOYEN, VIDÉ, ÉGRENÉ ET COUPÉ EN DÉS DE 2 PO (5 CM)
- 3 OIGNONS VERTS, PARÉS ET COUPÉS EN DÉS DE 1 PO (2,5 CM)
- ½ T. (125 ML) DE FEUILLES DE PERSIL FRAIS, LÉGÈREMENT TASSÉES
- 1 C. À THÉ (5 ML) D'HUILE D'OLIVE VIERGE EXTRA
- ¼ C. À THÉ (1 ML) DE SEL CASCHER
- ¼ C. À THÉ (1 ML) DE POIVRE NOIR FRAIS MOULU
- 2 GROS ŒUFS, LÉGÈREMENT BATTUS
- 1 T. (250 ML) DE CHAPELURE (RECETTE À LA PAGE 20)
- ½ T. (125 ML) DE MAYONNAISE
- 1 C. À THÉ (5 ML) DE SAUCE WORCESTERSHIRE
- 1½ C. À THÉ (7,5 ML) D'ASSAISONNEMENT POUR LE CRABE OU LES FRUITS DE MER
- 2 C. À THÉ (10 ML) DE MOUTARDE DE DIJON
- SAUCE PIQUANTE (FACULTATIF)
- SAUCE TARTARE, POUR SERVIR QUARTIERS DE CITRON, POUR SERVIR

Donne 12 beignets de crabe

- Examiner la chair de crabe afin d'en retirer tous les résidus de carapace ou de cartilage. Réserver au réfrigérateur. Préchauffer le four à 400 °F (200 °C). Tapisser une plaque de cuisson de papier d'aluminium et la vaporiser d'enduit végétal de cuisson; réserver.
- Poser le petit couteau hachoir dans le petit bol du robot. Pendant que le robot tourne à haute vitesse, ajouter l'ail par le petit entonnoir pour hacher finement. Ajouter le poivron, les oignons verts et le persil et hacher grossièrement au moyen de 10 à 12 impulsions.
- Dans un grand poêlon, faire chauffer l'huile à feu moyen. Ajouter les légumes hachés, saler et poivrer. Faire cuire pendant 5 à 7 minutes jusqu'à ce que mous. Transférer dans un grand bol à mélanger.
- Une fois que les légumes ont refroidi un peu, les ajouter au crabe réservé. Incorporer l'œuf, la chapelure, la mayonnaise, la sauce Worcestershire, la moutarde de Dijon et l'assaisonnement avec une larme ou deux de sauce piquante, si on le désire. Mélanger parfaitement à la main, mais délicatement, afin ne pas trop défaire les morceaux de crabe.
- Façonner le mélange en 8 beignets ronds et les déposer sur une plaque de cuisson. Cuire au four pendant 8 à 10 minutes de chaque côté, jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
- Servir immédiatement avec la sauce tartare préparée, si on le désire, et avec un quartier de citron.

Valeur nutritive d'un beignet :

Calories 186 (57 % provenant des lipides) • glucides 12 g • protéines 8 g • lipides 12 g • gras sat. 2 g • cholestérol 87 mg • sodium 652 mg • calcium 128 mg • fibres 0 g

NACHOS AUX POMMES DE TERRE

De fines tranches de pommes de terre font une base de nachos délicieuse et consistante.



- 2 LB (907 G) DE POMMES DE TERRE RUSSET
- 1 C. À SOUPE (15 ML) D'HUILE D'OLIVE VIERGE EXTRA
- 1 C. À THÉ (5 ML) DE SEL CASCHER
- 1 BOTTE D'OIGNONS VERTS, PARÉS
- ½ À 1 PIMENT JALAPEÑO, COUPÉ EN DEUX SUR LA LONGUEUR ET ÉGRENÉ
- 1 BOÎTE DE 15 OZ (425 G) D'OLIVES NOIRES ENTIÈRES DÉNOYAUTÉES
- 8 OZ (227 G) DE FROMAGE, COMME DU CHEDDAR VIEILLI
- SALSA, GUACAMOLE ET CRÈME SÛRE POUR SERVIR

Donne 8 portions

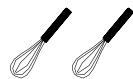
- Préchauffer le four à 425 °F (220 °C). Tapisser deux plaques de cuisson de papier d'aluminium; réserver.
- Régler le disque éminceur à l'épaisseur 3 et le poser dans le bol. Trancher les pommes de terre. Retirer le disque et l'adaptateur. Remuer les pommes de terre avec l'huile d'olive et le sel.
- Étaler les pommes de terre sur les plaques de cuisson en une seule couche. Cuire au four pendant 45 minutes environ, jusqu'à ce que dorées et croustillantes.
- Pendant ce temps, reposer l'adaptateur et le disque éminceur (toujours à l'épaisseur 3) dans le bol. Trancher les oignons, le jalapeño et les olives. Vider et réserver.
- Poser le disque déchiqueteur, côté moyen vers le haut. Déchiqueter le fromage; réserver dans le bol.
- Sortir les pommes de terre cuites du four et laisser refroidir légèrement. Déposer la moitié des pommes de terre au centre de l'une des plaques de cuisson. Parsemer de la moitié du mélange d'oignon, de jalapeño, d'olives et de fromage. Recouvrir du reste des pommes de terre et parsemer du reste des ingrédients. Cuire au four pendant 5 minutes environ jusqu'à ce que le fromage soit fondu et légèrement doré.
- Servir immédiatement avec une salsa, un guacamole et de la crème sûre, si on le désire.

Valeur nutritive d'une portion :

Calories 225 (83 % provenant des lipides) • glucides 4 g • protéines 6 g • lipides 21 g • gras sat. 7 g • cholestérol 30 mg • sodium 883 mg • calcium 202 mg • fibres 21 g

POTAGE ONCTUEUX AUX HARICOTS BLANCS

Cette soupe a meilleur goût le lendemain, une fois que les saveurs ont eu plus de temps à se développer.



- 3 OZ (85 G) DE PANCETTA, COUPÉE EN DÉS
- 3 PETITES CAROTTES, PELÉES ET COUPÉES EN DÉS DE 1 PO (2,5 CM)
- 2 PETITES BRANCHES DE CÉLERI, COUPÉES EN DÉS DE 1 PO (2,5 CM)
- 1 PETIT OIGNON, COUPÉ EN DÉS DE 1 PO (2,5 CM)
- 1 TIGE DE THYM FRAIS
- 1 GOUSSE D'AIL, PELÉE
- ¼ C. À THÉ (1 ML) DE POIVRE NOIR FRAIS MOULU (PLUS AU GOÛT)
- 3 BOÎTES DE 15,5 OZ (440 G) D'HARICOTS CANNELLINI, AVEC LEUR LIQUIDE
- 2 À 3 T. (500 À 750 ML) D'EAU (OU DE BOUILLON DE POULET RÉDUIT EN SODIUM POUR PLUS DE GOÛT)
- SEL CASCHER AU GOÛT

Donne environ 8 tasses (2 L)

1. Dans une grande marmite chauffée à feu moyen, ajouter la pancetta et faire rissoler à feu doux, pendant environ 5 minutes, en remuant fréquemment.
2. Pendant ce temps, mettre les carottes, le céleri et l'oignon dans le grand bol du robot muni du gros couteau hachoir. Hacher grossièrement au moyen de 10 impulsions environ. Transférer les légumes hachés dans la marmite avec la pancetta et remuer. Ajouter le thym, l'ail et le poivre noir. Cuire pendant 3 minutes environ pour ramollir.
3. Ajouter les haricots avec leur liquide dans la marmite, avec juste assez de liquide (eau ou bouillon de poulet) pour les recouvrir, soit environ 2½ t. (625 ml). Porter à ébullition, couvrir, réduire le feu et laisser mijoter à feu doux pendant 25 à 30 minutes, jusqu'à ce que les haricots et les légumes soient très tendres. Retirer du feu et laisser refroidir pendant 5 minutes. Retirer la tige de thym.
4. Verser le mélange dans le bol du robot et transformer à haute vitesse pendant ½ à 1½ minute, jusqu'à la consistance désirée.

5. Goûter et ajouter le sel, au goût, une pincée à la fois.

CONSEIL : Ne pas ajouter trop de sel. En refroidissant, les saveurs s'intensifient. Ce potage est meilleur servi chaud.

Valeur nutritive d'une portion de 1 tasse (250 ml) :

Calories 177 (24 % provenant des lipides) • glucides 24 g • protéines 10 g • lipides 5 g • gras sat. 1 g • cholestérol 11 mg • sodium 264 mg • calcium 62 mg • fibres 7 g

SALADE DE POIRE ET DE CHOU LACINATO

Cette salade se marie bien à notre recette de vinaigrette simple (page 25).



- 1 BOTTE DE CHOU LACINATO
- ¼ PETIT CHOU ROUGE, SANS LE CŒUR, COUPÉ POUR PASSER DANS L'ENTONNOIR
- 2 CAROTTES, PELÉES ET COUPÉES POUR PASSER DANS L'ENTONNOIR
- 1 POIRE, SANS LE CŒUR, COUPÉE EN QUARTIERS
- ½ CONCOMBRE ANGLAIS, COUPÉ POUR PASSER DANS L'ENTONNOIR
- ½ T. (125 ML) DE NOIX DE GRENOBLE, GRILLÉES

Donne 9 à 10 tasses (2,25 à 2,5 L)

1. Régler le disque éminceur à l'épaisseur 7 et le poser dans le bol. Trancher le chou; réserver dans le bol.
2. Régler le disque éminceur à l'épaisseur 2. Trancher le chou, les carottes, la poire et le concombre. Transférer dans un grand bol. Ajouter les noix. Remuer avec la vinaigrette désirée.

CONSEIL : La vinaigrette pour cette salade (et la plupart des autres) peut être faite directement dans le grand bol du robot, avec tous les légumes tranchés par-dessus, pour éviter de salir plus d'un bol.

Valeur nutritive d'une portion de 1 tasse (250 ml) :

Calories 38 (24 % provenant des lipides) • glucides 7 g • protéines 1 g • lipides 1 g • gras sat. 0 g • cholestérol 0 mg • sodium 77 mg • calcium 38 mg • fibres 2 g

SALADE DE CÉLERI-RAVE AVEC VINAIGRETTE À L'ESTRAGON

Plus vous laissez cette salade reposer, meilleure elle sera. Les saveurs s'intensifient et le céleri-rave s'attendrit. Faites-la un ou deux jours d'avance en prévision d'une réception ou préparez-la pour en manger toute la semaine.



VINAIGRETTE :

- DONNE 1 TASSE (250 ML)**
- 1 1 PETITE ÉCHALOTE, COUPÉE EN MORCEAUX DE ½ PO (1,25 CM)
 - ¼ T. (60 ML) DE FEUILLES D'ESTRAGON FRAIS, TASSÉES
 - ¼ T. (60 ML) DE VINAIGRE DE CIDRE DE POMMES
 - 1 C. À THÉ (5 ML) DE JUS DE CITRON FRAIS
 - 1 C. À THÉ (5 ML) DE MOUTARDE DE DIJON
 - ¾ C. À THÉ (3,75 ML) DE SEL CASCHER
 - ¼ C. À THÉ (1 ML) DE POIVRE NOIR FRAIS MOULU
 - ¾ T. (175 ML) D'HUILE D'OLIVE VIERGE EXTRA

- Préparation de la vinaigrette :** Mettre l'échalote et l'estragon dans le petit bol du robot muni du petit couteau hachoir. Hacher grossièrement au moyen de 2 ou 3 impulsions.
- Ajouter le vinaigre, le jus de citron, la moutarde, le sel et le poivre dans le bol. Transformer à basse vitesse pendant 20 secondes environ pour combiner parfaitement.
- Pendant que le robot tourne à basse vitesse, verser l'huile en un filet par l'orifice du poussoir. Transformer pendant 40 secondes environ jusqu'à émulsion. Réserver ou conserver dans un récipient hermétique au réfrigérateur.
- Préparation de la salade :** Mettre les pistaches dans le grand bol du robot muni du gros couteau hachoir. Hacher grossièrement au moyen de 5 à 6 impulsions; réserver.
- Retirer le gros couteau hachoir et poser le disque déchiqueteur, côté moyen vers le haut. Laver et peler le céleri-rave et le frotter avec la moitié du citron. Couper en morceaux qui passent dans l'entonnoir. Frotter chaque morceau de citron. Déchiqueter à haute vitesse. Transférer dans un grand bol à mélanger et remuer avec 1 c. à thé (5 ml) de jus de citron.
- Couper la pomme en deux, enlever le cœur et frotter avec la moitié du citron. Retirer le disque déchiqueteur et le tourner, côté fin vers le haut. Déchiqueter la pomme à haute vitesse. Ajouter au bol contenant le céleri-rave. Remuer avec la cuillère à thé additionnelle de jus de citron.
- Ajouter les raisins secs et la vinaigrette à l'estragon; remuer. Saupoudrer de pistaches hachées et d'estragon haché (si on le désire).

SALADE :

- DONNE ENVIRON 8 TASSES (2 L)**
- 1 TASSE (250 ML) DE PISTACHES CRUES, NON SALÉES ET ÉCALÉES
 - 2 PETITS CÉLERI-RAVE OU 1 GROS, SOIT ENVIRON 12 OZ (340 G)
 - ½ CITRON (POUR FROTTER LE CÉLERI-RAVE ET LA POMME)
 - 2 C. À THÉ (10 ML) DE JUS DE CITRON FRAIS, DIVISÉ
 - 1 POMME ROYAL GALA (OU SEMBLABLE)
 - ½ T. (125 ML) DE RAISINS SECS DORÉS
 - ½ T. (125 ML) DE VINAIGRETTE À L'ESTRAGON
 - ESTRAGON HACHÉ, COMME GARNITURE

Valeur nutritive d'une portion de 2 cuillères à soupe (30 ml) de vinaigrette :

Calories 186 (97 % provenant des lipides) • glucides 1 g • protéines 0 g • lipides 21 g • gras sat. 3 g • cholestérol 0 mg • sodium 222 mg • calcium 6 mg • fibres 0 g

Valeur nutritive d'une portion de 1 tasse (250 ml) de salade :

Calories 147 (40 % provenant des lipides) • glucides 20 g • protéines 4 g • lipides 7 g • gras sat. 1 g • cholestérol 0 mg • sodium 45 mg • calcium 44 mg • fibres 4 g

GALETTES DE POMMES DE TERRE

Cette recette infallible est excellente dans le temps des Fêtes...
et à tout autre moment de l'année.



- 2 C. À SOUPE (30 ML) DE FEUILLES DE PERSIL ITALIEN FRAIS
- 1 LB (454 G) DE POMMES DE TERRE JAUNES*, PELÉES ET COUPÉES POUR PASSER DANS L'ENTONNOIR
- ½ PETIT OIGNON, PARÉ
- 2 C. À SOUPE (30 ML) DE FARINE TOUT USAGE NON BLANCHIE (OU DE FARINE DE MATZO)
- 1 C. À THÉ (5 ML) DE SEL CASCHER
- ¼ C. À THÉ (1 ML) DE POIVRE NOIR FRAIS MOULU
- 1 GROS ŒUF, LÉGÈREMENT BATTU
- 4 C. À SOUPE (60 ML) D'HUILE D'OLIVE VIERGE EXTRA, DIVISÉE

* ON PEUT REMPLACER PAR ½ LB (227 G) DE POMMES DE TERRE RUSSET ET ½ LB (227 G) DE PATATE DOUCE

Donne 12 galettes de 3 po (7,5 cm)

1. Préparer le petit bol avec le petit couteau hachoir. Mettre le persil dans le bol et hacher uniformément à haute vitesse; réserver.
2. Poser le disque déchiqueteur, côté fin vers le haut. Déchiqueter les pommes de terre et l'oignon. Transférer dans une serviette propre et tordre délicatement pour exprimer tout le liquide. Transférer dans un grand bol et ajouter le persil réservé, la farine, le sel et le poivre; remuer pour combiner parfaitement. Ajouter l'œuf et remuer.
3. Diviser le mélange en 12 parties. Former en boules, puis aplatir en galettes.
4. Faire chauffer 2 c. à soupe (30 ml) d'huile dans un grand poêlon à feu mi-vif. Lorsque l'huile est chaude, ajouter six galettes et faire cuire pendant 3 à 4 minutes, jusqu'à ce que dorées. Retourner et cuire de l'autre côté, pendant 5 à 6 minutes, jusqu'à ce que dorées et parfaitement cuites, en baissant le feu au besoin pour ne pas les brûler.
5. Transférer les galettes cuites sur une assiette ou un plateau tapissé d'essuie-tout. Ajouter le reste de l'huile et faire cuire les six dernières galettes.
6. Servir immédiatement avec de la sauce aux pommes ou de la crème sûre, si on le désire.

Valeur nutritive d'une galette :

Calories 83 (53 % provenant des lipides) • glucides 8 g • protéines 2 g • lipides 5 g • gras sat. 1 g • cholestérol 18 mg • sodium 8 mg • calcium 9 mg • fibres 1 g

FALAFEL

Servez les falafels avec du pain pita, de l'hoummos, des tomates hachées, des concombres et des oignons.



- 1 T. (250 ML) DE POIS CHICHES SECS, TREMPÉS TOUTE UNE NUIT DANS L'EAU FROIDE
- 1 GOUSSE D'AIL, PELÉE
- ½ PETIT OIGNON, COUPÉ EN DÉS DE 1 PO (2,5 CM)
- 1 C. À THÉ (5 ML) DE SEL CASCHER
- ¼ C. À THÉ (1 ML) DE POIVRE NOIR FRAIS MOULU
- 1 C. À THÉ (5 ML) DE CUMIN MOULU
- ¾ C. À THÉ (3,75 ML) DE CORIANDRE MOULUE
- ¼ T. (60 ML) DE FEUILLES DE PERSIL ITALIEN FRAIS, LÉGÈREMENT TASSÉES
- ¼ C. À THÉ (1 ML) DE BICARBONATE DE SOUDE
- 1 C. À SOUPE (15 ML) D'EAU
- ¼ T. (60 ML) D'HUILE VÉGÉTALE

Donne 8 galettes de falafel

1. Égoutter les pois chiches et les mettre dans le grand bol du robot muni du gros couteau hachoir. Défaire par impulsions, puis transformer à haute vitesse pendant environ 30 secondes jusqu'à consistance lisse. Ajouter l'ail, l'oignon, le sel, le poivre, le cumin et la coriandre à la purée de pois chiches et transformer jusqu'à ce que les légumes soient finement hachés. Incorporer le persil par impulsions.
2. Dissoudre le bicarbonate de soude dans l'eau et réserver. Pendant que le robot tourne à haute vitesse, ajouter la solution de bicarbonate de soude et poursuivre la transformation jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse.
3. Façonner des galettes de ¼ t. (60 ml) de pâte.
4. Faire frire les galettes, jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées. Servir immédiatement.

Valeur nutritive d'une galette :

Calories 96 (15 % provenant des lipides) • glucides 16 g • protéines 5 g • lipides 2 g • gras sat. 0 g • cholestérol 0 mg • sodium 314 mg • calcium 34 mg • fibres 5 g

BOULETTES DE VIANDE

Hachez et mélangez tous les ingrédients directement dans le bol du robot Cuisinart^{MD}!



- | | | |
|----|---|---|
| 1½ | LB (680 G) D'ÉPAULE DE BŒUF DÉOSSÉE, COUPÉE EN DÉS DE 1 PO (2,5 CM) | Donne 18 boulettes |
| ½ | LB (227 G) DE PORC DÉOSSÉ, PARÉ DU GRAS VISIBLE, COUPÉ EN DÉS DE 1 PO (2,5 CM) | 1. Mettre les viandes au congélateur pendant une trentaine de minutes pour les raffermir. Préchauffer le four à 425 °F (220 °C). Tapiser deux plaques de cuisson de papier d'aluminium; réserver. |
| 2 | GOUSSES D'AIL, PELÉES | 2. Pendant que la viande raffermi au congélateur, poser le gros couteau hachoir dans le grand bol. Faire tourner le robot à haute vitesse et ajouter l'ail dans le bol par le petit entonnoir pour hacher finement. Ajouter le persil et l'oignon et hacher grossièrement au moyen de 5 à 6 impulsions. Ajouter la viande raffermie dans le bol. Ajouter la chapelure, le sel et l'œuf. Hacher la viande et combiner les ingrédients au moyen de 35 impulsions environ. |
| ½ | T. (125 ML) DE FEUILLES DE PERSIL ITALIEN FRAIS, LÉGÈREMENT TASSÉES | 3. Former le mélange en boulettes de ¼ t. (60 ml). Cuire au four pendant 25 à 30 minutes jusqu'à ce que uniformément dorées. |
| ½ | OIGNON, COUPÉ EN DÉS DE 1 PO (2,5 CM) | 4. Servir telles quelles ou avec une sauce aux tomates. |
| ½ | T. (125 ML) DE CHAPELURE ITALIENNE ASSAISONNÉE | |
| 1½ | C. À THÉ (7,5 ML) DE SEL CASCHER | |
| 2 | GROS ŒUFS, LÉGÈREMENT BATTUS | |

Valeur nutritive d'une boulette :

Calories 119 (46 % provenant des lipides) • glucides 3 g • protéines 13 g • lipides 6 g • gras sat. 2 g • cholestérol 60 mg • sodium 324 mg • calcium 17 mg • fibres 0 g

CHOUX DE BRUXELLES AVEC LARDONS

Émincer les choux de Bruxelles (et tout autre ingrédient) dans le robot assure une cuisson uniforme.



- | | | |
|---|--|--|
| 1 | LB (454 G) DE CHOUX DE BRUXELLES, NETTOYÉS ET PARÉS | Donne 3 tasses (750 ml) |
| ½ | LB (227 G) DE LARD FUMÉ, COUPÉ EN LARDONS (PETITS DÉS) | 1. Régler le disque éminceur à l'épaisseur 5 et le poser dans le bol. Trancher les choux de Bruxelles; réserver dans le bol. |
| 2 | C. À SOUPE (30 ML) DE VINAIGRE DE CIDRE DE POMMES
SEL CASCHER ET POIVRE NOIR, SI ON LE DÉSIRE | 2. Mettre les lardons dans un grand poêlon antiadhésif et les faire cuire à feu moyen, pendant 6 minutes environ, jusqu'à ce qu'ils soient croustillants en remuant fréquemment pour éviter qu'ils collent. |
| | | 3. À l'aide d'une cuillère fendue, transférer le bacon sur une assiette. Laisser le gras dans le poêlon et le faire chauffer à feu mi-vif. Lorsqu'il est chaud, ajouter les choux de Bruxelles tranchés et faire dorer d'un côté pendant 3 à 4 minutes. Remuer et poursuivre la cuisson pendant 1 ou 2 minutes jusqu'à ce que tendres. Ajouter les lardons et le vinaigre; remuer. Retirer du feu. |
| | | 4. Goûter et saler et poivrer, au goût. |

Valeur nutritive d'une portion de ½ tasse (125 ml) :

Calories 222 (65 % provenant des lipides) • glucides 7 g • protéines 13 g • lipides 16 g • gras sat. 5 g • cholestérol 41 mg • sodium 802 mg • calcium 32 mg • fibres 3 g

CROÛTE À PIZZA AU CHOU-FLEUR

Essayez cette croûte faite de chou-fleur pour un substitut sans gluten.



CROÛTE*:

- 1 CHOU-FLEUR D'ENVIRON 1 LB (454 G), FLEURETS SEULEMENT
- 2 GROS ŒUFS
- ¾ T. (175 ML) DE PARMESAN RÂPÉ
- ½ C. À THÉ (2,5 ML) DE SEL CASCHER
- ¼ C. À THÉ (1 ML) DE POIVRE NOIR FRAIS MOULU
- ¼ C. À THÉ (1 ML) DE D'OIGNON EN POUDRE
- ¼ C. À THÉ (1 ML) D'AIL EN POUDRE

GARNITURE :

- ½ POIVRON, ÉGRENÉ ET COUPÉ POUR PASSER DANS L'ENTONNOIR
- ½ OIGNON, PARÉ
- 3 CHAMPIGNONS BLANCS
- ½ LB (227 G) DE MOZZARELLA, RÉFRIGÉRÉE
- ¾ T. (175 ML) DE SAUCE À PIZZA (RECETTE À LA PAGE 23)
- 2 C. À SOUPE (30 ML) D'HUILE D'OLIVE VIERGE EXTRA

Donne 8 portions

1. Préchauffer le four à 450 °F (220 °C). Tapisser une plaque de cuisson de papier parchemin; réserver.
2. Mettre les fleurets de chou-fleur dans le grand bol du robot muni du gros couteau hachoir. Défaire au moyen de 5 ou 6 impulsions, puis transformer à haute vitesse pendant 30 secondes environ pour hacher finement. Ajouter le reste des ingrédients de la croûte dans le bol et combiner à haute vitesse pendant 30 secondes environ. Transférer sur la plaque de cuisson préparée. Former un rectangle d'environ ½ po (1,25 cm) d'épaisseur. Cuire au four pendant 40 minutes environ jusqu'à ce que doré et légèrement ferme. Laisser refroidir légèrement.
3. Pendant ce temps, régler le disque éminceur à l'épaisseur 5 et le poser dans le bol. Trancher le poivron, l'oignon et les champignons. Transférer dans un grand bol; réserver.
4. Poser le disque déchiqueteur, côté moyen vers le haut. Déchiqueter la mozzarella; réserver dans le bol.
5. Étaler la sauce au centre de la croûte en chou-fleur refroidie, jusqu'à 1 po (2,5 cm) du bord. Parsemer les légumes uniformément. Parsemer le fromage. Badigeonner le bord de la croûte d'huile d'olive.
6. Cuire au four pendant 15 à 20 minutes, jusqu'à ce que les garnitures soient tendres et que le fromage soit doré et fasse des bulles.

* Vous pouvez aussi utiliser notre recette de pâte à pizza à la page 48. Contrairement à la pâte à pizza au chou-fleur, elle n'a pas besoin d'être cuite au préalable. Voici comment faire: Sur une surface légèrement farinée, abaisser la pâte à pizza en un cercle de 12 po (30 cm). Transférer sur une grille à pizza vaporisée d'enduit végétal de cuisson ou sur une plaque saupoudrée de farine de maïs. Garnir de sauce. Ajouter les garnitures. Badigeonner le bord d'huile d'olive et cuire au four jusqu'à ce que la croûte soit dorée, que les garnitures soient tendres et que le fromage fasse des bulles.

Valeur nutritive d'une portion :

Calories 210
(60 % provenant des lipides) •
glucides 8 g • protéines 15 g •
lipides 15 g • gras sat. 7 g •
cholestérol 80 mg • sodium 715 mg •
calcium 366 mg • fibres 2 g

SAUCISSE EN CROÛTE

Le goût de la saucisse maison ne se compare en rien à ce qu'on peut acheter à l'épicerie. Avec votre robot Cuisinart^{MD}, il est très facile de préparer de la saucisse. Vous pouvez la faire cuire en vrac sur la cuisinière et l'ajouter à un plat de pâtes ou de sauce ou la faire en croûte à la new-yorkaise, comme on fait ici, avec de la pâte à pizza.



- 1 LB (454 G) D'ÉPAULE DE PORC, PARÉE DU GRAS VISIBLE, ET COUPÉE EN DÉS DE 1 PO (2,5 CM)
- 1 C. À THÉ (5 ML) DE GRAINES DE FENOUIL
- 1 GOUSSE D'AIL, PELÉE
- 1½ C. À THÉ (7,5 ML) DE SEL CASCHER
- ½ C. À THÉ (2 ML) DE POIVRE NOIR FRAIS MOULU
- ¼ C. À THÉ (1 ML) DE SUCRE GRANULÉ
- 1 RECETTE DE PÂTE À PIZZA (PAGE 58)
- 2 T. (500 ML) DE MOZZARELLA EN FILAMENTS
- 1 T. (250 ML) DE SAUCE À PIZZA PRÉPARÉE (OU RECETTE À LA PAGE 23)

Donne quatre rouleaux de 7 po (18 cm)

1. Mettre les cubes de viande au congélateur pendant une trentaine de minutes pour les raffermir. Pendant ce temps, faire griller les graines de fenouil dans un poêlon à feu moyen; réserver.
2. Poser le gros couteau hachoir dans le grand bol. En faisant tourner le robot à haute vitesse, ajouter l'ail par le petit entonnoir pour hacher finement. Ajouter les cubes froids dans le grand bol avec l'ail haché. Ajouter les graines de fenouil grillées, le sel, le poivre et le sucre. Hacher grossièrement au moyen de 15 à 20 impulsions.
3. Dans un grand poêlon à feu mi-vif, faire dorer le porc haché et le transférer à l'aide d'une cuillère fendue sur une assiette garnie d'un essuie-tout pour l'égoutter et le laisser refroidir. Préchauffer le four à 425 °F (220 °C).
4. Pendant que la saucisse refroidit et que le four réchauffe, saupoudrer une surface plate d'un peu de farine. Abaisser la pâte à pizza en un cercle de 18 po (45 cm). Diviser en quatre parties égales.
5. Prendre une partie et la placer devant soi, pointe à l'opposé de soi. Déposer ½ t. (125 ml) de mozzarella déchiquetée au centre et la disposer en une ligne droite. Étaler la saucisse uniformément sur le fromage. Garnir de ¼ t. (60 ml) de sauce à pizza.
6. Pour fermer : ramener la partie élargie de la pâte sur le mélange, puis ramener la partie pointue par-dessus et replier dessous. Les extrémités seront exposées. Répéter avec les trois autres parties de pâte.
7. Placer les rouleaux sur une plaque de cuisson garnie de papier d'aluminium et cuire dans la partie inférieure du four, pendant 20 à 25 minutes, jusqu'à ce que la croûte soit dorée.

Valeur nutritive d'une portion
de la moitié d'un rouleau :

Calories 472
(35 % provenant des lipides) •
glucides 49 g • protéines 29 g •
lipides 18 g • gras sat. 7 g •
cholestérol 70 mg • sodium 1275 mg •
calcium 228 mg • fibres 2 g

PAIN BLANC CLASSIQUE

Cette recette de pain blanc maison est très facile à faire avec votre robot Cuisinart^{MD}.



- 2¼ C. À THÉ (11 ML, 1 SACHET OU ¼ OZ) DE LEVURE SÈCHE ACTIVE
- 2 C. À THÉ (10 ML) DE SUCRE GRANULÉ
- ⅓ T. (75 ML) D'EAU TIÈDE (105 À 110 °F [40 À 43 °C])
- 4 T. (1 L) DE FARINE TOUT USAGE NON BLANCHIE
- 3 C. À SOUPE (45 ML) DE BEURRE NON SALÉ, COUPÉ EN DÉS DE 1 PO (2,5 CM)
- 1½ C. À THÉ (7,5 ML) DE SEL CASCHER
- 1 T. (250 ML) D'EAU FROIDE ENDUIT VÉGÉTAL DE CUISSON

Donne deux pains de 1 lb (454 g)

1. Dans une tasse à mesurer les liquides, dissoudre la levure et le sucre dans l'eau tiède. Laisser reposer pendant 5 minutes environ, jusqu'à ce que le mélange commence à faire de l'écume.
2. Mettre la farine, le beurre et le sel dans le grand bol du robot muni du couteau pétrisseur. Transformer à basse vitesse pendant 10 à 15 secondes pour tamiser.
3. Ajouter l'eau froide au mélange de levure. Pendant que le robot tourne à basse vitesse, ajouter le liquide par le petit entonnoir seulement aussi vite que la farine peut l'absorber. Transformer jusqu'à ce que la pâte commence à se former et qu'elle se détache des parois du bol. Pétrir pendant 45 secondes.
4. Transférer dans un gros bol légèrement fariné. Couvrir d'une pellicule plastique et laisser reposer dans un endroit chaud, pendant 1 à 1½ heure. La pâte devrait doubler de volume.
5. Vaporiser deux moules à pain de 9 po (23 cm) d'un peu d'enduit végétal de cuisson; réserver. Dégonfler la pâte d'un coup de poing et la diviser en deux parties égales. Façonner la pâte en pain et la transférer dans les moules préparés. Couvrir d'une pellicule plastique vaporisée d'enduit végétal de cuisson. Laisser gonfler pendant 45 minutes à 1 heure jusqu'à ce que la pâte dépasse le haut des moules.
6. Préchauffer le four à 400 °F (200 °C). Cuire pendant 30 à 35 minutes jusqu'à ce que le pain soit doré et qu'il rende un son creux lorsqu'on tape dessus. Démouler et laisser refroidir sur une grille. Laisser refroidir parfaitement avant de trancher.

Valeur nutritive d'une portion (basée sur 16 portions) :

Calories 137 (17 % provenant des lipides) • glucides 25 g • protéines 3 g • lipides 3 g • gras sat. 1 g • cholestérol 6 mg • sodium 221 mg • calcium 80 mg • fibres 1 g

PETITS PAINS AU BEURRE

Il n'y a rien comme des petits pains chauds pour faire d'un repas ordinaire un repas extraordinaire.



- ⅓ T. (75 ML) DE LAIT ENTIER
- 6 C. À SOUPE (90 ML) DE BEURRE NON SALÉ (PLUS UNE QUANTITÉ POUR LE MOULE)
- 3 C. À SOUPE (45 ML) DE SUCRE GRANULÉ
- 1¼ C. À THÉ (9 ML) DE LEVURE SÈCHE ACTIVE
- 3 C. À SOUPE (45 ML) D'EAU TIÈDE (105 À 110 °F [40 À 43 °C])
- 3 T. (750 ML) DE FARINE À PAIN
- ¾ C. À THÉ (3,75 ML) DE SEL CASCHER
- 1 GROS ŒUF, LÉGÈREMENT BATTU
- DORURE À L'ŒUF (1 GROS ŒUF BATTU AVEC 1 C. À SOUPE [15 ML] D'EAU)

Donne 12 petits pains

1. Dans une petite casserole, combiner le lait, le beurre et le sucre. Faire chauffer à feu doux jusqu'à ce que le beurre ait fondu. Retirer du feu et réserver.
2. Dans une tasse à mesurer les liquides, dissoudre la levure et le sucre dans l'eau tiède. Laisser reposer pendant 5 minutes environ, jusqu'à ce que le mélange commence à faire de l'écume.
3. Mettre la farine et le sel dans le grand bol du robot muni du couteau pétrisseur. Transformer à basse vitesse pendant 10 secondes pour tamiser. Ajouter le mélange de lait et l'œuf au mélange de levure. Remuer délicatement pour combiner.
4. Pendant que le robot tourne à basse vitesse, ajouter le liquide lentement par l'entonnoir et transformer jusqu'à ce qu'une boule commence à se former. Continuer pendant 45 secondes pour pétrir. Façonner la pâte en une boule lisse et la transférer dans un grand bol à mélanger. Couvrir d'une pellicule plastique et laisser reposer dans un endroit chaud, pendant 45 à 60 minutes, jusqu'à ce que la pâte ait doublé de volume.
5. Préchauffer le four à 450 °F (230 °C). Beurrer légèrement un moule rond de 9 po (23 cm). Diviser la pâte en 12 parties égales d'environ 2 po (5 cm) chacune, les façonner en boules lisses et les placer dans le moule préparé. Recouvrir d'une pellicule plastique et laisser reposer pendant 30 à 40 minutes, jusqu'à ce que les petits pains aient doublé de volume.
6. Juste avant de les enfourner, badigeonner les petits pains de dorure à l'œuf. Cuire pendant 12 à 15 minutes jusqu'à ce que les petits pains soient dorés ou que leur température interne atteigne 200 °F (95 °C).
7. Démouler et laisser refroidir sur une grille pendant 10 minutes environ avant de servir. Pour des petits pains plus tendres, on peut les badigeonner de beurre fondu juste après les avoir sortis du four.

Valeur nutritive d'un petit pain :

Calories 144
(28 % provenant des lipides) • glucides 7 g • protéines 4 g • lipides 2 g • gras sat. 1 g • cholestérol 22 mg • sodium 157 mg • calcium 17 mg • fibres 1 g

PÂTE À PIZZA

Découvrez nos autres recettes de pizza à Cuisinart.ca.



- 2¼ C. À THÉ (11 ML, 1 SACHET OU ¼ OZ) DE LEVURE SÈCHE ACTIVE
- ½ T. (125 ML) D'EAU TIÈDE (105 À 110 °F [40 À 43 °C])
- 1 C. À THÉ (5 ML) DE SUCRE GRANULÉ
- 4 T. (1 L) DE FARINE TOUT USAGE NON BLANCHIE (UN PEU PLUS POUR SAUPOUDRER)
- 1½ C. À THÉ (7,5 ML) DE SEL CASCHER
- 1 C. À SOUPE (15 ML) D'HUILE D'OLIVE VIERGE EXTRA
- 1 T. (250 ML) D'EAU FROIDE

CONSEIL : On peut aussi utiliser cette recette de pâte pour faire du pain pita : Abaisser des morceaux de 2 oz (56 g) en rondelles d'environ ¼ po (6 mm) d'épais et cuire au four à 450 °F (220 °C) pendant 3 minutes environ, jusqu'à ce que la pâte soit gonflée.

Valeur nutritive d'une portion (basée sur 8 portions) :

Calories 73
(7 % provenant des lipides) •
glucides 15 g • protéines 2 g •
lipides 1 g • gras sat. 0 g •
cholestérol 0 mg • sodium 134 mg •
calcium 0 mg • fibres 0 g

Donne trois pizzas de 12 po (30 cm)

1. Dans une tasse à mesurer les liquides, dissoudre la levure et le sucre dans l'eau tiède. Laisser reposer pendant 5 minutes environ, jusqu'à ce que le mélange commence à faire de l'écume.
2. Mettre la farine, le sel et l'huile d'olive dans le grand bol du robot muni du couteau pétrisseur. Mélanger au moyen de 5 impulsions.
3. Ajouter l'eau froide au mélange de levure. Pendant que le robot tourne à basse vitesse, ajouter le liquide par le petit entonnoir. Transformer jusqu'à ce que la pâte commence à se former. Continuer à transformer pendant 1 minute environ pour pétrir. La pâte sera légèrement collante.
4. Transférer dans un gros bol légèrement fariné. Couvrir d'une pellicule plastique et laisser reposer dans un endroit chaud, pendant 45 à 60 minutes. La pâte devrait doubler de volume.
5. Dégonfler la pâte et la diviser en trois parties égales. Utiliser immédiatement ou conserver dans des sacs en plastique hermétiques au réfrigérateur pendant deux jours au plus ou au congélateur pendant trois mois au plus.
6. Faire cuire avec la sauce à pizza (recette page 23) ou en faire une focaccia. Pour faire une focaccia : Badigeonner une plaque de cuisson de 3 c. à soupe (45 ml) d'huile d'olive vierge extra. Étirer la pâte dans la plaque et la laisser reposer pendant 45 à 60 minutes, jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume. Arroser d'un filet d'huile d'olive (1 à 2 c. à soupe [15 à 30 ml]) et saupoudrer de sel cascher et de fines herbes, si on le désire. Cuire dans un four chaud à 425 °F (220 °C) pendant 40 minutes environ, jusqu'à ce que la focaccia soit dorée et croustillante.

PÂTE À TARTE FEUILLETÉE

Cette pâte convient tant pour des mets sucrés que salés.



- 2 T. (500 ML) DE FARINE TOUT USAGE NON BLANCHIE
- 1 C. À THÉ (5 ML) DE SEL CASCHER
- 16 C. À SOUPE (2 BÂTONNETS) DE BEURRE NON SALÉ, FROID ET COUPÉ EN DÉS DE ½ PO (1,25 CM)
- ¼ T. (60 ML) D'EAU GLACÉE

Donne deux tartes à une croûte ou une tarte à croûte double de 9 po (23 cm)

1. Mettre la farine et le sel dans le grand bol du robot muni du gros couteau hachoir. Transformer à haute vitesse pendant 10 secondes pour tamiser.
2. Disperser également le beurre sur la farine. Transformer au moyen de 14 impulsions environ jusqu'à l'obtention d'un mélange grumeleux. Verser l'eau, 1 c. à soupe (15 ml) à la fois, et transformer par impulsions jusqu'à ce que la pâte commence à se tenir. (Il pourrait ne pas être nécessaire d'ajouter toute l'eau.)
3. Diviser la pâte également en deux morceaux et aplatir chacun en une rondelle. Envelopper chacune dans une pellicule plastique et la réfrigérer pendant au moins 30 minutes ou pendant une semaine au plus. (Cette pâte se conservera jusqu'à trois mois au congélateur.)

CONSEIL : Pour une pâte sucrée, ajouter 1½ c. à soupe (25 ml) de sucre granulé aux mélanges secs dans le bol.

Valeur nutritive d'une portion (basée sur 16 portions) :

Calories 150 (66 % provenant des lipides) • glucides 11 g •
protéines 2 g • lipides 11 g • gras sat. 8 g • cholestérol 30 mg •
sodium 133 mg • calcium 0 mg • fibres 0 g

PAIN AUX COURGETTES DOUBLE CHOCOLAT

La courgette donne beaucoup de moelleux à ce pain, ce qui permet de réduire la quantité de gras.



- T. (425 ML) DE FARINE TOUT USAGE NON BLANCHIE**
- $\frac{1}{2}$ **T. (125 ML) DE POUDRE DE CACAO**
- 2 C. À THÉ (10 ML) D'EXPRESSO EN POUDRE INSTANTANÉ**
- 1 C. À THÉ (5 ML) DE CANNELLE MOULUE**
- 1 C. À THÉ (5 ML) DE SEL CASCHER**
- 1 C. À THÉ (5 ML) DE POUDRE À PÂTE**
- $\frac{1}{4}$ **C. À THÉ (1 ML) DE BICARBONATE DE SOUDE**
- 1 PINCÉE DE MUSCADE**
- 1 GROSSE COURGETTE D'ENVIRON 12 OZ (340 G), PARÉE ET COUPÉE POUR PASSER DANS L'ENTONNOIR**
- 1 T. (250 ML) DE CASSONADE DORÉE, TASSÉE**
- 2 GROS ŒUFS**
- $\frac{1}{2}$ **T. (125 ML) D'HUILE VÉGÉTALE**
- $\frac{1}{2}$ **T. (125 ML) DE GRAINS DE CHOCOLAT (MI-SUCRÉ OU AU LAIT)**

Donne un pain de 9 po (23 cm)

1. Préchauffer le four à 325 °F (160 °C). Vaporiser un moule à pain de 9 po (23 cm) d'un peu d'enduit de cuisson; réserver.
2. Combiner la farine, la poudre de cacao, la poudre d'expresso, la cannelle, le sel, la poudre à pâte, le bicarbonate de soude et la muscade dans un bol de taille moyenne; réserver.
3. Poser le disque déchiqueteur dans le bol, côté moyen vers le haut. Déchiqueter la courgette. Ajouter au bol contenant les ingrédients secs.
4. Ajouter le sucre, les œufs et l'huile dans le grand bol du robot muni du gros couteau hachoir. Transformer à haute vitesse pendant 30 secondes. Ajouter les ingrédients secs et transformer au moyen de 8 à 10 impulsions, seulement pour combiner. Retirer le couteau. Plier les grains de chocolat dans le mélange. Verser la pâte dans le moule préparé.
5. Cuire au four pendant 1 heure environ, jusqu'à ce qu'une sonde à gâteau piquée au centre en ressorte propre.
6. Laisser refroidir dans le moule et servir chaud, si on le désire.

Valeur nutritive d'une portion (basée sur 12 portions) :

Calories 272 (42 % provenant des lipides) • glucides 38 g • protéines 4 g • lipides 14 g • gras sat. 4 g • cholestérol 36 mg • sodium 240 mg • calcium 8 mg • fibres 2

SABLÉS PACANES ET CONFITURE

Ces biscuits peuvent être coupés dans toutes sortes de formes, ce qui fait qu'ils se prêtent bien à toutes sortes d'occasion.



- $\frac{1}{2}$ **T. (125 ML) DE NOIX DE PACANES, GRILLÉES**
- $\frac{1}{4}$ **T. (60 ML) DE SUCRE GRANULÉ**
- 3 T. (750 ML) DE FARINE TOUT USAGE NON BLANCHIE (PLUS UNE QUANTITÉ POUR ABAISSER)**
- 1 T. (250 ML) DE SUCRE À GLACER (PLUS UNE QUANTITÉ À SAUPOUDRER)**
- $\frac{1}{2}$ **C. À THÉ (2,5 ML) DE SEL CASCHER**
- 20 C. À SOUPE [300 ML (2½ BÂTONNETS)] DE BEURRE NON SALÉ, À TEMPÉRATURE AMBIANTE, COUPÉ EN DÉS DE 1 PO (2,5 CM)**
- 1 C. À THÉ (5 ML) D'EXTRAIT DE VANILLE PUR**
- $\frac{3}{4}$ **T. (175 ML) DE CONFITURE DE FRAMBOISES, CHAUDE**

Donne 45 biscuits sandwiches

1. Mettre les pacanes et le sucre dans le grand bol du robot muni du gros couteau hachoir. Transformer par impulsions jusqu'à ce que le mélange soit grumeleux, vider et réserver. Mettre la farine, le sucre à glacer et le sel dans le bol. Combiner au moyen de 2 ou 3 impulsions. Ajouter au mélange de pacanes.
2. Distribuer le beurre également sur les ingrédients secs dans le bol. Couper au moyen de 10 à 12 impulsions. Ajouter l'extrait de vanille. Transformer par impulsions jusqu'à ce que le mélange forme une pâte dense. Retirer du bol et diviser en deux rondelles égales, les envelopper dans une pellicule plastique et réfrigérer pendant au moins 1 heure.
3. Préchauffer le four à 350 °F (180 °C). Tapisser deux plaques de cuisson de papier parchemin; réserver.
4. Sortir une rondelle du réfrigérateur. Sur une surface farinée, l'abaisser à une épaisseur uniforme de $\frac{1}{8}$ po (0,3 cm). À l'aide d'un emporte-pièce rond dentelée, couper des ronds et les placer sur la plaque préparée. Cuire au four pendant 16 à 20 minutes, en tournant la plaque à mi-cuisson, jusqu'à ce que les bords soient dorés. Sortir du four et démouler les biscuits sur une grille.
5. Répéter avec l'autre rondelle de pâte. Découper un trou au centre à l'aide d'un emporte-pièce de $\frac{3}{4}$ po (1,9 cm) dans chacun des biscuits ronds. Faire cuire.
6. Une fois les biscuits refroidis, étaler $\frac{1}{2}$ c. à soupe (7,5 ml) de confiture chaude sur toute la surface des ronds non troués. Recouvrir des biscuits troués et presser délicatement ensemble. Saupoudrer le dessus de sucre à glacer.

Valeur nutritive d'une portion de biscuits sandwich :

Calories 66 (11 % provenant des lipides) • glucides 14 g • protéines 1 g • lipides 1 g • gras sat. 0 g • cholestérol 0 mg • sodium 25 mg • calcium 2 mg • fibres 0 g

YOGOURT GLACÉ AUX FRAISES

Remplacez les fraises par le fruit congelé de votre choix. Garnissez le tout de fruits frais coupés en dés à l'aide de votre robot Cuisinart^{MD}.



- 2 T. (500 ML) DE FRAISES
CONGELÉES
- ½ T. (125 ML) DE YOGOURT,
NATURE OU FAIBLE EN GRAS
- 1 C. À SOUPE (15 ML)
DE NECTAR D'AGAVE

Donne 2 tasses (500 ml)

1. Mettre les fraises dans le grand bol du robot muni du gros couteau hachoir. Défaire au moyen de 15 à 20 impulsions. Ajouter le yogourt et le nectar d'agave, puis transformer à haute vitesse pendant 1 minute environ, jusqu'à consistance lisse.

Valeur nutritive d'une portion de ½ tasse (125 ml) :

Calories 54 (7 % provenant des lipides) • glucides 13 g •
protéines 2 g • lipides 1 g • gras sat. 0 g • cholestérol 0 mg •
sodium 23 mg • calcium 48 mg • fibres 1 g

NOTES:

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

GARANTIE

GARANTIE LIMITÉE

DE 3 ANS

Nous garantissons que le présent produit Cuisinart sera exempt de vice de matière ou de fabrication, dans le cadre d'un usage domestique normal, pendant une période de 3 ans à partir de la date d'achat originale. La garantie couvre seulement les vices de fabrication, tels que les défauts mécaniques et électriques. Elle ne couvre pas les dommages causés par un usage abusif, des réparations ou des modifications non autorisées, le vol, le mauvais usage, ni les dommages causés par le transport ou des conditions environnementales. Les appareils dont le numéro d'identification a été retiré ou modifié ne seront pas couverts.

La garantie n'est pas offerte aux détaillants ni aux acheteurs ou propriétaires commerciaux. Si l'appareil Cuisinart devait s'avérer défectueux pendant la période de garantie, nous le réparerons ou le remplacerons, au besoin. Aux fins de la garantie, afin de faciliter la vérification de la date d'achat originale, veuillez enregistrer votre produit en ligne à www.cuisinart.ca et conservez votre reçu de caisse original pendant toute la durée de la période de la garantie limitée. La garantie ne couvre pas les dommages causés par des accidents, un usage inapproprié ou abusif, ou une surchauffe. Elle ne s'applique pas aux rayures, aux taches, aux altérations de couleur ou aux autres dommages aux surfaces internes ou externes qui ne compromettent pas le fonctionnement du produit. Elle exclut aussi expressément tous les dommages accessoires ou conséquents. Ce produit Cuisinart a été fabriqué selon les caractéristiques les plus rigoureuses et il a été conçu pour être branché seulement à une prise de 120 V et être utilisé avec des accessoires ou des pièces de rechange autorisés. La garantie exclut expressément toute défectuosité ou tout dommage résultant de l'utilisation avec des convertisseurs, des accessoires ou des pièces de rechange ou encore de travaux de réparation non autorisés par Cuisinart.

En cas de défectuosité de l'appareil au cours de la période de garantie, ne le retournez pas au magasin où vous l'avez acheté, mais communiquez avec notre Centre de service à la clientèle aux coordonnées suivantes :

Numéro sans frais : 1-800-472-7606

Adresse :

Cuisinart Canada
100 Conair Parkway
Woodbridge, Ont. L4H 0L2

Adresse électronique :

consumer_Canada@conair.com

Modèle: SÉRIES FP-13C

Afin d'assurer la rapidité et l'exactitude de votre retour de produit, veuillez inclure ce qui suit :

- 10,00 \$ pour les frais d'expédition et de manutention du produit (chèque ou mandat postal)
 - Adresse de retour et numéro de téléphone
 - Description du défaut du produit
 - Code de date du produit*/copie de la preuve d'achat original
 - Toute autre information pertinente au retour du produit
- * Le code de date du produit se trouve sur le dessous de la base. Il s'agit d'un numéro de 4 ou 5 chiffres. Par exemple, 90630 désigne l'année, le mois et le jour (2009, juin/30)

Remarque : Pour une meilleure protection, nous vous recommandons de faire appel à un service de livraison traçable et assuré.

Cuisinart n'est pas responsable des dommages causés pendant le transport ni pour les envois qui ne lui parviennent pas. Pour commander des pièces de remplacement ou des accessoires, contactez notre Centre de service à la clientèle, au 1-800-472-7606.

Pour plus d'information, veuillez visiter notre site Internet au www.cuisinart.ca

Cuisinart^{MD}



Robots
culinaires



Centrifugeuses



Cafetières



Batteries
de cuisine



Outils et
gadgets

Cuisinart^{MD} offre une vaste gamme de produits de grande qualité qui facilitent la vie dans la cuisine comme jamais auparavant. Essayez nos autres appareils de comptoir et nos ustensiles de cuisson et savourez la bonne vie.

www.cuisinart.ca

©2016 Cuisinart Canada

100 Conair Parkway,
Woodbridge, Ont L4H 0L2

Courriel centre au consommateur :
Consumer_Canada@Conair.com

Imprimé en Chine

16CC021502

IB-14149-CAN

Les autres marques de commerce ou de service qui sont mentionnées dans le présent livret sont des marques de leur propriétaire respectif.