# Cherche et trouve...

# dans la cuisine!

Tu as envie d'un défi amusant en cuisine? Voici l'activité parfaite pour toi. Trouve tous les ingrédients et le matériel qu'il te faut, enfile ton tablier et c'est parti!

À l'aide des illustrations sur la page suivante, rassemble tous les éléments nécessaires pour cuisiner la recette d'Écorces de yogourt glacé puis coche-les dans la liste. Regarde bien dans le frigo, dans le garde-manger, dans les armoires et même dans les tiroirs.

Es-tu prêt?

1, 2, 3... à toi de jouer!





Préparation : 10 minutes | Congélation : 2 heures | Portions : 6

### Ingrédients

**180 ml (¾ tasse)** de cubes de mangue surgelés et dégelés

**45 ml (3 c. à soupe)** d'eau

375 ml (1 ½ tasse) de yogourt grec à la vanille

6 à 8 grosses fraises

1 poignée de graines de citrouille

**1 poignée** de flocons de noix de coco non sucrée

### astuce

Tu aimerais varier la recette?
Choisis une autre saveur de yogourt
ou d'autres garnitures. Tu peux laisser
aller ta créativité, les possibilités sont
infinies! Noix, graines, fruits, morceaux
de chocolat noir et fruits séchés, par
exemple, se marieront à merveille
au yogourt.

### Préparation

🛊 = pourrait nécessiter l'aide d'un adulte

Dans un mélangeur, déposer les cubes de mangue et l'eau.

★ Mélanger jusqu'à l'obtention d'une purée lisse et homogène.

Tapisser une plaque à biscuits de papier parchemin.

Étendre le yogourt en une couche d'environ 1 cm (0,5 po) d'épaisseur. Voir notre technique pour mesurer à la page suivante.

Verser la purée de mangue sur le yogourt. Marbrer la préparation en faisant des mouvements circulaires avec la pointe d'un couteau de table.

Couper les fraises en dés et les étaler sur la préparation. Voir notre technique pour couper à la page suivante.

Répartir les graines de citrouille et les flocons de noix de coco.

Congeler jusqu'à ce que le yogourt soit bien figé, soit pendant environ 2 heures.

Casser la préparation en morceaux avant de servir.

# Mesurer des ingrédients humides



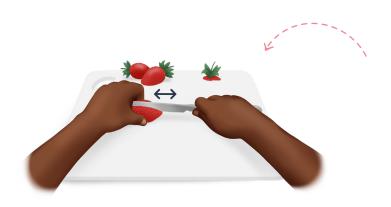






Voici à quoi devrait ressembler une tasse remplie correctement.

# Couper avec un couteau



D'une main, stabiliser l'aliment et le tenir en plaçant le pouce d'un côté et les autres doigts de l'autre, de façon à former un pont par-dessus l'aliment. Avec l'autre main, faire un mouvement de va-et-vient sur l'aliment avec le couteau.