



Nom:

Cuisson à l'eau bouillante



Macaronis du chalet

Pour 4 personnes

Préparation: env. 40 minutes

- 500 g de macaronis
- 2 cs de beurre à rôtir ou de crème à rôtir
- 2 oignons coupés en fines lamelles
- 1,5 dl de demi-crème
- 1,5 dl de lait
- 200 g de fromage de montagne râpé
- Sel
- Poivre
- Noix de muscade

Astuce

Ajouter 2 à 3 pommes de terre: éplucher les pommes de terre, les couper en dés et les mettre à cuire dans l'eau bouillante 5 minutes avant d'ajouter les macaronis.

Exercice 1

Toutes les étapes de préparation sont décrites à la page suivante. Remets-les dans l'ordre et colle la bonne image à gauche du descriptif.





Nom:

Cuisson à l'eau bouillante

Préparation

[Empty dashed box for drawing]

__ Égoutter les macaronis et les passer à l'eau froide. Laisser égoutter.

[Empty dashed box for drawing]

__ Verser la sauce au fromage sur les macaronis. Répartir le fromage restant sur les macaronis, puis ajouter les oignons. Mettre à cuire 10 minutes au milieu du four préchauffé à 180°C pour faire fondre le fromage.

[Empty dashed box for drawing]

__ Verser les macaronis dans un moule préalablement beurré. Y mélanger la moitié du fromage restant.

[Empty dashed box for drawing]

__ Faire fondre le beurre à rôtir dans une poêle. Y faire revenir les oignons à feu moyen, en veillant à les retourner de temps à autre. Réserver.

[Empty dashed box for drawing]

__ Verser la crème et le lait dans une casserole et les porter à ébullition. Ajouter la moitié du fromage, bien mélanger, assaisonner.

[Empty dashed box for drawing]

__ Porter à ébullition une casserole d'eau salée et y faire cuire les macaronis al dente.



Nom:

Cuisson à l'eau bouillante



Exercice 2

À quel moment faut-il ajouter le sel dans l'eau bouillante?

Exercice 3

Cite au moins quatre autres aliments pouvant être cuits à l'eau bouillante.



Exercice 4

Combien de grammes de pâtes sèches faut-il compter pour une personne en plat principal? Et en accompagnement?

Plat principal:

Accompagnement:



Solution

Cuisson à l'eau bouillante

Exercice 1

Préparation



1 Porter à ébullition une casserole d'eau salée et y faire cuire les macaronis al dente.



2 Égoutter les macaronis et les passer à l'eau froide. Laisser égoutter.



3 Faire fondre le beurre à rôtir dans une poêle. Y faire revenir les oignons à feu moyen, en veillant à les retourner de temps à autre. Réserver.



4 Verser la crème et le lait dans une casserole et les porter à ébullition. Ajouter la moitié du fromage, bien mélanger, assaisonner.



5 Verser les macaronis dans un moule préalablement beurré. Y mélanger la moitié du fromage restant.



6 Verser la sauce au fromage sur les macaronis. Répartir le fromage restant sur les macaronis, puis ajouter les oignons. Mettre à cuire 10 minutes au milieu du four préchauffé à 180°C pour faire fondre le fromage.

Exercice 2

Il faut ajouter le sel lorsque l'eau se met à bouillir.

Exercice 3

Exemples: riz, pommes de terre, lentilles, viande à bouilli.

Exercice 4

Plat principal: 100 à 120 g

Accompagnement: 50 à 80 g