

## ASTUCE #15

### > Privilégiez les emballages en verre



#### Les emballages en verre ont plusieurs avantages :

- > ils se recyclent à l'infini
- > ils sont plus adaptés à la conservation des aliments
- > ils peuvent être consignés dans le but d'être lavés et réutilisés plutôt que recyclés

Que ce soit via le recyclage, et encore plus via la réutilisation, les emballages en verre sont plus économes financièrement et en matières premières. **Privilégier les contenants en verre est donc un engagement dans la lutte contre le gaspillage des ressources et la réduction des déchets.**

Malheureusement, grand nombre d'emballages sont en plastique, mais il faut savoir que certains produits ont leurs équivalents dans des emballages en verre :

- |                           |               |
|---------------------------|---------------|
| ✓ Les yaourts et desserts | ✓ Le paté     |
| ✓ Les jus de fruits       | ✓ L'huile     |
| ✓ Les olives              | ✓ Le vinaigre |
| ✓ Quelques fromages       | ✓ Le sirop... |

Comme pour beaucoup de chose, **c'est au consommateur de faire un choix par son acte d'achat.**

En ce qui concerne la consigne et la réutilisation, cette pratique bien qu'en développement ses dernières années, est encore rare.

Dans l'idée que **"recycler c'est bien, zéro déchet, c'est encore mieux"** et que **les produits « fait maison » sont meilleurs pour la santé**, voici 1 recette de crèmes au chocolat.

### *Crème au chocolat façon grand-mère*

POUR 6 pots  
préparation : 15 mn  
cuisson : 25 mn au bain marie au four

120 g de chocolat pâtissier	2 jaunes d'œufs
30g de beurre	30 g de sucre glace
35 cl de crème liquide	20 g de cacao amer en poudre

\* Couper le beurre en petit morceaux et faites le ramollir dans un bol à température ambiante.

\* Couper le chocolat en morceaux et le faire fondre au bain marie.

\* Faire chauffer la moitié de la crème. La verser sur le chocolat puis ajouter le beurre.

\* Dans un autre récipient, mélanger les jaunes d'œufs, le sucre et le cacao. Mélanger avec la préparation au chocolat puis avec le reste de crème liquide.

\* Répartir dans 6 petits pots. Mettre les petits pots dans un plat allant au four, rempli d'eau au maximum et faire cuire au bain marie 20 / 25 mn à 150°.





Pour ne pas gaspiller les blancs d'œufs : 2 solutions

- > Les mettre au congélateur et faire des meringues quand il y en a assez
- > Faire un gâteau qui ne nécessite pas de jaunes d'œufs, comme le financier par exemple

## *Financier aux amandes ou au chocolat*

pour 4/5 personnes  
préparation : 15 mn  
cuisson : 15 mn au four

ingrédients :  
25 g de poudre d'amande  
ou de chocolat en poudre  
75 g de sucre en poudre  
2 blancs d'œufs  
25 g de farine  
70 g de beurre

\* Mélanger les amandes en poudre ou le chocolat en poudre, le sucre et la farine. Ajoutez les blancs d'œuf, puis, à l'aide d'un batteur électrique, battez pendant 1 minute à vitesse lente.

\* Faire chauffer le beurre jusqu'à ce qu'il se colore puis mélanger le à la

\* Verser la préparation dans des moules individuels ou un moule classique, enfourner et laisser cuire 15 mn.

