

www.cotemaison.fr/recettes. 3,90 €. Décembre 2012-Janvier 2013 - Hors-série n°2

Notre kit spécial fêtes

* Bouchées top pour apéro chic

* 15 bouteilles de champ' à tout prix

* Cadeaux gourmands faits maison

* Le saumon fumé au banc d'essai

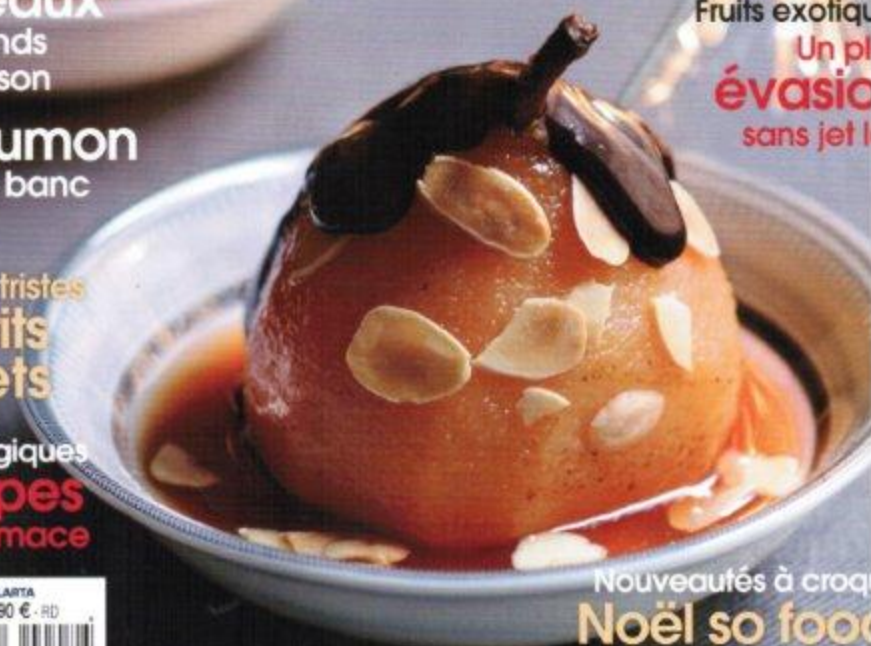
Idées pas tristes pour petits budgets

Potions magiques des soupes sans la grimace

62

recettes surprenantes

Fruits exotiques
Un plaisir
évasion
sans jet li



Nouveautés à croquer
Noël so food

EXPRESS ROULARTA

M 02980 - P 4 - F. 3,90 € - RD



LA DINETTE POUR DE VRAI

Découvrir les produits, mettre la main à la pâte, se régaler en s'amusant : les bons plans pour petits gourmands.
par Flavie Degrave



Purées soignées
Tout le monde ne déjeune pas chez Ducasse, mais même les plus petits ont désormais accès à ses conseils éclairés. Dans cette jolie collection «Nature, simple, sain et bon» comptant déjà 3 volumes, voici un opus spécial bébés, pour les éveiller à la variété des goûts. Du début de la diversification alimentaire (6 mois) à l'âge de 3 ans, plus de 100 recettes adaptées, originales et équilibrées : limande-amande-brocoli, violette-merlan-potiron, porc-panais-poive... des trucs savoureux qui font saliver, même ceux qui ont largement passé l'âge !
Nature bébés, d'Alain Ducasse, Pauline Neyrat et Jérôme Lacroix-Sonnierre, photos de Rina Nara, 168 p., 15 €, éd. Alain Ducasse.

Dessine-moi un gâteau !

Depuis octobre, la Pâtisserie des Rêves choisit les jeunes gourmands. D'abord en leur proposant une boîte de 6 modèles réduits de grands classiques (soiré-honoré, paris-brest, tarte Tatin...) - attention, rien que pour eux, hein ? Ensuite, avec des ateliers du mercredi pour les 4-8 ans, dans la boutique-saison de thé du XVI^e arrondissement à Paris. Enfin, avec un concours «Dessine-moi un gâteau», pour la même tranche d'âge : le plus beau gâteau de rêve sera réalisé et portera le nom de son auteur !
Boîte «La Pâtisserie des Rêves d'enfants», 7,50 €. Inscriptions aux ateliers (30 €/enfant) et participation au concours (gratuit) avant le 31 décembre, dans les boutiques.



Jeux gourmands, mais pas à croquer

Fin l'apprentissage à la baguette, voici une version à la spatule, dans ce jeu qui utilise des recettes ludiques pour faire découvrir la structure des mots. On toque avec la cuillère en bois pour indiquer les syllabes des ingrédients manquants... Pour les plus grands, un jeu d'énigmes au chocolat, faisant appel à la deduction, pour disposer comme il se doit les trois couleurs de chocolat (en plastique). Attention, dans ces deux nouveaux jeux, rien à manger... mais il n'est pas interdit de récompenser concrètement les gagnants.
Carole et ses arômes de recettes, 12 €, dès 5 ans, AsmoKids; *Chocolologie*, 19 €, dès 8 ans, Thinkfun. En magasins de jouets ou vente en ligne.



Timbrés de légumes

Rigoles, écrous et pédales, voici des timbres destinés aux dinosaures qui adament encore de vrais courriers (cartes de vœux, postales ou aères). Moins chers - pour un courrier distribué

en 48 h -, les timbres verts représentent 12 légumes de cette couleur. Des petits pois pour une princesse, des poireaux à batûchete pour une grand-tante qui pique, ou un chou vert pour un frère-part de naissance... Vive les messages subliminaux !
Carnet de 12 timbres autocollants à validité permanente (existe aussi avec 12 fruits), 6,84 €, <http://timbreslaposte.fr>

Biscuits solidaires

Offrir un cadeau gourmand tout en participant à une bonne œuvre, c'est faire deux fois plus d'heureux... Une initiative proposée par ScrapCooking en lien avec Rêves, une association pour enfants malades. La somme d'1 € lui sera reversée pour tout achat d'un coffret gourmand (tôtes biscuits, cupcakes ou cookies) comprenant une préparation bio et des ustensiles... Il n'y a plus que le beurre et les œufs à ajouter, avant de s'arrêter à découper, et de déguster, bien sûr !
«Ma boîte à biscuits», «Ma boîte à cupcakes», «Ma boîte à cookies», 27 € le coffret, ScrapCooking, www.scrapcooking.fr et www.reves.fr



Prévenir les allergies

Toujours plus de manifestations allergiques chez le jeune enfant (protéines de lait de vache, amêchide, œuf...) suscitant autant d'apprehensions chez les parents. Pour mieux expliquer et prévenir ces pathologies, Nestlé a créé un nouveau portail d'information. Un test simple permet d'évaluer le risque de chaque enfant, en fonction des antécédents génétiques. Mais l'environnement joue aussi, puisque 12 % des enfants sans antécédents développent une allergie. La clé de la prévention, rappelle le groupe spécialisé dans l'alimentation infantile, demeure... l'allaitement maternel exclusif jusqu'à 6 mois, ainsi que le recommander l'Organisation mondiale de la santé.
www.testallergiesbebe.fr

