



À vos fourneaux! ^{MC}

Voir les recettes à l'intérieur





Brioches de Pâques

Préparation : 2 heures (incluant le temps de levée et d'attente) | **Cuisson :** 12 minutes | **Donne :** 12 portions | **Congélation :** non recommandée

Brioches

½ tasse	(125 ml) de sucre, divisé
¼ tasse	(50 ml) d'eau chaude
	(105 °F – 115 °F/50 °C – 56 °C)
1 c. à table	(15 ml) de levure sèche active
1 tasse	(250 ml) de lait écrémé évaporé Carnation® sans gras
3 ½ tasses	(875 ml) de farine à pain Premier Choix Robin Hood®
2 c. à table	(30 ml) de cannelle
1 c. à thé	(5 ml) de muscade moulue
½ c. à thé	(2 ml) de sel
¼ c. à thé	(1 ml) de clou de girofle moulu
¼ tasse	(50 ml) d'huile végétale Crisco®
2	œufs, battus
½ tasse	(125 ml) de raisins de Corinthe
¼ tasse	(50 ml) de zestes de ou de fruits confis, hachés

Nappage

2 c. à table (30 ml) chacun de sucre et d'eau chaude

Glaçage

¾ tasse	(175 ml) de sucre glace
1 c. à table	(15 ml) de lait écrémé évaporé Carnation sans gras

1. Brioches : dissoudre 1 c. à table (15 ml) de sucre dans l'eau. Saupoudrer la levure sur le dessus et laisser reposer 10 minutes ou jusqu'à formation de mousse. Faire chauffer le lait évaporé, sans laisser bouillir.

2. Dans un bol, mélanger le reste du sucre, la farine, la cannelle, la muscade, le sel et le clou, faire un puits au centre. Dans un autre bol, mélanger le lait évaporé chaud, l'huile et les œufs au fouet. Incorporer les mélanges de lait et de levure en remuant jusqu'à ce que la pâte soit lisse.

3. Pétrir la pâte sur une surface légèrement enfarinée 8 minutes ou jusqu'à ce qu'elle soit lisse, ajouter de la farine au besoin. La déposer dans un bol légèrement huilé et la tourner afin de l'enrober d'huile. Couvrir, mettre dans un endroit chaud et laisser lever pendant 1 heure ou jusqu'au double du volume.

4. Dégonfler la pâte en y enfonçant le poing; la remettre sur une surface légèrement enfarinée et y ajouter zestes et raisins en pétrissant. Façonner un rouleau, le couper en 12 morceaux, rouler en boules et les déposer sur une plaque à pâtisserie graissée. Couvrir et laisser reposer 20 minutes.

5. Préchauffer le four à 400 °F (200 °C). Faire cuire les brioches 12 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient dorées.

6. Nappage : dissoudre le sucre dans l'eau sur feu moyen et badigeonner les brioches chaudes du mélange.

7. Glaçage : mélanger le sucre glace et le lait évaporé. Faire une croix sur chaque brioche refroidie à l'aide d'une poche à douille.



Nutriments par portion : 1 brioche (3,9 oz) Cal 311 | protéines 8,5 g
lipides 6 g | glucides 57,2 g | fibres 2,2 g | sodium 136 mg | chol 32 mg



Pain aux fraises avec garniture *streusel*

Préparation : 15 minutes + 1 heure de réfrigération | **Cuisson :** 65 minutes | **Donne :** 12 portions | **Congélation :** excellente

Streusel

- ½ tasse (125 ml) de noix, hachées finement
- ½ tasse (50 ml) de sucre
- 1 c. à thé (5 ml) de cannelle moulue
- 1 c. à table (15 ml) de shortening **Crisco**® tout végétal

Pain

- 1 tasse (250 ml) de cassonade, tassée
- ½ tasse (125 ml) d'huile végétale **Crisco**
- 1 œuf
- ⅔ tasse (150 ml) de lait écrémé évaporé **Carnation**® sans gras
- 1 c. à thé (5 ml) d'extrait de vanille
- 2 tasses (500 ml) de farine combinée **Nutri**™ **Robin Hood**®
- 1 c. à thé (5 ml) chacun de poudre à pâte et de cannelle moulue
- ½ c. à thé (2 ml) chacun de bicarbonate de soude et de sel
- 1 ½ tasse (375 ml) de fraises fraîches ou surgelées, hachées

1. Préchauffer le four à 350 °F (180 °C). Graisser un moule à pain de 9 po x 5 po (2 L).
2. Streusel : mélanger les noix, le sucre, la cannelle et le shortening jusqu'à l'obtention d'une texture granuleuse; réserver.
3. Pain : mélanger la cassonade et l'huile. Incorporer l'œuf, le lait évaporé et la vanille en battant. Dans un autre bol, mélanger la farine, la poudre à pâte, la cannelle, le bicarbonate de soude et le sel. Ajouter le mélange de farine au mélange de lait; en remuant jusqu'à ce que les ingrédients secs soient humectés. Incorporer les fraises en pliant.
4. Étendre la pâte dans le moule préparé. Saupoudrer le streusel.
5. Faire cuire au four de 60 à 65 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dent inséré au centre en ressorte propre. Laisser refroidir dans le moule 15 minutes. Démouler et laisser refroidir sur une grille pendant 1 heure. Remettre la garniture tombée en place. Servir chaud ou à la température ambiante.



C'est bien meilleur avec du blé canadien

Nutriments par portion : 1 portion (3,5 oz) Cal 312 | protéines 5,8 g
lipides 14,4 g | glucides 42,2 g | fibres 3 g | sodium 203 mg | chol 16 mg



Choux à la crème avec nappage au chocolat

Préparation : 15 minutes | **Cuisson :** 50 minutes (25 minutes x 2) | **Donne :** 40 choux à la crème | **Congélation :** excellente

Pâte

- 1 tasse (250 ml) d'eau
- ½ tasse (125 ml) de shortening **Crisco**® tout végétal
- ¼ c. à thé (1 ml) de sel
- 1 ¼ tasse (300 ml) de farine tout usage **Robin Hood**®
- 4 œufs

Sauce au chocolat

- 1 boîte (300 ml) de lait concentré sucré **Eagle Brand**® faible en gras
- 1 tasse (250 ml) de grains de chocolat mi-sucré
- ¼ tasse (50 ml) de café fort, préparé

Crème fouettée, sucrée (en boîte ou maison)
Sucre glace (facultatif)

1. Préchauffer le four à 425 °F (220 °C). Tapiser deux plaques à pâtisserie de papier parchemin.
2. Pâtisserie : porter à ébullition l'eau, le shortening et le sel sur feu vif, retirer du feu. Ajouter la farine et remuer vigoureusement. Poursuivre la cuisson à feu moyen en remuant vigoureusement pendant 1 minute ou jusqu'à ce que le mélange se détache des parois de la casserole et forme une boule; transférer dans un bol à mélanger.
3. Batta la pâte 1 minute à faible régime afin de la refroidir un peu. Incorporer les œufs, un à la fois, en battant jusqu'à ce que la pâte soit lustrée et lisse. Pour chaque biscuit, déposer 1 c. à table (15 ml) de pâte sur des plaques à pâtisserie. Mettre les plaques au four, une à la fois, pendant 25 minutes ou jusqu'à ce que les choux soient gonflés et dorés. (Ne pas ouvrir la porte du four pendant la cuisson). Laisser refroidir les choux complètement sur une grille, de 30 à 40 minutes.
4. Sauce au chocolat : faire chauffer le lait concentré sucré, les grains de chocolat, et le café sur feu moyen; faire cuire en remuant jusqu'à ce que le chocolat soit fondu. Laisser refroidir à la température ambiante et réserver.
5. Faire un trou dans chaque chou ou les trancher en deux. Insérer la buse de la cannette de crème fouettée ou la douille de la poche à douille dans le trou et en remplir chaque chou. Arroser de sauce au chocolat et saupoudrer de sucre glace au moment de servir.

Astuce : le reste de sauce au chocolat se conserve au réfrigérateur jusqu'à une semaine.

Nutriments par portion : 1 chou à la crème (1,3 oz) Cal 115 | protéines 2,2 g lipides 6,1 g | glucides 12,6 g | fibres 0,4 g | sodium 34 mg | chol 23 mg





Mini gâteaux au fromage simples

Préparation : 1 heure + 1 heure de réfrigération | **Cuisson :** 15 minutes + 10 minutes de refroidissement au four | **Donne :** 24 mini gâteaux au fromage | **Congélation :** excellente sans la garniture

Croûte

- 1 ½ tasse (375 ml) de farine tout usage **Robin Hood**®
- ½ tasse (125 ml) d'amandes, moulues
- 1 c. à table (15 ml) de gingembre moulu
- ¼ c. à thé (1 ml) de sel
- ½ tasse (125 ml) de shortening **Crisco**® tout végétal froid, en cubes
- 1 jaune d'œuf
- 1 c. à thé (5 ml) de vinaigre blanc
- Eau glacée

Garniture

- 24 oz (750 g) de fromage à la crème en blocs, ramolli (3 emballages)
- 1 boîte (300 ml) de lait concentré sucré **Eagle Brand**® faible en gras
- 1 c. à thé (5 ml) chacun de zeste de lime, râpé finement et d'extrait de vanille
- œufs

1. Préchauffer le four à 350 °F (180 °C). Tapiser deux moules de 12 muffins de coupelles de papier.
2. Croûte : mélanger la farine, les amandes, le gingembre et le sel au robot. Incorporer le shortening et actionner par impulsions jusqu'à l'obtention d'une texture semblable à celle de la chapelure.
3. Dans une tasse à mesurer, mélanger le jaune d'œuf et le vinaigre au fouet. Ajouter suffisamment d'eau froide pour obtenir ½ tasse (75 ml). Verser sur le mélange de farine; actionner par impulsions jusqu'à l'obtention d'une pâte. Façonner un disque, l'envelopper et le réfrigérer 1 heure.
4. Abaisser la pâte à ¼ po (5 mm) d'épaisseur, couper des cercles afin de couvrir le fond des moules à muffins. Piquer et faire cuire au four 15 minutes et laisser refroidir légèrement.
5. Garniture : battre le fromage à la crème à régime moyen jusqu'à ce qu'il soit onctueux. Incorporer le lait concentré sucré, le zeste de lime et la vanille. Incorporer les œufs, un à la fois, en battant.
6. Répartir le mélange également dans les moules à muffins préparés. Faire cuire au four 15 minutes ou jusqu'à ce que les gâteaux soient pris, mais bougent encore. Fermer le four, entrouvrir la porte et laisser les gâteaux au fromage dans le four pendant 10 minutes. Laisser refroidir à la température ambiante et mettre au réfrigérateur.

Astuce : garnir de fruits au choix au moment de servir.



Nutriments par portion : 1 mini gâteau au fromage (2,4 oz) Cal 257 | protéines 6 g lipides 18,5 g | glucides 17,2 g | fibres 0,4 g | sodium 142 mg | chol 68 mg



C'est bien meilleur avec du blé canadien



Bâtonnets de pain au parmesan

L'arôme chaud et frais de la cuisson maison, rien de tel pour solidifier les liens familiaux. En utilisant la farine Robin Hood, vous ajoutez les bienfaits incomparables du blé 100 % canadien. Après tout, rien de trop bon pour votre famille.

Pour cette recette et plusieurs autres, visitez robinhood.ca

La farine combinée Nutri^{MC} Robin Hood[®]

*peut être utilisée tasse pour tasse dans toutes
vos recettes préférées!*

- *Le goût de la farine blanche*
- *Même teneur en fibres que la farine de blé entier*
- *Belle cuisson légère et dorée*



La farine combinée Nutri^{MC} contient 3 g de fibres par portion.