

LA FAMILLE NORDIQUE

LE PÈRE CHOU



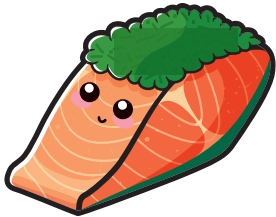
LE SAIS-TU ?

**LES RECETTES FINLANDAISES
SE COMPOSENT PRINCIPALEMENT
D'INGRÉDIENTS LOCAUX QUI SE CONSERVENT
BIEN DURANT L'HIVER ET QUI APPORTENT
VITAMINES ET ÉNERGIE...
COMME LE CHOU !**

LA FAMILLE NORDIQUE

LA MÈRE

SAUMON GRAVLAX



QUIZ...

SPÉCIALITÉ NORDIQUE, LE GRAVLAX EST UN PLAT DE SAUMON CRU MARINÉ ET SÉCHÉ AVEC DU SEL, DU SUCRE, DU POIVRE ET ...

- A DE L'ANETH**
- B DU BASILIC**
- C DE LA CIBOULETTE**

LA FAMILLE NORDIQUE

LA FILLE

CINAMON ROLL



LE SAIS-TU ?

C'EST LA VIENNOISERIE
LA PLUS APPRÉCIÉE DES **SUÉDOIS** !
ULTRA-MOELLEUSE ET FONDANTE,
CETTE PETITE BRIOCHE ROULÉE
À LA CANNELLE SE MANGE AUSSI BIEN
AU PETIT DÉJEUNER,
EN DESSERT QU'AU GOÛTER !

LA FAMILLE NORDIQUE

LE FILS

BISCUIT SUÉDOIS



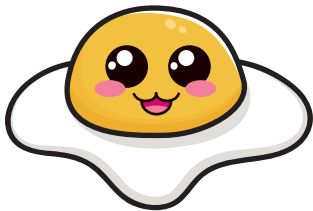
QUIZ...

DÉLICIEUSEMENT CROQUANT,
IMPOSSIBLE D'Y RÉSISTER !
CE BISCUIT EST PRÉPARÉ AVEC ...

- A** DU RIZ SOUFFLÉ
- B** DES FLOCONS D'AVOINE
- C** DU POP CORN

LA FAMILLE NORDIQUE

LE GRAND-PÈRE ŒUF



RECETTE !

PLACE UN FOND D'ARTICHAUT CUIT SUR UNE ASSIETTE. AJOUTE SUR LE DESSUS 2 C. À S.* DE MAYONNAISE AU CITRON ET DE LA CIBOULETTE. DÉPOSE UN ŒUF POCHÉ. ENVELOPPE LE TOUT D'UNE TRANCHE DE SAUMON FUMÉ. PRÉSENTE TON ŒUF NORVÉGIEN SUR UN TOAST GRILLÉ... BON APPÉTIT !

LA FAMILLE NORDIQUE

LA GRAND-MÈRE **MYRTILLE**



LE SAIS-TU ?

**EN ÉTÉ, LES FAMILLES SCANDINAVES ADORENT
ALLER À LA CUEILLETTE DE BAIES EN FORÊT !
MYRTILLES, FRAMBOISES,
FRAISES DES BOIS, MÛRES, AIRELLES...
SONT TRÈS UTILISÉES EN CUISINE, AUSSI BIEN
POUR DES RECETTES SUCRÉES QUE SALÉES.**