

RECETTES SIMPLES AVEC DES CANNEBERGES



Porridge de noix de coco aux canneberges

½ tasse de flocons d'avoine
1 tasse d'eau
1 petite boîte de lait de
coco / 165 ml
1 cuillère à café de
sucre de canne
¼ de gousse de vanille une
pincée de sel
½ tasse de canneberges
fraîches
¼ tasse de thé à l'aronia ou
à la rose infusé

Préparation

1. Mettez tous les ingrédients sauf les canneberges et le thé dans la casserole. Chauffer à feu doux sans remuer, puis cuire 5 à 7 minutes jusqu'à ce que le mélange épaisse.
2. Pendant ce temps, dans une casserole à proximité, faites bouillir les canneberges et le thé à l'aronia. Cuire 2 à 3 minutes jusqu'à ce que les canneberges deviennent tendres.
3. Versez les flocons d'avoine chauds dans des bols avec les canneberges ou saupoudrez de flocons de noix de coco.





Smoothie

aux canneberges

1 banane

Une demi-tasse de vos baies préférées (surgelées ou fraîches)

Une demi-tasse de canneberges

1 tasse de lait végétal
une cuillère à café de miel

5 minutes!

Préparation

Mélangez les ingrédients dans un mixeur... et c'est tout ! Profitez du goût de la santé



Biscuits à l'avoine et aux canneberges

140 g de canneberges séchées
200 g de flocons d'avoine instantanés
2 cuillères à soupe de farine
1 cuillère à café plate de levure chimique
150 g de beurre mou
150 g de sucre roux clair
1 œuf

<https://malacukierenka.pl/ciasteczka-owsiane-z-zurawina.html>

Préparation

1. Broyez les canneberges dans un mixeur ou hachez-les finement.
2. Mélangez les flocons d'avoine, la farine, la levure chimique et les canneberges.
3. Dans un autre bol, crémer le beurre et le sucre (battre environ 3-4 minutes). Réduisez la vitesse du mixeur et ajoutez l'œuf, mélangez encore 30 secondes. Ajouter la farine mélangée aux flocons d'avoine et aux canneberges et bien mélanger (de préférence avec une cuillère ou avec les mains).
4. Formez deux rouleaux de pâte et mettez-les au réfrigérateur pendant 3 heures.
5. Coupez ensuite les rouleaux avec un couteau bien aiguisé en tranches d'environ 1 cm de large et disposez-les sur une plaque à pâtisserie recouverte de papier sulfurisé. J'ai cuit à 170°C en fonction convection pendant 14 minutes. A la sortie du four, laissez-les refroidir sur une plaque à pâtisserie car ils sont très mous (ils durciront en refroidissant).



1120 g de votre mélange préféré
des noisettes
400 g de flocons d'avoine
100 g de votre mélange préféré
céréales et graines
80 g de canneberges séchées
2 cuillères à soupe d'huile

Granola aux canneberges

Préparation

1. Préchauffer le four à 180°C
2. Hachez finement les noix, mélangez-les avec les flocons d'avoine, les canneberges et l'huile
3. Divisez le mélange en deux, puis étalez-le uniformément sur 2 plaques à pâtisserie recouvertes de papier sulfurisé. Cuire chaque portion pendant environ 25 minutes jusqu'à ce qu'elle soit dorée et croustillante

Suggestion de présentation :

Le granola est délicieux comme dessert au yaourt : mélangez votre yaourt nature préféré avec un peu de cannelle et de miel et servez avec le granola préparé précédemment.





Recettes de Noël



Sauce à la canneberge

500 g de canneberges fraîches
ou surgelées
2 pommes pelées et coupées
en petits morceaux
150 g de sucre de canne
1 bâton de cannelle

Préparation

1. Mettez les ingrédients dans une casserole, ajoutez une petite quantité d'eau. *Astuce : Si vous utilisez des canneberges surgelées, il est préférable de les décongeler avant la cuisson.*
2. Faites chauffer doucement les ingrédients, portez à ébullition et laissez mijoter jusqu'à ce que les pommes soient tendres.
3. Lorsque la sauce épaissit légèrement, retirez du feu et attendez qu'elle refroidisse.

La sauce ainsi préparée est un excellent ajout à vos plats de Noël préférés, à la fois carnés et végétaliens.



Cheesecake de Noël de Nowiny

500g de farine de blé	2 paquets de sucre vanillé
5 jaunes	3 oeufs
250g de beurre	100g de beurre fondu
150g de sucre en poudre	2 cuillères à soupe de farine de pomme de terre
1 paquet de sucre vanillé	15g de farine de blé
1 cuillère à soupe de crème sure	Jus d'un demi citron
1 cuillère à café de levure chimique	80g de canneberges confites
Pincée de sel	5 blancs d'œufs
1kg de fromage cottage cheesecake	150g de gros sucre
125g de sucre	sucre en poudre pour la décoration

1. Mélangez la farine avec le sucre en poudre, la levure chimique et une pincée de sel. Coupez le beurre en cubes, ajoutez-le au reste des ingrédients et pétrissez délicatement. Pendant que vous pétrissez, ajoutez les jaunes d'œufs et une cuillerée de crème. Pétrissez le tout jusqu'à l'obtention d'une masse uniforme. Divisez la pâte en deux parties (2/5 et 3/5), mettez la plus petite partie au réfrigérateur pendant une heure, et mettez la plus grande partie au congélateur après avoir formé un rouleau.
2. Au bout d'une heure, étalez la pâte du réfrigérateur sur une épaisseur de 6 à 7 mm et placez-la sous une forme rectangulaire. Ensuite, faites cuire le gâteau environ 10-15 minutes à 180°C sans convection et laissez-le refroidir.
3. Battez les œufs avec le sucre et le sucre vanillé, puis ajoutez progressivement le fromage blanc, le beurre fondu, la farine de blé et de pomme de terre et le jus de citron. Mélanger jusqu'à l'obtention d'une masse homogène.
4. Placez la masse obtenue sur le fond cuit du gâteau.



5. Versez de l'eau bouillante sur les canneberges. Au bout de 5 minutes, égouttez et placez sur la masse de fromage.owej.
6. Fouettez les blancs d'œufs et le sucre jusqu'à obtenir une mousse, puis versez-le sur la couche de canneberges.
7. Râpez la pâte sortie du congélateur et saupoudrez-la de la masse préparée, des canneberges et de la mousse.
8. Faites cuire le gâteau pendant environ 50 minutes. Après cuisson et refroidissement complet, vous pouvez saupoudrer le gâteau de sucre en poudre/krem pudrem