

Sommaire

INTRODUCTION.....6

1

SUCRER AVEC DU SIROP D'AGAVE

- > Crème glacée vanille-fraise au fromage blanc..... 15
- > Gâteau au yaourt... et ses variantes..... 17
- > Fondant au chocolat
et son sirop de menthe douce..... 18
- > Sorbet aux framboises..... 20
- > Muffins au citron..... 21
- > Cake aux framboises et chocolat noir..... 23
- > Moelleux aux amandes et fruits rouges..... 24
- > Petits flans végétaux au caramel d'agave..... 26
- > Confiture au sirop d'agave..... 29
- > Petits babas au rhum..... 31
- > Gâteau roulé au fromage frais
et framboises..... 32

2

SUCRER AVEC DU MIEL

- > Pain d'épices pur miel et pur seigle..... 37
- > Gâteau marbré aux éclats de noisettes..... 38
- > Crème de marrons vanillée..... 40
- > Clafoutis au miel et aux fruits d'été..... 41
- > Poires pochées au rooibos et à l'hibiscus..... 42
- > Crème au lait de noisette, miel et chocolat..... 43

3

SUCRER AVEC DU SIROP D'ÉRABLE

- > Gâteau fondant aux noix..... 47
- > Crème glacée vanille
et noix de macadamia..... 49
- > Savarin aux poires..... 51

4

SUCRER AVEC DU SUCRE DE CANNE COMPLET : MUSCOVADO, RAPADURA ET MÉLASSE

- > Spéculoos au muscovado..... 55
- > Crème renversée au lait d'amande..... 56
- > Chaud-froid de sorbet poire au crumble cacao..... 57
- > Tartelettes cannelle-orange..... 58
- > Tatin rustique au « caramel » de muscovado..... 60
- > Brioche roulée à la mélasse et au rhum..... 63

5

SUCRER AVEC DU SUCRE DE FLEUR DE COCO

- > Petits sablés croustillants aux noisettes..... 67
- > Tarte Tatin aux bananes flambées et caramel de coco..... 69
- > Cookies orange et chocolat..... 70
- > Cheese-cake à la fraise..... 72
- > Crumble aux pommes, noix et myrtilles sauvages..... 75
- > Crème caramel-coco à la fleur de thym..... 76

6

SUCRER AVEC DU SUCRE DE BOULEAU

- > Tiramisu de *fragola*..... 81
- > Biscuits à la cuillère..... 82
- > Petits sablés de Noël au parfum d'agrumes et de cannelle..... 85
- > Tarte au citron meringuée..... 86
- > Petits choux à la crème café-noisette..... 88
- > Bûche légère et crémeuse..... 91

7

SUCRER AVEC DE LA STÉVIA

- > Yaourts maison à la vanille..... 95
- > Crème dessert au citron..... 96
- > Confiture de reines-claudes..... 97
- > Mousse au chocolat noir et parfum d'orange douce..... 98
- > Crème glacée menthe et éclats de chocolat..... 100
- > Salade de fruits d'été..... 102
- > Mousse au citron..... 103

8

SUCRER AVEC DES FRUITS FRAIS, SÉCHÉS, OU CONCENTRÉS

- > Confiture d'abricots secs au jus d'orange..... 107
- > Cake aux fruits séchés..... 109
- > Pommes confites au crumble léger amande-cannelle..... 110
- > Mi-cuit aux pruneaux et au chocolat..... 112
- > Crème dessert à la poire et à l'amande..... 113
- > Fondant figues-chocolat..... 114
- > Gaspacho de fraise et de pêche blanche..... 115
- > Tian de fruits d'été à l'huile d'olive vanillée..... 116
- > Petites brioches fourrées au Vrai Sirop de Liège®..... 118