

**Prochain numéro**  
**HS Cuisine express / 5 ingrédients**  
 En kiosque **FIN MAI**



## 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 Éditions 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 : 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 : France Messagerie

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 © 2024 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  
 engageant 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 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. 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 Éditions ; sont les créateurs des recettes, et n'ont aucun lien commercial  
 ou juridique avec ces sociétés. La référence des marques citées n'a d'autre but que d'indiquer la seule  
 compatibilité des recettes de ce magazine avec les appareils.

REPUBLIQUE FRANÇAISE  
 ISSN : 2565-2036 GI  
 1252-2017

# Sommaire

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

**04** Bulletin d'abonnement  
**16** La courgette. Elle n'est pas prise de tête !  
**28** Les épices. Elles réenchangent le goût  
**90** Anciens numéros

## Entrées et plats du soir

- 60** Cake en verrine aux courgettes et feta
- 06** Galettes fourrées au chèvre frais
- 14** Gaspacho andalou à la tomate et au jambon serrano
- 18** Gaufres de courgettes aux oignons verts
- 30** Mélange cinq épices
- 68** Mini cakes aux cœurs d'artichauts
- 12** Palets de polenta aux olives et oignons confits
- 36** Pâte de curry
- 40** Raviolis
- 32** Sel aromatisé aux herbes et aux épices
- 48** Soupe aux crevettes
- 24** Soupe verte aux courgettes et brocolis
- 08** Taboulé de chou-fleur aux asperges

## Plats et accompagnements

- 50** Blanquette de la mer
- 42** Boulettes de poisson sauce satay
- 54** Boulettes de poulet, sauce barbecue
- 34** Colombo de bœuf aux haricots rouges
- 20** Courgettes farcies à la brousse, parmesan et thym
- 46** Curry vert de poulet et aubergines
- 52** Pâtes à la tapenade et au thon
- 58** Ratatouille
- 10** Salade de pommes de terre à la ventrèche de thon
- 56** Sauté de porc aux carottes et lardons
- 22** Tarte aux courgettes en ruban

## Desserts

- 66** Cake à la cerise façon forêt noire
- 64** Cake aux abricots
- 62** Cake aux pralines roses
- 84** Clafoutis à la cerise et au sirop d'orgeat
- 38** Confiture de prunes aux épices
- 86** Crumble de cerises à la pistache
- 82** Délice de fruits noirs
- 88** Esquimaux fraise yaourt
- 26** Gâteau choco courgette
- 70** Limonade à la menthe
- 78** Mocktail à la pastèque
- 80** Mousse de framboise
- 44** Riz gluant, mangue et crème de coco
- 72** Smoothie à la fraise
- 76** Smoothie melon et pêche
- 74** Smoothie pêche et épinard