€
,70
N° 1649 du 4 au 10 juin 2018
maximag.fr

Maxi

À GAGNER
12 SÉJOURS À L'EUROPA-PARK
d'une valeur totale de 8 600 €

25 MAILLOTS DE BAIN
ILS AFFINENT ET VALORISENT OUTES LES SILHOUETTES !

UN JARDIN TOUT BIO, TOUT BEAU
15 conseils pratiques et malins

POUR UN CORPS PLUS FERME

LES ASTUCES BRÛLE-GRAISSES FACILES ET EFFICACES

Amoureuse d'un prêtre
« J'ai vécu un amour interdit »

BONS PLANS POUR ARRONDIR SES FINS DE MOIS
Profitez des sites de services entre particuliers

Vive les herbes fraîches !

NOS RECETTES 100 % CRÉATIVES

Belgique 1,80 € - DOM A 2,50 € - DOM B 1,90 € - Suisse 3 CHF
Luxembourg 1,80 € - Allemagne 3 € - Grèce 2 € - Italie 2 € - Espagne 2 € - Portugal 2 €
Maroc 22 MAD - Tunisie 2,90 TND - Canada 3 CAD - TOM A 650 FCFP - TOM B 280 FCFP - ZA 2500 CFA

M 03322 - 1649 - F: 1,70 €

BAUER MEDIA FRANCE

1 Vermicelles de riz aux légumes croquants

4 pers. 30 mn 10 mn

150 g de vermicelles de riz • 400 g de fèves • ¼ chou rouge • 2 carottes • 1 concombre • ½ melon • 1 petit piment rouge • 1 gousse d'ail • 1 citron vert • 3 c. à soupe de sauce soja • 6 c. à soupe d'huile d'olive • 1,5 c. à café d'huile de sésame.

Émincez finement le piment, pelez et écrasez la gousse d'ail. Pressez le citron vert. Émulsionnez la sauce soja avec l'huile d'olive, le jus du citron et l'huile de sésame. Ajoutez le piment et l'ail. Réservez.
Lavez tous les légumes. Retirez la cosse et la peau des fèves. Émincez le chou rouge, râpez les carottes et coupez le concombre en rondelles. Pelez le melon et détaillez la chair en dés.
Faites cuire les fèves à la vapeur pendant 5 à 8 mn. Plongez les vermicelles de riz dans l'eau bouillante et faites-les cuire 8 mn à feu moyen. Rincez-les à l'eau froide et égouttez-les bien.
Mélangez les vermicelles avec les légumes et arrosez le tout avec la vinaigrette au piment.

2 Merlan en paupiettes, morilles et petits pois au curry

4 pers. 25 mn 30 mn 30 mn

4 filets de merlan • 250 g de petits pois • 8 tranches fines de lard fumé • 15 g de morilles séchées • 15 cl de crème liquide • 1 c. à café de curry en poudre • 5 cl de vin blanc sec • 5 cl de fumet de poisson • 1 oignon • huile • poivre.

Réhydratez les morilles au moins 30 mn dans de l'eau tiède. Égouttez-les. Écossez les petits pois et faites-les cuire 5 à 10 mn à la vapeur. Maintenez-les au chaud.
Pelez et ciselez l'oignon. Faites-le blondir dans un filet d'huile. Ajoutez les morilles et remuez 3 mn. Versez le vin blanc, le fumet de poisson, la crème fraîche et le curry. Poivrez et laissez mijoter 5 mn à feu doux.
Préchauffez le four à 200 °C. Enroulez chaque filet de merlan sur lui-même. Enveloppez-les de tranches de lard et maintenez l'ensemble à l'aide de fil de cuisine. Faites colorer les paupiettes sur toutes leurs faces dans une poêle à sec. Déposez-les dans un plat et poursuivez la cuisson au four, environ 5 mn.
Répartissez les petits pois dans les assiettes, arrosez-les de sauce aux morilles et déposez les paupiettes de merlan sur le dessus.

Mon mini-shopping

MOTIF RAFFINÉ
Assiette plate en porcelaine (Ø 27 cm), **12,50 €, Bruno Evrard.**

FRAÎCHEUR MARINE
Torchon lode en coton (50 x 80 cm), **16 €, La Cerise sur le Gâteau.**

ARTISANAL
Mug, **6 €, Home Autour du Monde.**

L'astuce de Lucie

POUR FAIRE DES ÉCONOMIES, PARTEZ À LA CHASSE AUX PRODUITS FRAIS EN FIN DE MARCHÉ, QUAND LES PRIX SONT BRADÉS. EN REVANCHE, POUR LES POISSONS ET LES VIANDES, MIEUX VAUT VENIR TÔT POUR OBTENIR LES PLUS BELLES PIÈCES.