

Leurs chouchous de l'été

Chipolatas à la Zora

Cuites sur le grill, les enfants en raffolent tous!
pour env. 12 chipolatas

Mélanger **3 c. à soupe de ketchup**, **1 c. à soupe de sauce Worcestershire**, **1 c. à café de moutarde** et **1 c. à café de miel de fleurs**. Rincer, essuyer et entailler **12 chipolatas** et les enduire de sauce. Faire cuire env. 10 min à chaleur moyenne sur un grill à **charbon de bois**, en les badigeonnant plusieurs fois. Ou bien dans une **poêle-gril antiadhésive** à chaleur moyenne.



Thé glacé «belles quenottes»

rafraîchissant, au goût sucré, mais sans danger pour les dents, car il ne contient pas de sucre

Utiliser de **l'infusion aux fruits** en vrac (p. ex. Naturaplan de Coop) pour 1 litre et ajouter env. **10 dattes séchées non sucrées** hachées, verser l'eau bouillante, laisser infuser env. 10 minutes. Filtrer, mettre au frais. Au moment de servir, ajouter, selon goût, **un peu de jus de fruit** (p. ex. Bodyguard ACE).



Coupe éclair banana-split

glace bien crémeuse à la banane. Rapide et simple à faire avec trois ingrédients seulement

pour env. 6 dl ou pour 6 petits moules d'env. 1 dl

Fouetter **1,8 dl de crème** en chantilly, mixer finement **3 bananes** avec le mixer plongeant. Alternier dans les moules la crème, la purée de banane et **5 c. à soupe de Nutella**, remuer délicatement pour obtenir de jolies marbrures. Mettre les moules env. 3 heures au congélateur. Sortir env. 15 min avant de servir.

