

Prochain numéro n°62

HS Cuisine Économique

En kiosque à partir de **FIN SEPTEMBRE 2022**



Suivez-nous!



@cesareditions
@monrobotetmoi

Pour ne rater aucun numéro, pensez à vous abonner à nos pages Instagram & Facebook.

César Editions publie de nombreux livres et magazines dans divers domaines : la couture, la broderie, le tricot, les enfants, le jardinage, le bricolage, etc. Si ces univers vous intéressent, pensez à suivre notre actualité en vous abonnant à César Éditions Instagram & Facebook.

« Mon Robot & Moi » est publié par la société :
César Editions SL, Calle Ripollés 13, Apt 187 Empuriabrava
17486 Castello d'Empuries - Espagne - NIF : ESB 17535378
Directeur de la publication : Jean-Michel RIPA
Rédactrice en chef : Marina DEROUET
Rédaction : Dominique BOSSEUR
Graphisme & Maquette : Laia DALMAU
Contact Publicité : KAMATE REGIE
Dominique Olivier et Véronique Andrei
dolivier@kamateregie.com - vandrei@kamateregie.com
6 Ter rue Rouget de Lisle - 92400 Courbevoie
Jean Pierre LAROUSSINIE - jplaroussinie@kamateregie.com
Tél. : +33 1 47 68 59 43
Impression : ROTIMPRESS - Girona.
Distribution : MLP

Photos : Vorwerk « Thermomix® », Moulinex « Companion® », Kenwood®
« Cooking Chef® gourmet », Kitchenaid®, Monsieur Cuisine LIDL®, Guy Demarle®, Stock Food, Dominique SAUVAGES, Agence Sucre-Salé, DR et Adobe Stock.

Copyright © 2022 CESAR EDITIONS, S.L. Tel : +34 972 459 736
Tous droits de reproduction réservés pour tout pays, sous quelque procédé que ce soit. Les textes n'engagent que leurs auteurs. Malgré le soin apporté par la rédaction pour assurer l'exactitude des informations publiées, ces informations venant de sources très diverses, ni l'éditeur, ni l'imprimeur, ne pourraient être tenus responsables d'éventuelles erreurs ou omissions. Sauf, accords spéciaux, les manuscrits, textes et photos envoyés à la rédaction ne sont jamais restitués. Thermomix de Vorwerk, Companion & Cookeo de Moulinex, Cooking Chef, K-Cook Multi Smart de De'Longhi, Cook Expert de Magimix, Monsieur Cuisine "édition plus", Monsieur Cuisine "Connect plus" de Silvercrest LIDL, Cook Processor de KitchenAid, I-Cook'in de Guy Demarle sont des marques déposées. Le magazine « Mon Robot & Moi » et César Editions ; sont les créateurs des recettes, et n'ont aucun lien commercial ou juridique avec ces sociétés. La référence des marques précitées n'a d'autre but que d'indiquer la seule compatibilité des recettes de ce magazine avec les appareils.

DEPOT LEGAL / DEPOSITO LEGAL
ISSN : 2565-2036 GI
1252-2017

Sommaire

FAMILLE BEBÉ À CONGELER DÉTOX
 FAIT D'AVANCE (Batch cooking) LIGHT
 SANS GLUTEN SANS LACTOSE
 EXPRESS VÉGÉTARIEN

- 06 06 L'automne : le bonheur est dans l'assiette
- 25 Ces poissons gras qui nous veulent du bien
- 40 L'ail, un légume "santé" !
- 40 Une iode à l'amour dans nos assiettes
- 64 La Bourgogne, terre de vins et de gourmandises
- 96 Bulletin d'abonnement
- 98 Anciens numéros

Apéro & entrées

- 42 Ajo blanco
- 28 Beignets de calamars, mayonnaise légère
- 18 Bouchées croustillantes à la mousse de maquereaux
- 44 Cerveille de canut maison et betteraves
- 50 Crème d'ail
- 68 Escargots de Bourgogne au beurre persillé
- 32 Galettes courgettes, épinards et petits pois
- 46 Pain hérisson à l'ail et aux herbes
- 26 Rillettes de crabe au fromage frais et ciboulette
- 30 Soupe froide de tomate à la coriandre
- 36 Salade folle aux cocos, carottes, thon et amandes
- 28 Terrine de concombre au fromage frais, menthe et pignons

Plats & accompagnements

- 54 Aubergines farcies à l'agneau, feta et coriandre
- 62 Dos de cabillaud aux petits pois
- 55 Moules gratinées tomate parmesan
- 60 Papillote de saumon aux petits légumes
- 56 Patates douces farcies au fromage frais et aux herbes
- 70 Petit bœuf bourguignon
- 40 Pommes de terre à la moutarde à l'ancienne
- 58 Poulet mexicain
- 20 Quiche au crabe et à la crevette
- 48 Spaghettis à l'ail et au piment
- 34 Tajine de légumes
- 72 Tarte à l'époisses et au jambon blanc

Desserts & boissons

- 82 Babka à la pistache
- 78 Barres de céréales avoine et amandes
- 94 Bâtonnets glacés à la pastèque
- 76 Cake banane cacahuètes
- 90 Clafoutis aux mûres
- 92 Compote fraises myrtilles
- 84 Financier noisettes et framboises
- 16 Jus de pastèque, ananas et gingembre
- 12 Jus détox concombre, pomme et citron vert
- 74 Nonnettes de Dijon
- 86 Panna cotta au melon, fraise et groseilles
- 80 Sablés aux amandes et pâte de spéculoos
- 08 Smoothie papaye, ananas, carotte et curcuma
- 14 Smoothie raisin, fraise, banane
- 10 Smoothie tomate, poire et cranberries
- 88 Tartelettes à la brousse, figue, pistaches et miel