

# LE PETIT HEBDO N°21



J'avais réalisé ce petit hebdo début 2020 lors du premier confinement afin de permettre à chacun de nous, d'échanger, de partager, les recettes, idées, astuces ou article pour compléter ce petit journal ...la parution continue donc pour 2021 puisque la situation reste la même mais avec l'espoir de voir le bout du tunnel !  
Donc, n'hésitez pas à m'envoyer vos suggestions pour animer les pages !

## Sommaire

### Atelier cuisine : Fêtons la St Valentin



- Pie Pops en coeur
- Fondue de poireaux au safran, noix de St Jacques et tuile au fromage

### Jeux et exercices :

- Test de vue : les vêtements parmi les cadeaux
- Mots croisés : le ski

### Nature et jardin :

- Les empreintes dans la neige
- Dégivrant fait maison pour pare-brise

### Coin Lecture :

« Mon doux mari John..... »

## Atelier cuisine :

### Pie Pops en coeur pour la St Valentin :

#### Pour 2 personnes : Apéritifs

(Recette de ptitchef.com)

- 1 boîte de thon
- 4 cuillères à soupe de sauce tomate
- 100 g de jambon en petits morceaux
- 50 g de fromage râpé
- 1 oeuf
- Graines de sésame
- 1 pâte brisée
- Cure dent, ou bâton en bois pour brochette

#### Etape 1:

Etaler la pâte.

Découper des coeurs à l'aide d'un gabarit ou emporte-pièce en forme de coeur.



#### Etape 2 :

Mettre les coeurs sur une plaque de cuisson

Et mettre les bâtons en bois.



#### Etape 3 :

Mélange 1 : sauce tomate+thon

Mélange 2 : jambon+fromage râpé



#### Etape 4 :

Les couvrir avec d'autres coeurs, et sceller avec une fourchette.



Badigeonner le jaune d'oeuf et saupoudrer de graines de sésame.

Mettre au four 10 à 15 min à 200°C.



## Fondue de poireaux au safran, noix de Saint-Jacques et tuile au fromage:

(Thecooktime.blogspot.com)

### Ingrédients pour 2 personnes :

- 10 noix de St Jacques
- 2 poireaux
- 20 cl de crème fraîche
- 1 petite dose de safran
- 100 g de gruyère
- 1 citron
- Ciboulette
- beurre, sel et poivre



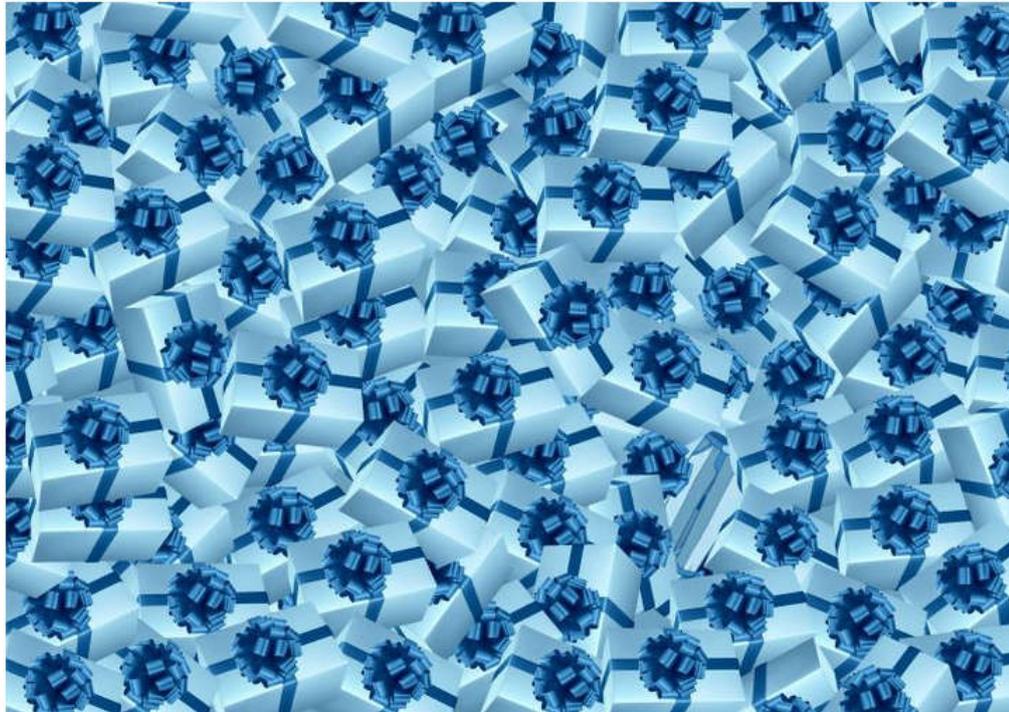
### Préparation :

- Dans une casserole, faites revenir à feu doux le beurre avec les poireaux émincés. Ajoutez une pincée de sel fin. Cuire environ 15 min en remuant régulièrement (le poireau ne doit pas colorer, il doit cuire lentement)
- Ajoutez la crème, le safran en poudre et un filet de jus de citron. Laissez cuire 10 min de plus.
- Pendant ce temps, préparez les tuiles au fromage, sur une plaque couverte de papier cuisson, déposez le gruyère râpé en forme de cœur (à l'aide d'un emporte-pièce).
- Enfournez durant 10 min à 180°C. Laissez refroidir et décoller délicatement.
- Au moment de servir, poêlez les noix de Saint Jacques 2 min de chaque côté dans 20 g de beurre, assaisonner.
- Déposez de la fondue de poireaux au safran dans une assiette, ajoutez des noix de St Jacques, quelques brins de ciboulette et une tuile de gruyère...et dégustez !

# Test de vue : Trouvez les vêtements parmi les cadeaux

Sympa.com

1. Trouve le pantalon



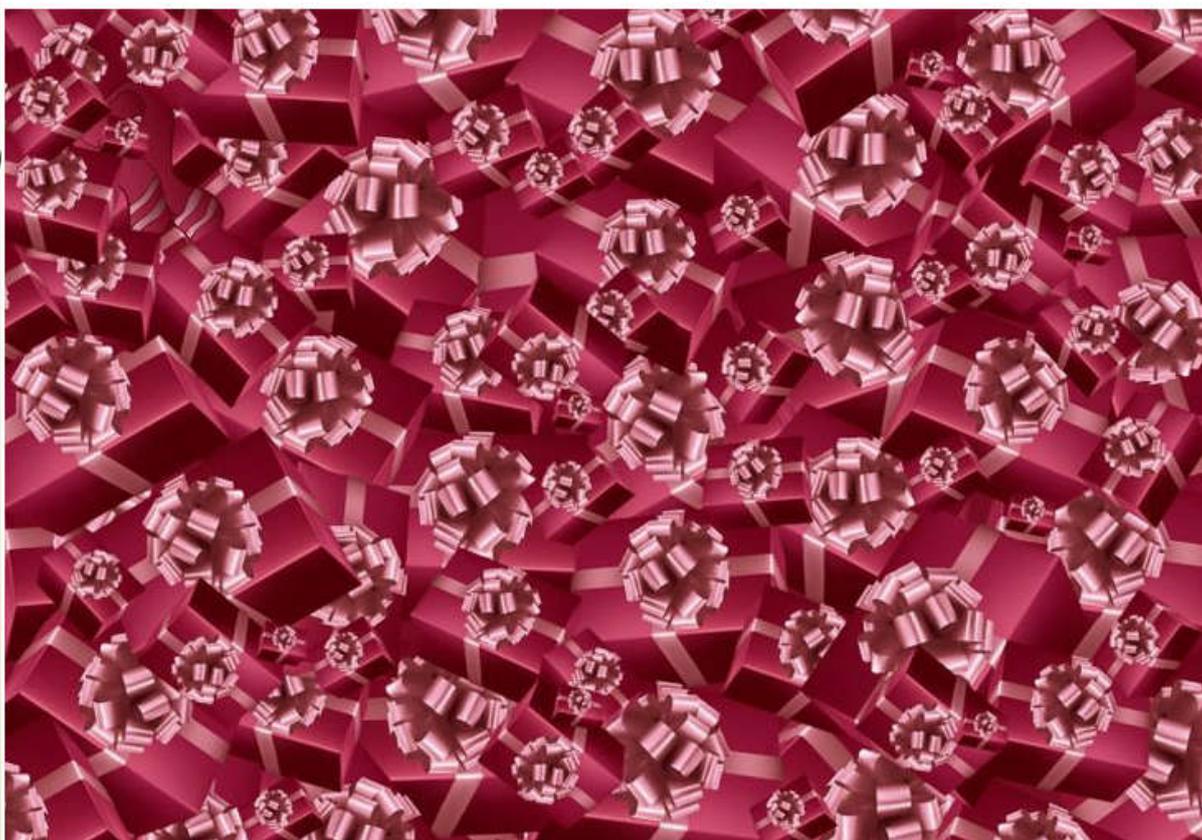
2. Trouve la chemise



## 3. Trouve les chaussures



## 4. Trouve l'écharpe

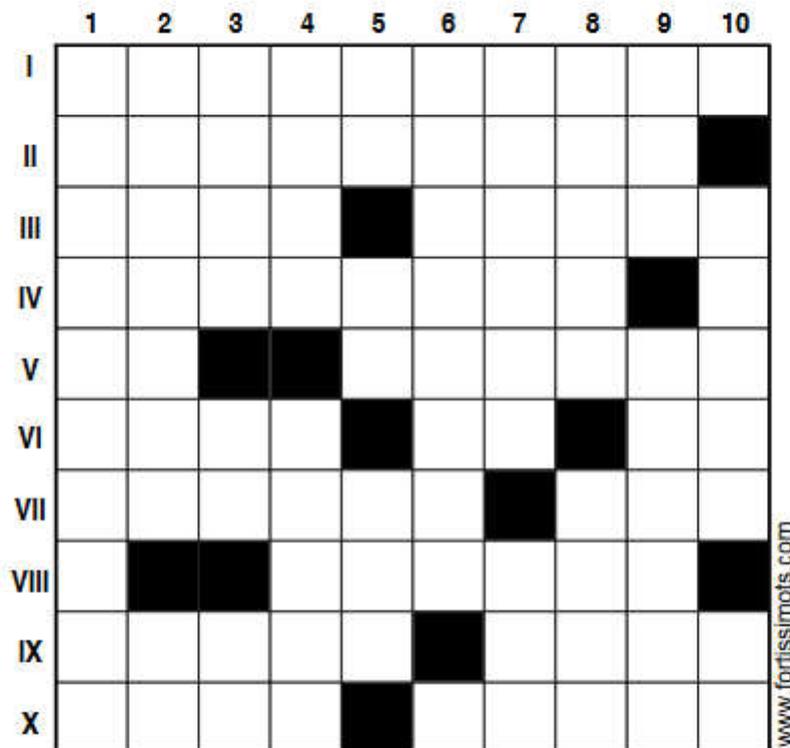


# Mots croisés : Le SKI

6

([www.fortissimots.com](http://www.fortissimots.com))

## FORTISSIMOTS • MOTS CROISÉS • N°11



### HORIZONTALEMENT

**I.** Ils remontent la piste. **II.** Elle descend de la piste. **III.** Voie ferrée. Coup de foudre. **IV.** Beau soulier. **V.** Négation. Plutôt malin. **VI.** Déforme. Avant Jésus-Christ. A vu le jour. **VII.** Ne dure qu'une année. L'une des disciplines du biathlon. **VIII.** Ensemble de montagnes. **IX.** Fais une descente. Donnes un siège. **X.** Petit lutin. Montagnes russes.

### VERTICALEMENT

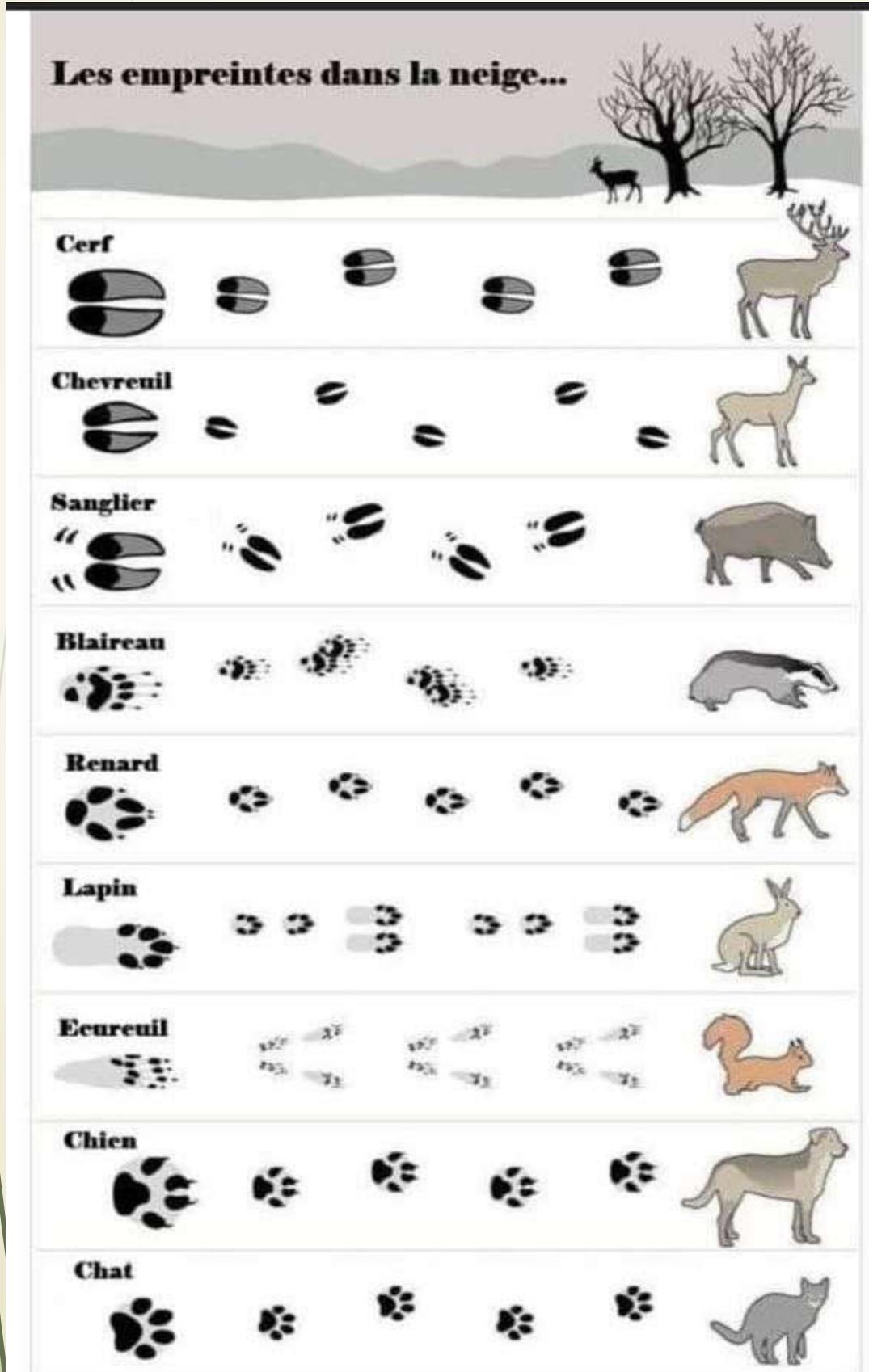
**1.** Vallée pour skieurs. **2.** Fuite. Ski de vitesse. **3.** Non religieux. Sur une borne. Conifère. **4.** Prénom d'une grande dame du jazz. Ainsi que doit l'être une piste de ski bien préparée. **5.** Côtée en Bourse. Initiales républicaines. Pas en forme. **6.** Imprévu. **7.** Massif alpin. Fait fondre la neige. **8.** Pays africain. Fin de partie au flipper. **9.** Electro-encéphalogramme. Harmonisa. **10.** Canardé pour son duvet. Haut de gamme.

## Nature et jardin :

7

Si vous vous promenez dans la neige, profitez-en, la neige nous dévoile les empreintes des animaux qui sont passés sur les chemins.... prenez le temps d'observer ce qui se passe autour de vous .....

- Image du club vosgien de Wasselonne



## Comment faire un dégivrant maison

(astuce de Rachel)

Pour dégivrer votre pare-brise en quelques secondes, sans gratter....

### Il vous faut :



- De l'alcool à 90° ou de l'alcool ménager
- De l'eau
- 1 pulvérisateur

### Comment procéder :

- Remplissez 1/3 du pulvérisateur avec de l'eau et le reste avec l'alcool.
- Secouer bien le pulvérisateur et vaporiser généreusement le pare-brise, il ne vous reste plus qu'à mettre en marche les essuie-glaces et votre pare-brise sera complètement dégivré !

## Le Coin lecture : (facebook.com -astucieuse)

9

Mon doux mari, John, et moi étions mariés depuis quarante-six ans. Chaque Saint-Valentin, il m'envoyait les plus belles fleurs avec une carte avec cinq mots simples: «Mon amour pour toi grandit».

Quatre enfants, quarante-six bouquets et une vie d'amour sont l'héritage qu'il m'a laissé à sa mort il y a deux ans.

Ma première Saint-Valentin seule, dix mois après l'avoir perdue, j'ai été choquée de recevoir un magnifique bouquet qui m'était adressé... de John. En colère et navrée, j'ai appelé le fleuriste en disant qu'il y avait eu une erreur. Le fleuriste répondit: «Non, madame, ce n'est pas une erreur. Avant de mourir, votre mari a payé pendant de nombreuses années et nous a demandé de garantir que ces bouquets vous seraient offerts tous les jours le jour de la Saint-Valentin.

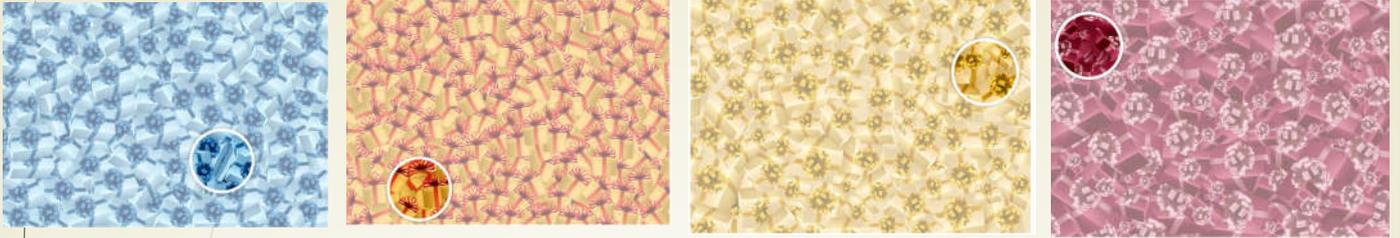
Le cœur dans la bouche, j'ai raccroché le téléphone et lu la note.  
Il y était écrit : "Mon amour pour toi est éternel."

Témoignage magnifique de cette dame ♥



Jouez le jeu, ne regardez pas la réponse avant d'avoir fini !

## Solutions : Test de Vue



### FORTISSIMOTS • SOLUTION DES MOTS CROISÉS N°11

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I	T	E	L	E	S	I	E	G	E	S
II	A	V	A	L	A	N	C	H	E	■
III	R	A	I	L	■	O	R	A	G	E
IV	E	S	C	A	R	P	I	N	■	I
V	N	I	■	■	F	I	N	A	U	D
VI	T	O	R	D	■	N	S	■	N	E
VII	A	N	N	A	L	E	■	T	I	R
VIII	I	■	■	M	A	S	S	I	F	■
IX	S	K	I	E	S	■	E	L	I	S
X	E	L	F	E	■	A	L	T	A	I

www.fortissimots.com

Publication réalisée par :

**Rachel Granger**  
**Animatrice-coordinatrice seniors**  
**Mairie de Wasselonne**  
**Contact : [seniors@wasselonne.net](mailto:seniors@wasselonne.net)**  
**Téléphone : 03.88.59.12.12**

