EPIC BOX

EPICURE™

Pâtisseries pur bonheur

Commencez à cuisiner vos pâtisseries des fêtes avec la boîte **Epic Box de novembre**! Comme ces délicieuses gâteries sont sans gluten, sans noix et faibles en sucre, tout le monde peut en profiter!

Contenu de la boîte de novembre

Renforcez votre confiance dans la cuisine avec
la boîte Epic Box de novembre.

Brownies fondants

Joli cœur au brownie

Plus d'idées p. 4

Pain canneberges et citron

Biscuits canneberges et citron

Plus d'idées p. 6

Gâteau de fête

Cupcakes menthe et chocolat

Plus d'idées p. 8

Crème de citron

Tartelettes meringuées à la crème de citron

Plus d'idées p. 10

Cupcakes rouge velours

Gâteau rond rouge velours

Plus d'idées p. 12

Sablés

Sablés en petites portions

Plus d'idées p. 14

Joli cœur au brownie

35 min | 12 portions | 0,65 CA / 0,55 US par portion

Les brownies denses se coupent facilement à l'emporte-pièce. Un simple cœur est idéal pour ces brownies à texture de fudge. Autrement, coupez-les en carrés, triangles ou cercles.

Ingrédients

1 sachet de **Mélange Brownies fondants**

½ tasse de de beurre fondu

2 œufs

2 c. à table de lait, au choix

1 c. à thé d'extrait de vanille

Instructions

1. Préchauffer le four à 350 °F. Recouvrir une **Petite plaque de cuisson** d'un **Petit tapis de cuisson**. Badigeonner généreusement d'huile.
2. Dans un grand bol, combiner le beurre et le mélange. Ajouter les œufs, le lait et l'extrait de vanille. Mélanger pour bien combiner.. Verser la préparation dans la plaque. Lisser le dessus et étendre le mieux possible jusqu'aux extrémités.
3. Cuire au four 15 à 18 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dents inséré au centre en ressorte propre. Laisser refroidir sur la plaque au moins 15 min.
4. Retourner délicatement le tapis de cuisson et les brownies sur une planche à découper. Retirer le tapis. À l'aide d'un emporte-pièce au choix, couper en portions. Décorer de garnitures, si désiré.

Truc : Faites des « cake pops » (gâteaux sur bâton) aux brownies! Pressez les restes de brownies en boules, puis roulez-les dans de la noix de coco râpée. Insérez un bâton à sucette dans chaque boule.

Par portion : Calories 170, Lipides 9 g (Saturés 5 g, Trans 0,4 g), Cholestérol 50 mg, Sodium 120 mg, Glucides 19 g (Fibres 2 g, Sucres 13 g), Protéines 2 g.

Retour à la p. 2

Mélange Brownies fondants

- Vous pouvez préparer les brownies les plus moelleux et les plus chocolatés au monde en seulement 4 minutes au micro-ondes (ou 20 minutes au four)!
- Il suffit d'ajouter quelques ingrédients de base à la pâte sans gluten et de laisser la magie opérer dans votre Étuveuse multi-usages.
- Une fois les brownies prêts, coupez-les comme vous le souhaitez, et servez-les tels quels, nappés de crème glacée ou de glaçage, dans un sundae ou comme base de dessert.

PETITS BROWNIES FONDANTS

TIRAMISU IRRÉSISTIBLE AU BROWNIE FONDANT

BARRES DIVINES AU CHOCOLAT

Retour à la p. 2

Biscuits canneberges et citron

29 min (dont 10 min de refroidissement) | 12 biscuits | 0,52 CA / 0,44 US par portion

Ingrédients

1 sachet de **Mélange Pain canneberges et citron**

2 œufs

¼ tasse d'huile

2 c. à table de yogourt grec 2 % nature

½ tasse de brisures de chocolat blanc, facultatif

Instructions

1. Préchauffer le four à 375 °F. Recouvrir une **Plaque de cuisson** d'un **Tapis de cuisson**.
2. Dans un grand bol, combiner le mélange, les œufs, l'huile et le yogourt. Incorporer les brisures de chocolat, si désiré. Former des boules de pâte d'environ 2 c. à table chacune. Placer sur la plaque à 1 po d'intervalle.
3. Cuire 10 minutes ou jusqu'à ce que les bords commencent à brunir légèrement. Laisser refroidir sur la plaque 10 min et transférer sur une **Grille de refroidissement.**

Truc : Si vous avez des restes de biscuits, rangez-les en étages, avec des feuilles de papier parchemin entre les étages pour éviter qu'ils ne collent.

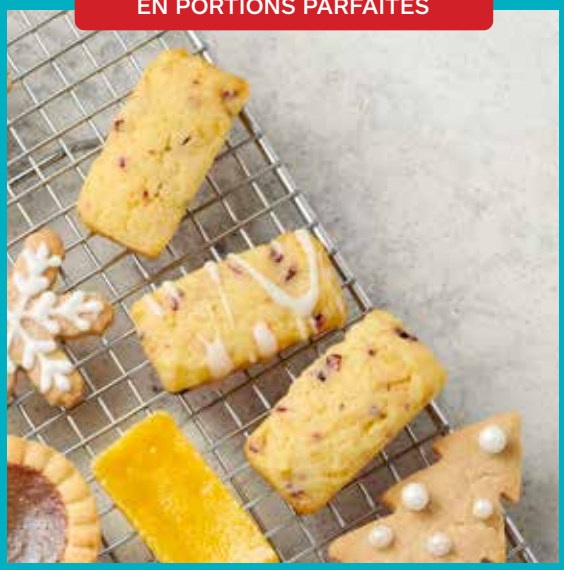
Par portion (1 biscuit) : Calories 120, Lipides 6 g (Saturés 0,5 g, Trans 0 g), Cholestérol 40 mg, Sodium 115 mg, Glucides 17 g (Fibres 0 g, Sucres 9 g), Protéines 2 g.

Retour à la p. 2

Mélange Pain canneberges et citron

- Bon goût sucré et acidulé.
- Mélange pour pâte sans gluten fait d'ingrédients que vous pouvez facilement prononcer : du citron biologique et de véritables canneberges!
- Il suffit d'ajouter trois ingrédients : des œufs (ou un substitut d'œuf), de l'huile et du yogourt grec.
- Obtenez un pain moelleux, des muffins ou autres douceurs en petites portions.

PAINS CANNEBERGES ET CITRON EN PORTIONS PARFAITES



CRÊPES CANNEBERGES ET CITRON

MUFFINS CANNEBERGES ET CITRON

Retour à la p. 2

Cupcakes menthe et chocolat

35 min | 12 portions | 0,74 CA / 0,63 US par portion

C'est la saison des pâtisseries des fêtes! Pour un peu de magie mentholée et joyeuse, ces cupcakes menthe et chocolat sont là. Faites cuire la base des cupcakes à l'avance, mettez-les au congélateur, puis sortez-les pour les réunions spéciales ou les ventes de pâtisseries. Préparez la ganache et les garnitures le jour du service pour qu'elles restent fraîches.

Base

1 sachet de **Mélange Gâteau de fête**

2 œufs

½ tasse de lait, au choix

⅓ tasse d'huile

1 ½ c. à thé d'extrait de vanille

½ c. à thé d'extrait de menthe poivrée

Ganache

½ tasse de brisures de chocolat noir

¼ tasse de crème à fouetter

Garnitures (facultatif) : Bonbons à la menthe York® (coupés en quatre) ou paillettes flocons de neige

Instructions

1. Préchauffer le four à 325 °F. Huiler généreusement deux **Moules à muffins**.
2. Dans un grand bol, fouetter le mélange à gâteau avec les œufs, le lait, l'huile, la vanille et la menthe poivrée. Bien mélanger. Répartir uniformément la pâte dans les moules.
3. Cuire au four de 15 à 18 minutes, ou jusqu'à ce qu'un cure-dent inséré au centre en ressorte propre. Laisser refroidir dans le moule pendant 10 minutes; démouler sur une **Grille de refroidissement** placée sur une **Plaque de cuisson**.
4. Entretemps, pour la ganache, mesurer les pépites de chocolat dans un bol moyen. Verser la crème dans une tasse à mesurer allant au micro-ondes. Cuire au micro-ondes à puissance maximale jusqu'à ce que le mélange soit chaud et commence à faire des bulles, environ 30 à 45 secondes. Verser sur le chocolat, en veillant à ce que le chocolat soit recouvert par la crème; laisser reposer 1 minute. Fouetter jusqu'à ce que le chocolat soit fondu et lisse. Réfrigérer jusqu'à ce que le mélange soit légèrement épaissi, mais versable, environ 20 minutes.
5. Verser le glaçage en filet sur les petits gâteaux. Décorer avec des garnitures, si désiré.

Truc : Pressés? Utilisez un glaçage au chocolat du commerce au lieu de préparer la ganache.

Par portion (1 cupcake) : Calories 220, Lipides 12 g (Saturés 3,5 g, Trans 0 g), Cholestérol 40 mg, Sodium 150 mg, Glucides 27 g (Fibres 1 g, Sucres 17 g), Protéines 2 g.

Retour à la p. 2

Mélange Gâteau de fête

- Gâteau blanc sans gluten et divinement moelleux.
- Un gâteau parfait pour célébrer les occasions spéciales ou simplement pour répandre la joie!
- Créez facilement des gâteaux étagés, des cupcakes ou des gâteaux sur bâtons, et ajoutez-y votre touche personnelle, comme des paillettes arc-en-ciel, des extraits de saveur, des garnitures et du glaçage.

GOURMANDISES LICORNE

MINI GÂTEAUX DU MATIN

GÂTEAU ÉTAGÉ AUX PETITS FRUITS D'ÉTÉ

Retour à la p. 2

Tartelettes meringuées à la crème de citron

1 h 30 min (dont 1 h de refroidissement) | 12 tartelettes | 0,98 CA / 0,83 US par portion

Crème de citron

3 œufs

1 sachet de **Mélange Crème de citron**

½ tasse d'eau

1 c. à table de beurre, facultatif

12 fonds de tartelettes congelées

Meringue

2 blancs d'œufs, à température ambiante

⅛ c. à thé de crème de tartre

¼ tasse de sucre blanc granulé

Instructions

1. Dans un bol, fouetter les œufs en mousse. Ajouter le mélange et l'eau; fouetter pour bien combiner.
2. Cuire au micro-ondes, à découvert, à puissance élevée pendant 2 minutes, jusqu'à épaississement. Fouetter à mi-cuisson et à la fin. Si la crème n'a pas épaissi après 2 minutes, cuire par intervalles supplémentaires de 30 secondes, en fouettant à chaque arrêt, jusqu'à épaississement.
3. Ajouter le beurre, si désiré. Couvrir et réfrigérer au moins 1 heure, jusqu'à refroidissement.
4. Préchauffer le four à 375 °F.
5. Disposer les fonds de tartelettes sur une **Plaque de cuisson**. Cuire au four de 10 à 12 minutes, ou jusqu'à ce qu'elles soient dorées.
6. Retirer les tartelettes des coupoles en aluminium. Laisser refroidir.
7. Pendant que les tartelettes refroidissent, préparer la meringue.
8. À l'aide d'un batteur électrique, battre les blancs d'œufs à vitesse moyenne jusqu'à ce qu'ils moussent. Ajouter la crème de tartre et continuer de battre jusqu'à ce que la préparation monte. Ajouter graduellement le sucre. Battre à vitesse élevée jusqu'à la formation de pics durs et luisants, de 3 à 4 minutes.
9. Une fois les tartelettes refroidies, y verser la crème de citron à l'aide d'une cuillère, en utilisant environ 2 c. à table par tartelette.
10. À l'aide d'une poche à douille ou d'une cuillère, garnir chaque tartelette de meringue. Couvrir toute la tartelette ou créer de petits points, dans un motif décoratif.
11. Cuire au four à 425 °F de 4 à 5 minutes ou jusqu'à ce que la meringue soit dorée. Laisser refroidir avant de servir.

Par portion (1 tartelette) : Calories 190, Lipides 7 g (Saturés 2 g, Trans 0 g), Cholestérol 45 mg, Sodium 115 mg, Glucides 29 g (Fibres 1 g, Sucres 17 g), Protéines 4 g.

Retour à la p. 2

Mélange Crème de citron

- Saveur douce, citronnée et acidulée. Se mange telle quelle ou s'utilise comme garniture à tartelettes.
- Donne 1 ½ tasse de crème de citron.
- Dites adieu aux jaunes d'œufs à séparer et aux casseroles d'eau bouillante, grâce à notre outil de cuisine préféré : le micro-ondes.
- Il suffit de combiner le mélange avec des œufs et de l'eau pour préparer une délicieuse crème de citron en deux minutes seulement; ça change vraiment la donne!

CUPCAKES TRÈS CITRON

TARTELETTES À LA CRÈME DE CITRON

BARRES AU CITRON

Retour à la p. 2

Gâteau rond rouge velours

20 min | 12 portions | 0,57 CA / 0,48 US par portion

Ingrédients

1 sachet de **Mélange Cupcakes Rouge velours**

2 œufs

¾ tasse de lait, au choix

⅓ tasse d'huile + quantité pour badigeonner

2 c. à thé de vinaigre de cidre de pomme

2 c. à thé d'extrait de vanille

Garnitures (facultatif) : glaçage au fromage à la crème (voir le truc ci-dessous)

Instructions

1. Dans un grand bol, fouetter le mélange à cupcakes avec les œufs, le lait, l'huile, le vinaigre de cidre de pomme et la vanille jusqu'à homogénéité.
2. Verser la pâte dans un moule à gâteau rond en silicone de 8 po légèrement huilé.
3. Cuire au micro-ondes à haute intensité, à découvert, pendant 7 minutes. Laisser reposer dans le moule 6 minutes; renverser sur une grille pour refroidir. Autrement, cuire au four préchauffé à 350 °F pendant 30 à 35 minutes, ou jusqu'à ce qu'un cure-dent inséré au centre du gâteau en ressorte propre. Laisser refroidir 10 min avant de démouler.

Truc : Préparez le glaçage à l'avance. À l'aide d'un batteur électrique, battre ½ tasse de fromage à la crème léger avec 2 c. à table de beurre jusqu'à consistance lisse. Incorporer ¼ c. à thé de vanille et ½ tasse de sucre à glacer, une cuillerée à la fois, jusqu'à consistance lisse. Étaler le glaçage sur le gâteau. Couvrir et réfrigérer jusqu'à 5 jours.

Truc : Le gâteau cuit au micro-ondes est meilleur lorsqu'il est consommé le jour même. S'il est cuit au four, enveloppez-le bien et conservez-le dans un endroit frais jusqu'à 2 jours.

Par portion : Calories 150, Lipides 8 g (Saturés 1 g, Trans 0 g), Cholestérol 30 mg, Sodium 160 mg, Glucides 19 g (Fibres 0 g, Sucres 9 g), Protéines 2 g.

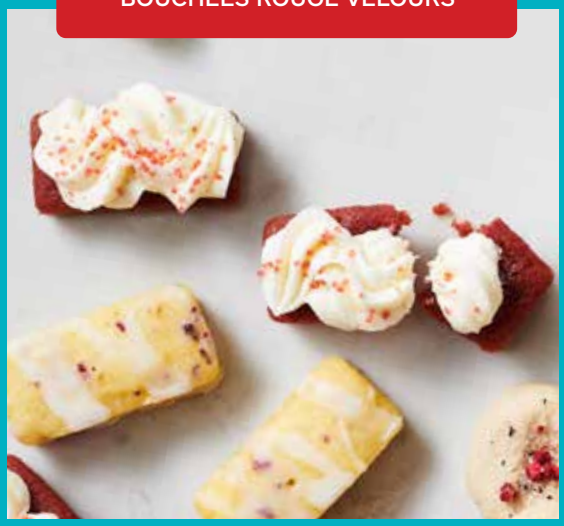
Retour à la p. 2

Mélange Cupcakes rouge velours

- Mélange à cupcakes sans gluten.
- Douce saveur de vanille et notes subtiles de cacao avec une petite touche acidulée (le glaçage au fromage à la crème est essentiel!)
- Laissez tomber les cupcakes du commerce riches en sucre, et préparez une version plus saine à la maison.
- Un sachet permet de faire jusqu'à 12 cupcakes.

BISCUITS ROUGE VELOURS

BOUCHÉES ROUGE VELOURS



GÂTEAU ROUGE VELOURS SUR UNE PLAQUE

Retour à la p. 2

Sablés en petites portions

30 min | 15 petites bouchées | 0,39 CA / 0,33 US par portion

Ingrédients

1 sachet de **Mélange Sablés**

½ tasse de beurre non salé, ramolli

1 c. à table d'eau

Instructions

1. Préchauffer le four à 375 °F. Disposer un **Moule à petites portions** sur une **Plaque de cuisson**. À l'aide d'un **Pinceau**, badigeonner l'huile.
2. À l'aide d'un batteur sur socle (doté du batteur plat) ou d'un mélangeur à main, à vitesse moyenne, battre le mélange, le beurre et l'eau de 2 à 3 minutes ou jusqu'à la formation d'une pâte molle et uniforme.
3. Répartir la pâte dans 15 cavités du Moule à petites portions (environ 1 c. à table comble par cavité). Avec le dos d'une cuillère, presser également dans les cavités. À l'aide d'une fourchette ou d'un cure-dents, piquer les sablés à quelques reprises.
4. Cuire au four de 14 à 16 minutes ou jusqu'à ce que les extrémités commencent à dorer. Laisser refroidir complètement dans le moule avant de démouler.

Truc : Pour une version végétalienne, remplacez le beurre par de la margarine non salée ou des bâtonnets de beurre végétalien.

Par portion (1 sablé) : Calories 100, Lipides 7 g (Saturés 4 g, Trans 0,2 g), Cholestérol 15 mg, Sodium 35 mg, Glucides 11 g (Fibres 1 g, Sucres 3 g), Protéines 1 g.

Retour à la p. 2

Mélange Sablés

- Biscuits moelleux au bon goût de beurre qui fondent dans la bouche, avec des notes de vanille.
- Cette version sans gluten donne un délice parfait chaque fois.
- Cette recette simple est si facile que même les enfants peuvent participer à la préparation!
- Un sachet donne 15 biscuits.

SABLÉS DOUBLE CHOCOLAT

BARRES TARTE AUX POMMES ET CARAMEL

SABLÉS

Retour à la p. 2