

SOMMAIRE



- 16 L'artichaut, feuille à feuille
- 16 Les fruits, votre meilleur atout santé
- 42 Le pique-nique, un plaisir simple retrouvé.
- 60 Anciens numéros

06 Salades originales

- Salade de coco, haricots verts, framboises et tomates
- Salade de haricots verts aux nectarines
- Salade niçoise en terrine
- Salade « presque Caesar »
- Poke bowl d'été
- Salade de pâtes aux courgettes et au melon

18 L'artichaut, roi du potager

- Artichauts à la barigoule
- Artichauts vapeur à la vinaigrette
- Artichauts farcis au riz et à la menthe
- Fonds d'artichauts à la viande et aux épices
- Spaghetti à la tomate et aux cœurs d'artichauts rôtis

24 Les légumes, le plein de vitamines !

- Samfaina catalane
- Tomates rôties à la feta
- Soupe froide de courgettes au Kiri
- Caviar d'aubergines
- Caponata



30 Les plats d'été, faciles et rapides

- Riz safrané aux crevettes, petits pois et chorizo
- Mijoté de poivrons aux pois chiches, merguez et œufs
- Sauté de porc à la tomate et aux coques
- Grand aioli
- Moules sauce coco curry
- Filets de poulet farcis et tagliatelles
- Minestrone
- Lapin au lard et aux pommes de terre

36 Prêts à l'avance

- Jarret de veau aux olives
- Souris d'agneau confites à l'orange
- Daube de bœuf aux figues
- Linguine à la bolognaise
- Burger au pulled pork



44 Vamos a la playa !

- Tortilla au chorizo
- Œufs durs farcis
- Gua bao
- Salade de pommes de terre aux sardines
- Salade de riz aux œufs de caille et tapenade
- Rillettes de saumon

50 Les clafoutis jolis

- Clafoutis classique aux cerises
- Clafoutis abricot, miel et thym
- Clafoutis myrtille et citron
- Clafoutis des vendangeurs

54 Les confitures d'été

- Confiture de myrtilles au sirop d'érable
- Confiture de figues
- Confiture d'abricots à la lavande
- Confiture de melon au citron vert
- Confiture de mûres sauvages
- Gelée de framboises et groseilles

58 Extra Crisp

- Mini bruschetta
- Tartines aux légumes rôtis et chorizo
- Apéro rapido
- Nectarines rôties à la verveine et yaourt crémeux
- Moelleux aux abricots et aux amandes sans gluten

« MON ROBOT CE HEROS » est publié par la société : César Editions SL, Apartado de Correo 187 - 17487 Empuriabrava - Girona - España. || NIF : ESB 17535378 - Directeur de la publication : Jean-Michel RIPA || Rédactrice en chef : Marina DEROUET || Rédaction : Patricia Raffaelli || Graphisme & Maquette : Laia DALMAU || Impression : Rotimpress - Girona || Distribution : France messagerie || Photos : Sunray, Agence Sucre-Salé, DR et Adobe Stock. www.jecuisineavecmonrobot.com

Copyright © 2024 CESAR EDITIONS, S.L. Tous droits de reproduction réservés pour tout pays, sous quelque procédé que ce soit. Les textes réimpriment 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'édition, ni l'imprimeur, ne pourront être tenus responsables d'éventuelles erreurs ou omissions. Sauf, accords spéciaux, les manuscrits, textes et photos envoyés à la rédaction ne sont jamais restitués. Cookéo de Moulinex est une marque déposée. Le magazine « Mon Robot ce Héros » et César Editions sont les créateurs des recettes, et n'ont aucun lien commercial ou juridique avec cette société. La référence de la marque précitée n'a d'autre but que d'indiquer la seule compatibilité des recettes de ce magazine avec l'appareil.