

# FONDUE AU FROMAGE



## Tu as besoin de (pour 4 personnes) :

- ▶ Caquelon à fondue
- ▶ 500 g de fromage râpé, par ex du gouda, de l'emmental, du comté
- ▶ 500 ml de liquide, par ex. 250 ml de jus de pomme + 250 ml d'eau ou 250 ml de lait
- ▶ 2 cuillères à soupe de fécule
- ▶ 1 cuillère à café de moutarde
- ▶ 1 gousse d'ail
- ▶ Sel, poivre, moutarde, noix de muscade

## Et :

- ▶ Baguette/Pain
- ▶ Légumes (par ex. tomates, poivrons, carottes, concombres)
- ▶ Fruits (par ex. ananas, raisins)



## Recette :

- 1** Avec l'aide de tes parents, coupe la gousse d'ail en deux et frotte le fond du caquelon avec les moitiés de gousse. Astuce : vous pouvez aussi presser la gousse entière et l'inclure dans le caquelon.
- 2** Verse le jus de pomme et l'eau ou le lait dans le caquelon et fait bouillir le mélange avec l'aide de tes parents.
- 3** Ensuite, ajoute peu à peu le fromage râpé. Tu peux prendre une seule sorte de fromage ou mélanger plusieurs sortes. Remue régulièrement et fais frémir le mélange à feu moyen.
- 4** Après quelques minutes, ajoute la fécule et la moutarde au mélange, et fait bouillir le tout. Assaisonne délicatement avec du sel, du poivre et de la noix de muscade, et continue à remuer. Goûte pour vérifier l'assaisonnement. Et voilà, ta délicieuse fondue est prête !
- 5** Maintenant, vous pouvez laver les légumes, couper les accompagnements en petits morceaux, et les répartir dans des bols.

## Mode d'emploi :

Pain, légumes ou fruits - sélectionne les accompagnements, mets-les sur une fourchette et plonge-les dans le fromage fondu. Mais attention : le fromage est très chaud.

Bon appétit !





# FONDUE AU CHOCOLAT



## Tu as besoin de (pour 4 personnes) :

- ▶ 200 g de chocolat au lait (couverture ou tablette)
- ▶ 200 g de chocolat noir (couverture ou tablette)
- ▶ 200 g de crème

## Et :

- ▶ Fruits frais, par ex. fraise, raisins, pommes, bananes
- ▶ Petit-beurre, gaufres
- ▶ Noix hachées, noix de coco râpée, etc..



## Recette :

- 1** Demande à tes parents de faire chauffer doucement la crème dans le caquelon. Pendant ce temps, tu peux mettre le chocolat en petits morceaux.
- 2** Ajoute les morceaux de chocolat à la crème en remuant constamment. Remue jusqu'à ce que le chocolat soit intégralement fondu. Et la fondue gourmande est prête : tes parents peuvent retirer le caquelon de la plaque.
- 3** Pommes, bananes, fraises – nettoie les fruits frais et découpe les en morceaux. Tu peux aussi tremper des biscuits ou des gaufrettes dans la fondue au chocolat. Prépare les accompagnements dans des bols ou des assiettes.

## Mode d'emploi :

Utilise la fourchette à fondue pour piquer les aliments de ton choix, et plonge les dans le chocolat. Si tu veux, tu peux saupoudrer tes bouchées avec de la noix de coco râpée, des noix concassées ou autre avant de déguster.

Bon appétit !

