

www.femmeactuelle.fr

Femme actuelle

N°1531 HEBDOMADAIRE
DU 27 JANVIER AU 2 FÉVRIER 2014

**Forme, diet,
beauté...**

**C'est décidé,
je me reprends
en main**

**JE PEAUFINÉ MON LOOK
JE DÉGOMME MES DÉFAUTS...**

Couple

**IL ME VANNE SANS ARI
JE RÉPONDS QUOI ?**

Toutes vos prédictions

**Astro chinoise
vos succès
de l'année
+ VOS COUPS DE CHANCE**

Crêpes party

**10 recettes
irrésistibles spécial
Chandeleur
+ TOUS LES SECRETS
D'UNE PÂTE RÉUSSIE**

Beauty astuces

**COMMENT DEVENIR
UNE PRO DU
FOND DE TEINT**

Psycho

**PRENDRE UNE
BONNE DÉCISION,
LES CLÉS POUR
NE PLUS SE TROMPER**

Santé

**TOUT SAVOIR
SUR LES
ALLERGIES DE
L'HIVER**

Conso

**QUAND FAIRE JOUER
SES GARANTIES ?**

Mode

**Le style country
nous fait craquer**



GRUPE PRISMA MEDIA

M 03271 - 1531 - F: 1,50 €



LE FÉMININ LE PLUS LU EN

(Résultat One 2012 hors suppléments)

Sauce tomate, un avant-goût d'été

Comme un délicieux souvenir ensoleillé, elle enchante les pâtes... et bien plus encore. PAR VALÉRIE BESTEL



1



2



3

1. Made in France Une sauce spécial pizza, 100 % française, bien relevée et sans excès d'eau pour ne pas détrempier la pâte. En poche souple, peu encombrante. La sauce pizza, Soleillans, 1,15 € les 300 g, Carrefour. **2. Sans viande** Étonnante, cette sauce a le goût carné et corsé d'une bolognaise... sans bœuf ! C'est la cacahuète grillée qui lui donne cette saveur particulière. Un vrai régal ! Le ragu Augusta, Oliviers & Co, 12,85 € les 380 g, oliviers-co.com. **3. Nature** Préparé uniquement avec des tomates mûres au soleil de l'Italie, ce coulis donne une sauce crémeuse, lisse et très douce. La rossa, Mutti, 2,30 € les 700 g, en GMS.



4



5



6



7

4. La tomate en grand Une sauce au goût très pur, relevé d'huile d'olive. Sauce tomate à l'ancienne, Sur le sentier des bergers, 5,50 € les 200 g, surlesentiersdesbergers.fr. **5. Artisanale** Cette recette traditionnelle au bœuf a une saveur intense et une consistance nappante. Sauce bolognaise bio, La salsa di Angelo, 4,30 € les 300 g, en GMS. **6. Romaine** A la pancetta, cette sauce offre un bon goût fumé et un parfum fruité. L'amatriciana, Al Dente La Salsa, 9 € les 220 g, aldentelasalsa.com. **7. Pimentée** Cette sauce onctueuse fait la part belle aux aromates : piment, oignon, basilic et ail. Sauce arrabbiata, Sacla, 2,50 € les 190 g, en GMS.

SOS Bananes, mode d'emploi



ELLES SONT TROP VERTES

Pour accélérer leur mûrissement, mettez-les dans du papier journal avec une pomme coupée en morceaux, et placez-les près d'une source de chaleur. Grâce au dégagement d'éthylène, une hormone végétale, elles seront à point quelques heures plus tard. Plus rapide encore : passez-les 10 minutes environ à four chaud.

ELLES SONT TROP MÛRES

Seule solution : les cuisiner ! Incorporées crues dans un smoothie ou un milk-shake, et donc mixées. Ou cuites, dans un cake, des pancakes (sans farine) et les beignets du moment. Flambées aussi et servies ainsi. Enfin, en version salée : roulées dans du bacon à l'apéritif, ou dans tous les plats exotiques, curry en tête.



MINUTEUR DOUBLE

Chronométrez 2 cuissons en même temps avec ce minuteur à double commande ! L'une pour les cuissons courtes, jusqu'à 12 minutes (pâtes, œufs...), l'autre, jusqu'à 60 minutes, pour les rôtis et les gâteaux...
Birambeau, 12,90 €, www.birambeau.fr.



INFUSION MINUTE

Après le succès des herbes aromatiques, surgelées juste après la cueillette, la maison Darégal s'est lancée dans les infusions, en appliquant le même procédé : récoltées à maturité, les herbes sont lavées, séchées, surgelées et conditionnées en moins de temps qu'il n'en faut pour le dire. Menthe poivrée, thym citron ou basilic thaï, au congélateur désormais, la petite infusion a sa place. Environ 3,99 €, la boîte de 9 sachets, Auchan et Casino.



OH ! LES BEAUX GÂTEAUX

Danseuse étoile, cake-pops fleurs, marelle ou prairie poétique pour les filles. Fusée, château fort ou bateau de pirate pour les garçons. Pas moins de 30 gâteaux extraordinaires, soigneusement expliqués et détaillés en pas à pas, pour que leur anniversaire soit le plus beau jour de leur vie ! "Happy birthday !" Solar, 19,95 €.

L'AUTRE PANNA COTTA

Riche en crème, au bon goût de vanille (naturelle), point trop sucré, dense et à peine tremblante : on craque pour cette panna cotta, assortie au choix d'un coulis 5 fruits rouges, mangue-passion ou de confiture de lait ! D'ailleurs, si l'on pouvait avoir un peu plus de confiture de lait... Rians, 2,35 € les 2 pots de 120 g, en GMS.

