



Recettes pour enfants

Salade Sauterie

Cette salade savoureuse et pleine de bonnes choses qui te donneront un petit coup d'énergie.

Voici ce qu'il te faut:

4	grosses carottes
1/2 tasse (125 mL)	de raisins secs
2	branche de céleri hachées
1	poignée de pommes
3/4 de tasse (175 mL)	de mayonnaise
2 c. à thé (10 mL)	jus de citron
	sel au goût

Variation: Ajouter un peu de croquant à ta salade en la saupoudrant de graines de tournesol.

Voici ce qu'il faut faire:

Lave les carottes et râpe-les finement. Mets-les dans un bol. Ajoute des raisins secs et les morceaux de céleri. Coupe la pomme en quatre. Enlève le cœur, hache-la et ajoute-la à la salade avec le reste des ingrédients. Mélange bien. Recouvre le bol d'une pellicule de plastique et laisse reposer 2 heures pour que les saveurs se mêlent bien. Mélange à nouveau avant de servir. Sers sur une feuille de laitue ou dans un petit bol.

Donne environ 6 portions.

Bronto Burger
Pizzas De Fête
Lamelles De Poulet Croquantes
Fromaroni
Salade Sauterie
Croquantes Au Cheddar
Punch Aux Pierres Fruitées
Velouté Dent De Tigre
Sucettes Glaciales
Nids De Ptérodactyles