

Six recettes sucrées, juste assez.

**Simplicité
et facilité
se donnent
rendez-vous
dans votre
cuisine.
Sucrez mieux
avec les produits
de l'érable.**

**Pour manger mieux
et manger bon**



*Sucrée, juste assez,
notre limonade d'été à l'érable.*

Citrons Sirop d'érable Eau Gingembre



Limonade à l'érable

Dans un pichet, mélanger le jus de 4 citrons, 80 ml (1/3 tasse) de sirop d'érable, 750 ml (3 tasses) d'eau et 5 ml (1 c. à thé) de gingembre haché finement. Ajuster la quantité de sirop d'érable selon l'acidité des citrons. Réfrigérer quelques heures, puis filtrer la limonade pour retirer le gingembre. Servir dans des verres remplis de glaçons et décorer de tranches de citron vert. Pour 4 personnes ou 1 litre.

Trinquez à une bonne idée

Pour vous désaltérer avec chic, humectez le rebord d'un verre avec un quartier de citron, puis trempez-le dans du sucre d'érable. Versez délicatement une rasade de limonade et trinquez à votre santé!

*Sucrée, juste assez,
notre salade fruitée à l'érable.*

Petits fruits Sirop d'érable Vinaigre balsamique Menthe



Salade de petits fruits à l'érable

Laver et équeuter 12 fraises, puis les mettre dans un saladier. Ajouter 1 casseau de framboises et 1 casseau de bleuets. Mélanger 125 ml (1/2 tasse) de sirop d'érable et 45 ml (3 c. à soupe) de vinaigre balsamique, puis incorporer aux fruits. Répartir dans des bols et décorer de feuilles de menthe.

Pour 4 personnes.

Ensoleillez votre journée

Ajoutez une touche tropicale à ce dessert en remplaçant les petits fruits par de l'ananas frais. Choisissez un beau fruit mûr, pelez-le et découpez-le en cubes. Accentuez le goût des tropiques en ajoutant quelques dés de mangue.

*Sucrées, juste assez,
nos betteraves aromatisées à l'érable.*

Betteraves Chèvre frais Sirop d'érable Vinaigre de cidre Huile d'olive



Betteraves, vinaigrette au fromage de chèvre et à l'érable

Trancher 8 betteraves moyennes cuites. Les disposer dans 4 assiettes. Dans le bol du robot culinaire, mélanger 125 g (4,5 oz) de fromage de chèvre frais, 30 ml (2 c. à soupe) de sirop d'érable, 45 ml (3 c. à soupe) de vinaigre de cidre et 60 ml (1/4 tasse) d'huile d'olive extravierge. Assaisonner au goût, puis verser sur les tranches de betteraves. Décorer de noix de pin et de verdure. Pour 4 personnes.

Optimisez la saveur

Pour conserver toute la saveur de vos betteraves, enveloppez-les individuellement dans du papier d'aluminium, sans les peler, puis faites-les cuire deux heures dans un four préalablement chauffé à 180°C (350°F). Laissez-les tiédir avant de les peler.

*Sucré, juste assez,
notre poulet relevé à l'érable.*

Poulet Huile de canola Cari Sirop d'érable Lait de coco



Poulet au cari et à l'érable

Couper des cubes de 2 cm (3/4 po) dans 4 poitrines de poulet. Dans une grande poêle, faire chauffer 60 ml (1/4 tasse) d'huile de canola à feu vif. Saisir les cubes de poulet sur toutes les faces. Baisser à feu moyen et ajouter 30 ml (2 c. à soupe) de poudre de cari, 80 ml (1/3 tasse) de sirop d'érable et 1 boîte de lait de coco de 398 ml (14 oz). Laisser cuire 4 min. Servir avec légumes et riz au choix.

Pour 4 personnes.

Suivez la tendance thaï

Pour apporter une touche thaïlandaise supplémentaire, remplacez les cubes de poulet par des cubes de porc, puis ajoutez 125 ml (1/2 tasse) de coriandre hachée et une poignée d'arachides grillées.

Sucré, juste assez,
notre fondant raffiné à l'érable.

Miche Canneberges Brie Sirop d'érable Romarin



Fondant au brie et à l'érable

Préchauffer le four à 200°C (400°F). Couper le dessus de la miche environ au tiers (conserver la calotte). Retirer la mie de façon à laisser un espace environ une fois et demie plus grand que la petite meule de brie qui y sera insérée. Dans la miche, mettre 125 ml (1/2 tasse) de canneberges séchées, la meule, 125 ml (1/2 tasse) de sirop d'érable et 30 ml (2 c. à soupe) de romarin frais haché. Poser la calotte sur la miche farcie, puis envelopper le tout dans une feuille de papier d'aluminium et enfourner 50 min.

Pour 6 personnes.

Apportez votre pain chez les copains

Préparez votre fondant, mais résistez à la tentation de l'enfourner. Emballez-le plutôt dans du papier d'aluminium, puis dans un joli tissu à carreaux et offrez-le comme cadeau d'hôtesse. Parions que celle-ci fondra de bonheur!

*Sucrés, juste assez,
nos crostinis parfumés à l'érable.*

Crostinis Chèvre frais Sucre d'érable Vinaigre balsamique



Crostinis au fromage de chèvre et à l'érable

Préchauffer le four à 180 °C (350 °F), puis y faire griller 15 min des tranches de baguette coupées en biais. Badigeonner les toasts (crostinis) de 30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive extravierge et les frotter avec une gousse d'ail. Tartiner chaque crostini de fromage de chèvre frais, saupoudrer de sucre d'érable et ajouter un filet de vinaigre balsamique. Saler et poivrer, puis décorer de noix de Grenoble grillées et de minifeuilles de roquette. Pour 6 personnes.

Dégustez cette trempette coquette

Pour accompagner des crudités ou des craquelins, mélangez au robot culinaire du fromage de chèvre, du sucre d'érable et du vinaigre balsamique. Si nécessaire, assouplissez la trempette avec de la crème sure.

Compatible avec une
saine alimentation,
100 % naturel,
vitaminé et rempli
de possibilités,
le sirop d'érable
est bon au goût
et bon pour vous.
**Passez à table
avec l'érable.**

Pour d'autres recettes faciles à cuisiner,
consultez sucrezmieux.ca



La certification
officielle de qualité de la
Fédération des producteurs
acéricoles du Québec