



ACTIVITÉS ET RECETTES DE PÂQUES



Le Bien Être
des Résidents
en Action

Unilever
Food
Solutions

INTRODUCTION



Ce nouveau cahier d'activités est le parfait complice pour vous aider à réunir tous vos résidents autour d'activités de bricolage traditionnelles de Pâques.

Qu'il s'agisse de confectionner une mangeoire à insectes colorée ou de réaliser de magnifiques compositions florales, nous avons prévu un choix d'activités simples et amusantes qui se font facilement seul ou en groupe. Nous vous proposons également des sauces et des plats alléchants faits à partir de certains de nos produits les plus populaires pour accompagner votre rôti de Pâques.



CONTENU

Activités pour les résidents

Laissez vos résidents donner libre cours à leur créativité avec ces bricolages sur le thème de Pâques. Nous avons même prévu quelques activités inspirées du dîner de Pâques qui ne manqueront pas de les mettre dans l'ambiance!

4 – Mangeoire à insectes

5 – Œufs marbrés

6 – Assiettes de
Pâques

7 – Arrangement floral

Organisez une fête de Pâques

Tout le monde aime faire la fête, alors pourquoi ne pas accrocher notre nouveau fanion de Pâques et exposer les créations de vos résidents avant de déguster de petites gourmandises?

8 – Fanion de Pâques

Recettes pour les chefs

En quête d'inspiration pour votre dîner de Pâques? Ne cherchez plus. Nous vous proposons, en collaboration avec quelques-uns des meilleurs chefs de la profession, un formidable choix de plats d'accompagnement et de sauces tirés de notre Guide des plats d'accompagnement. Parions que vos résidents adoreront ces recettes préparées à partir d'une grande variété d'ingrédients de saison!

13 – Plats d'accompagnement

15 – Sauces

17 – Petits gâteaux au thé Earl Grey



MANGEOIRE À INSECTES



MATÉRIEL REQUIS

Petits pots en verre munis d'un couvercle

Petite éponge de bain blanche ou de couleur pastel, coupée en morceaux

Petits autocollants pour décorer le pot (p. ex., des papillons)

Ficelle fine

Élastique en caoutchouc

Sirop (1 part de sucre pour 9 parts d'eau)

PRÉPARATION AVANT L'ACTIVITÉ

Percez ou découpez un trou de 0,5 à 1 cm de diamètre au centre du couvercle

RÉALISATION

1. Poussez le morceau d'éponge dans le pot.
2. Faites remonter un morceau d'éponge vers l'ouverture pour que vous puissiez en faire passer un bout par le trou une fois le couvercle vissé.
3. Décorez le pot de petits autocollants de votre choix. Les pots à bords métalliques accrocheront la lumière et seront plus faciles à voir.
4. Posez l'élastique autour du rebord et nouez-y deux longueurs de ficelle de même longueur. Les bouts de ficelle doivent mesurer au moins 30 cm de long, car ils serviront à accrocher le pot à une branche d'arbre ou à un arbuste.
5. Torsadez l'élastique autour de l'ouverture en maintenant les cordes dans une position opposée l'une à l'autre.
6. Préparez le sirop (1 part de sucre additionnée à 9 parts d'eau). Versez le sirop sur les bouts d'éponge dans le pot en veillant à ce qu'ils l'absorbent bien.
7. Accrochez les pots dans le jardin. Le sirop attirera les insectes qui y feront halte pour se nourrir.



ŒUFS MARBRÉS



MATÉRIEL REQUIS

Œufs	Bol jetable
Coquetiers	Cuillère à rainures
Vernis à ongles de couleurs différentes	Grille à pâtisserie métallique

PRÉPARATION AVANT L'ACTIVITÉ

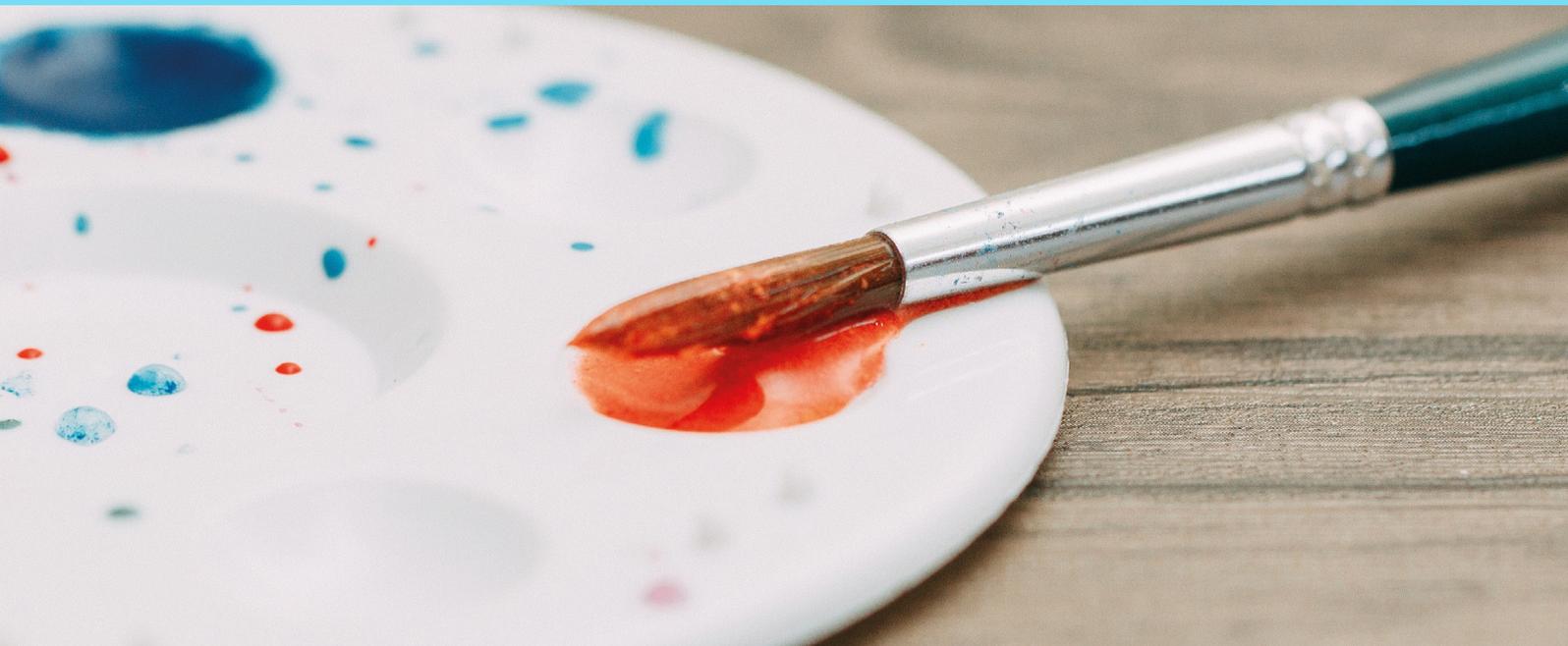
Faites cuire les œufs 10 minutes dans l'eau bouillante.

RÉALISATION

1. Remplissez un petit bol en plastique jetable à moitié avec de l'eau froide. De vieux cabarets peuvent convenir, mais ils doivent être suffisamment profonds pour que l'eau recouvre entièrement un œuf.
2. Versez du vernis à ongles de différentes couleurs dans l'eau et faites tourner le bol pour les mélanger légèrement. Ne remuez pas l'eau avec un ustensile, car le vernis y adhérerait.
3. Déposez délicatement les œufs dans l'eau et retournez-les doucement avec une cuillère à rainures pour que le vernis à ongles y adhère et forme ainsi des marbrures. La cuillère ne pourra plus servir à cuisiner, mais vous pourrez l'utiliser pour réaliser une tonne d'œufs marbrés !
4. Retirez les œufs de l'eau et faites-les sécher quelques heures sur une grille à pâtisserie.
5. Utilisez du dissolvant à vernis pour nettoyer la grille par la suite.
6. Les œufs seront du plus bel effet dans de simples coquetiers, mais vous pouvez aussi les faire circuler, car ils sont agréables au toucher et susciteront bien des conversations.



ASSIETTES DE PÂQUES



MATÉRIEL REQUIS

Assiettes en carton

Peinture

Pinceaux

Tampons-encreurs

RÉALISATION

Décorez le bord des assiettes en carton de jolis motifs pascaux. Évitez d'utiliser des assiettes lustrées ou en plastique, car la peinture et l'encre à tampon n'y adhéreront pas. Décorez uniquement les bords extérieurs. Utilisez vos assiettes décorées pour servir de petits gâteaux cuits dans des caissettes en papier.



ARRANGEMENT FLORAL



MATÉRIEL REQUIS

Fleurs au choix
Verdures
Ciseaux
Vase

PRÉPARATION AVANT L'ACTIVITÉ

Préparez les tiges de verdure à l'avance, en les coupant à peu près à la bonne longueur et en prenant soin de retirer les feuilles du bas.

RÉALISATION

Invitez les résidents à déposer les tiges de verdure en premier, puis à ajouter les fleurs. Pour rendre l'activité encore plus intéressante, permettez à ceux qui le peuvent de tailler les tiges des fleurs avec de petits ciseaux. Une fois l'arrangement terminé, trouvez un endroit bien en vue pour l'exposer fièrement.



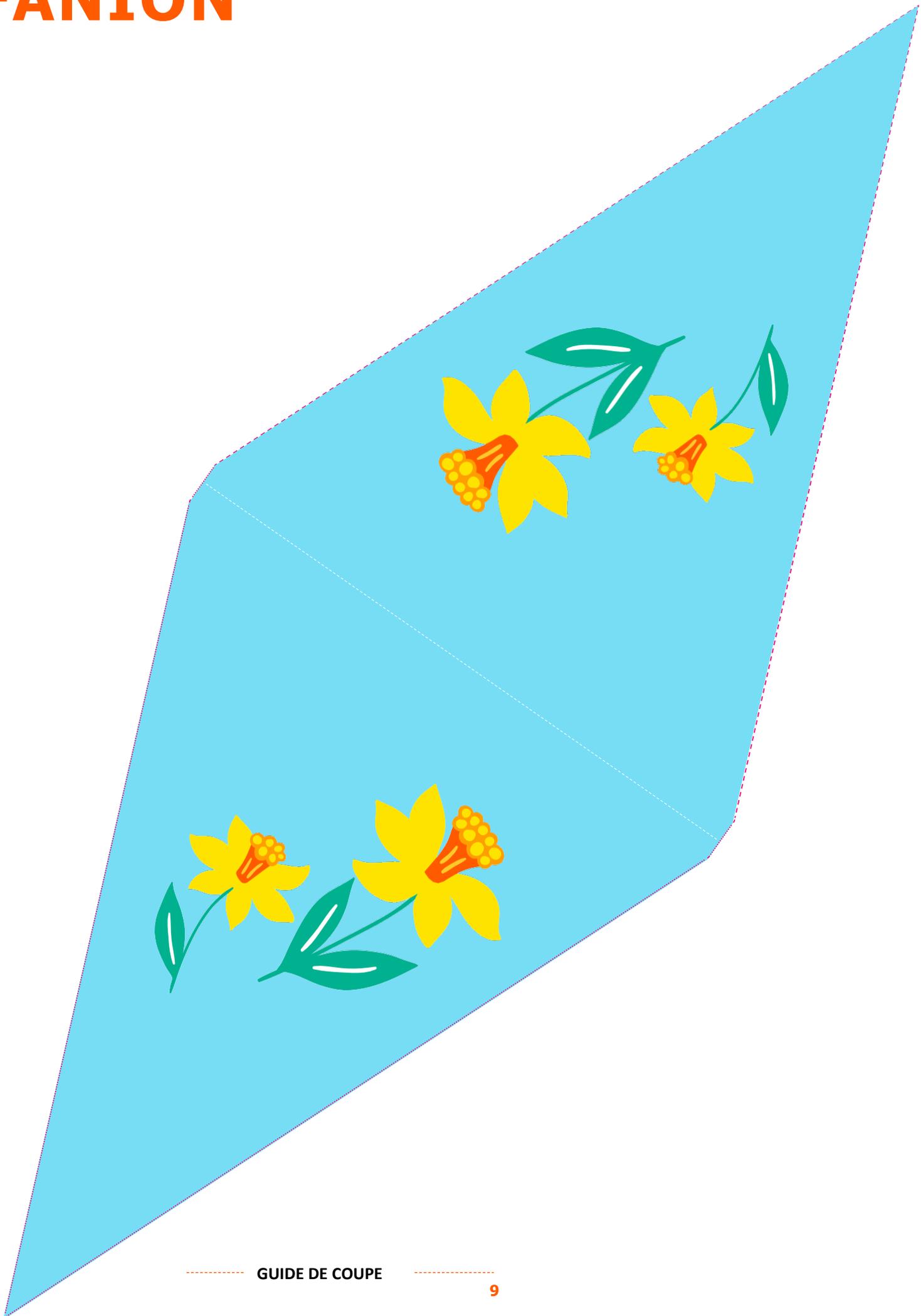
FANION

Décorez la salle à manger avec ce fanion imprimable et facile à assembler. Imprimez les pages autant de fois que vous le souhaitez. Découpez les triangles à l'aide de ciseaux, puis pliez-les le long de la ligne pointillée.

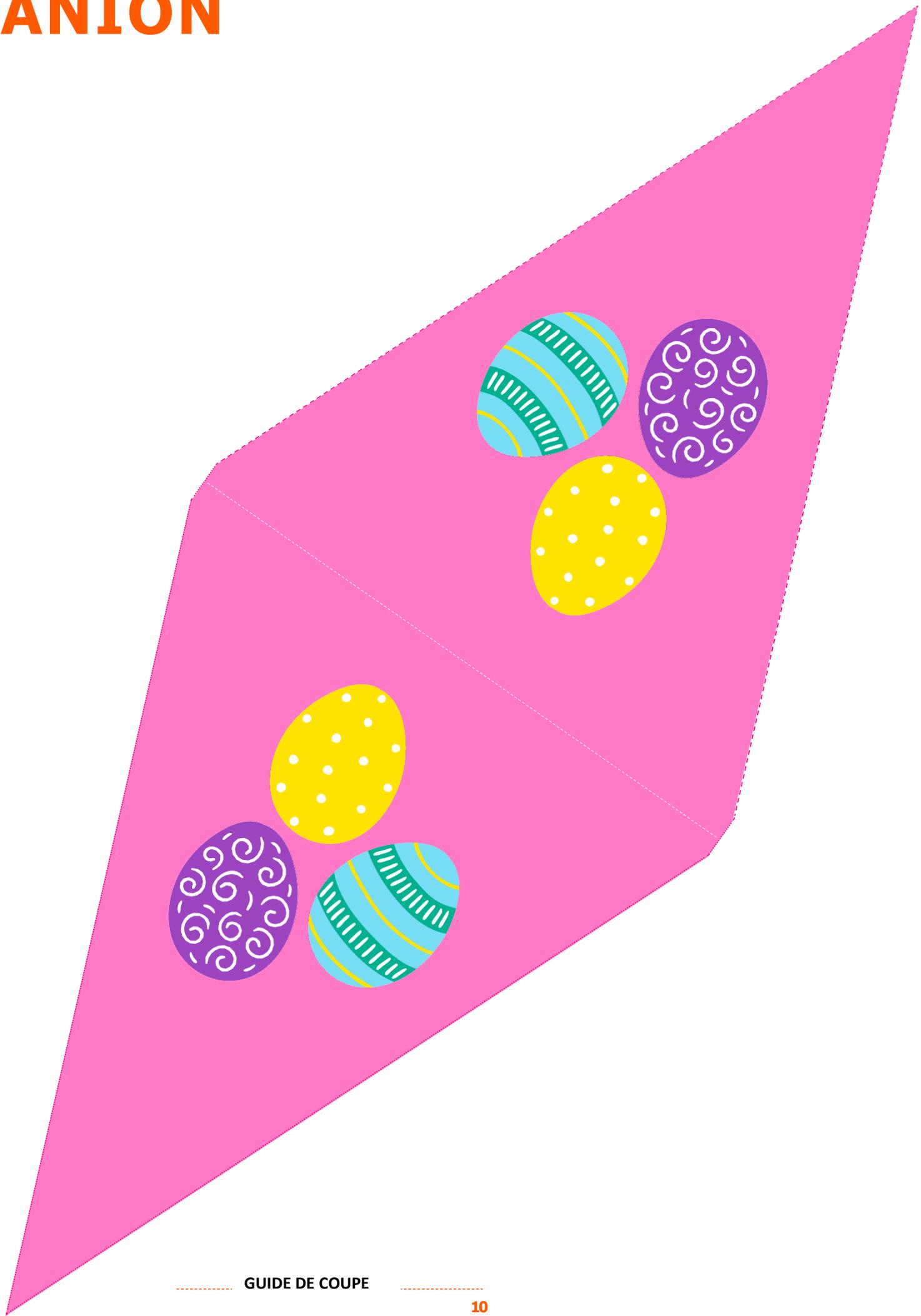
Déroulez votre ruban et saisissez un triangle. En prenant soin de laisser environ 30 cm de ruban de chaque côté pour accrocher le fanion, ouvrez le triangle et placez un morceau de bande adhésive double face de 2 cm sous le pli. Posez le ruban sur la bande adhésive, puis recouvrez-le d'un autre morceau de bande adhésive. Repliez le triangle sur le ruban et placez un petit morceau de bande adhésive sur la base pour maintenir le triangle en place. Répétez l'opération pour tous les triangles jusqu'à ce que vous ayez terminé votre fanion!



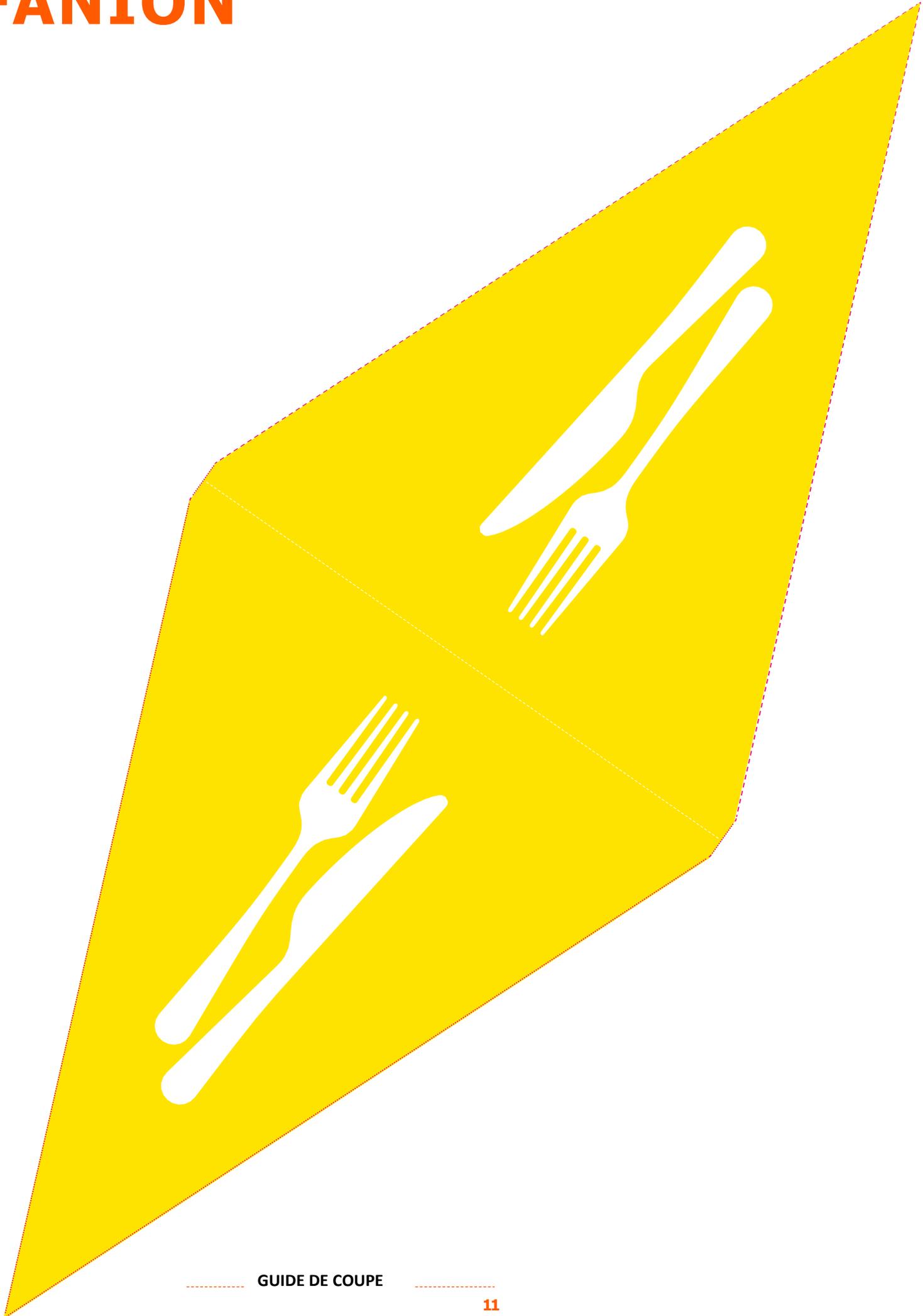
FANION

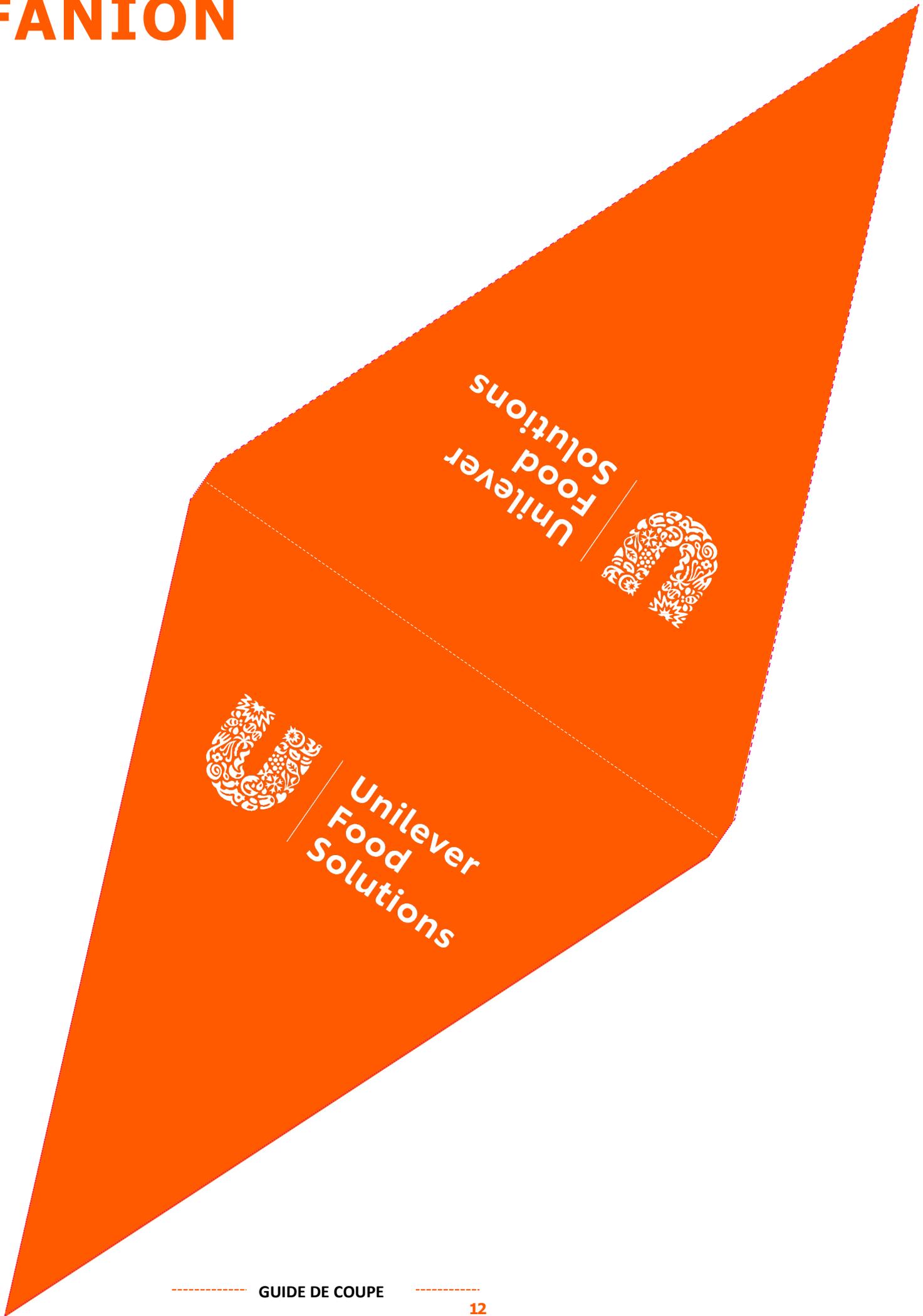


FANION



FANION





PLATS D'ACCOMPAGNEMENT



Purée de légumes-racines

INGRÉDIENTS POUR 10 PORTIONS

500 g Pommes de terre

500 g Rutabaga

400 g Chou de Savoie

30 ml Concentré de bouillon de légumes Knorr® Professional

100 g Beurre

50 g Cheddar râpé

PRÉPARATION

Peler et couper les pommes de terre et le rutabaga en gros cubes.

Mettre dans une casserole avec le **concentré de bouillon de légumes Knorr® Professional**, puis recouvrir d'eau.

Porter à ébullition et laisser mijoter de 20 à 25 minutes, ou jusqu'à ce que les légumes soient tendres. Égoutter et laisser étuver.

Râper finement le chou et faire revenir dans la moitié du beurre de 3 à 4 minutes. Ajouter les pommes de terre et le rutabaga.

Écraser et déposer sur une plaque de cuisson. Parsemer du reste de beurre et recouvrir de fromage.

Faire cuire au four à 350 °F (180 °C) de 20 à 25 minutes, ou jusqu'à ce que le tout soit bien doré.



PLATS D'ACCOMPAGNEMENT



Bouchées aux légumes

INGRÉDIENTS POUR 10 PORTIONS

- 250 g Lentilles corail
- 625 ml Eau
- 15 ml **Concentré de bouillon de légumes Knorr® Professional**
- 500 g Pieds de chou-fleur
- 500 g Pieds de brocoli
- 150 g Chapelure de pain frais
- 2 Œufs
- 15 g Sauge
- 30 g Parmesan



PRÉPARATION

Mettre les lentilles et l'eau dans une casserole. Incorporer le **concentré de bouillon de légumes Knorr® Professional préparé** et porter à ébullition. Laisser mijoter 20 minutes, ou jusqu'à ce que les lentilles soient tendres.

Retirer du feu et laisser refroidir.

Faire cuire les pieds de chou-fleur et de brocoli pendant 15 minutes, ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Retirer, égoutter et laisser refroidir.

Mettre les lentilles, le chou-fleur, le brocoli, la sauge et les œufs dans le bol du mélangeur et pulser le tout.

Retirer et incorporer la chapelure, puis réfrigérer 30 minutes.

Former des boules de la taille d'une noix et les déposer sur une plaque à pâtisserie tapissée de papier parchemin. Faire cuire au four préchauffé à 350 °F (180 °C) pendant 20 minutes.

Une fois les bouchées cuites, retirer du four et saupoudrer de parmesan avant de servir.

Visitez le [ufs.com/knorrprofessional](https://www.ufs.com/knorrprofessional) pour trouver votre bouillon préféré.

SAUCES



Sauce tomate et estragon

INGRÉDIENTS POUR 10 PORTIONS

- 70 g **Mélange à sauce brune Knorr® Professional**
- 900 ml Eau
- 15 g **Base de bœuf Knorr® Professional Ultimate**
- 200 ml Vin blanc
- 10 g Estragon
- 20 g Purée de tomates

PRÉPARATION

Mettre la purée de tomates et le vin blanc dans une casserole. Faire réduire de moitié.

Ajouter l'eau dans la casserole. Porter à ébullition et incorporer la **base de bœuf Knorr® Professional Ultimate** en fouettant.

Incorporer le **mélange à sauce brune Knorr® Professional** et laisser mijoter 30 secondes

Parsemer d'estragon finement haché.



Sauce à la moutarde anglaise

INGRÉDIENTS POUR 10 PORTIONS

- 200 g Oignons
- 50 g Beurre
- 2 Feuilles de laurier
- 5 g Sauge fraîche
- 1 l Eau
- 25 g Moutarde anglaise
- 75 g **Mélange à sauce au poulet Knorr® Professional**

PRÉPARATION

Peler et trancher les oignons en rondelles.

Faire fondre le beurre dans une casserole et faire revenir les oignons avec la sauge et le laurier pendant 10 minutes, ou jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés.

Verser l'eau et porter à ébullition. Réduire le feu et laisser mijoter 10 minutes.

Retirer du feu. Ajouter la moutarde anglaise, puis mélanger jusqu'à l'obtention d'une consistance lisse.

Porter de nouveau à ébullition et incorporer le **mélange à sauce au poulet Knorr® Professional** en fouettant. Réchauffer jusqu'à épaissement.

Passer la sauce au tamis avant de servir.

SAUCES



Sauce thym et citron

INGRÉDIENTS POUR 10 PORTIONS

- 4 Citron
- 1 l Eau
- 200 g Oignons
- 10 g Thym
- 80 g **Mélange à sauce au poulet Knorr® Professional**



Pour d'autres bonnes recettes, visitez
[ufs.com](https://www.ufs.com)

PRÉPARATION

Peler et couper les oignons en deux, puis mettre dans une rôtissoire.

Couper les citrons en deux et mettre dans la rôtissoire avec le thym.

Déposer les poulets sur les oignons et les citrons. Faire rôtir au four.

Une fois les poulets cuits, les retirer de la rôtissoire. Laisser reposer.

Retirer les citrons et en presser le jus. Retirer les tiges de thym, puis verser l'eau.

Porter à ébullition et laisser mijoter 10 minutes en raclant le fond de la rôtissoire pour déloger les sucs de cuisson.

Retirer du feu et mélanger jusqu'à ce que la préparation soit lisse. Remettre sur le feu et incorporer le **mélange à sauce au poulet Knorr® Professional** en fouettant. Réchauffer jusqu'à épaississement.

Passer la sauce au tamis avant de servir.

PETITS GÂTEAUX AU THÉ EARL GREY

AVEC CRÈME AU BEURRE ET AUX
AMANDES
18 PORTIONS

INGRÉDIENTS

PETITS GÂTEAUX

375 ml	Sucre	375 ml	Farine tout usage
1	Zeste de citron	125 ml	Lait
3	Œufs	½ c. à thé	Gingembre moulu

BEURRE INFUSÉ AU THÉ EARL GREY

227 g	Beurre non salé
3 sachets	Thé Earl Grey Pure Leaf® ou TAZO®

GLAÇAGE

90 g	Beurre non salé	240 g	Sucre à glacer
15 ml	Lait	5 ml	Essence d'amande



PRÉPARATION

1. Faire fondre le beurre. Incorporer les feuilles de thé (retirées des sachets) et laisser mijoter 2 minutes. Passer au tamis et réfrigérer jusqu'à ce que le beurre ait figé.
2. Préchauffer le four à 350 °F (180 °C). Dans un bol, mélanger le sucre et le zeste de citron et laisser reposer 30 minutes.
3. Dans un autre bol, incorporer 180 ml de beurre infusé au thé Earl Grey au mélange de sucre et de citron.
4. Incorporer les œufs un à un, puis ajouter le gingembre.
5. Incorporer la farine dans le bol, une tasse à la fois, en alternance avec le lait. Remplir des moules à muffins et faire cuire au four 20 minutes.

GLAÇAGE

1. Dans un bol, battre le beurre jusqu'à ce qu'il soit mou.
2. Incorporer la moitié du sucre à glacer et battre jusqu'à l'obtention d'une consistance lisse.
3. Ajouter le reste du sucre à glacer et le lait (en rajouter au besoin) jusqu'à ce que le mélange soit lisse et crémeux.
4. Incorporer l'essence d'amande et battre 2 minutes.
5. Mettre dans une poche à douille.

ASSEMBLAGE

À l'aide d'un couteau dentelé, retirer le dessus du petit gâteau. Couper le dessus en deux pour faire des ailes de papillon. Couper la base du petit gâteau en deux. Poser un dôme de crème au beurre et aux amandes au centre du gâteau, puis enfoncer les deux morceaux de gâteau sur le dessus pour former des ailes de papillon.





Si vous avez besoin de soutien supplémentaire, nous proposons un éventail d'activités et d'outils pour le bien-être des résidents, ainsi que des conseils culinaires pour les chefs et un bulletin périodique.

Pour en savoir plus, visitez [ufs.com](https://www.ufs.com)



Le Bien Être
des Résidents
en Action

