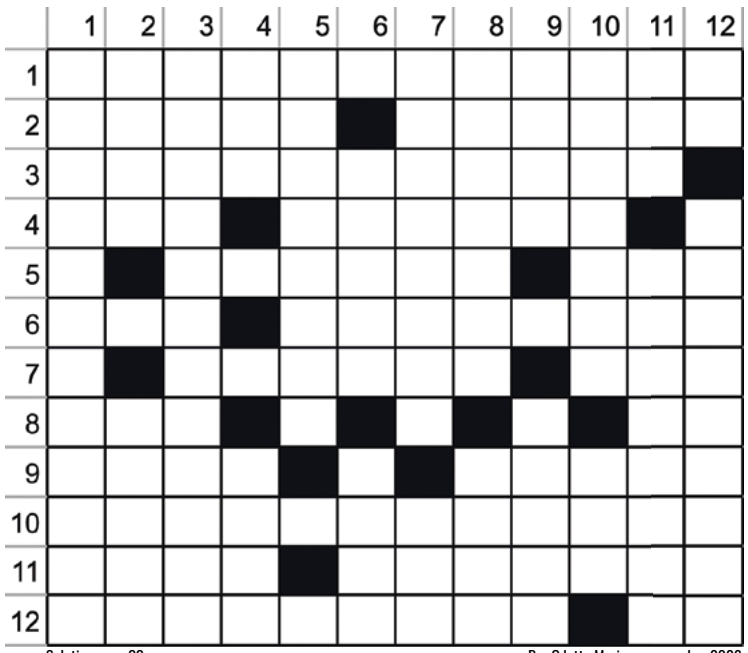
MOTS CROISÉS

Odette Morin



Solution page 33

Par Odette Morin — novembre 2026

HORIZONTAL

1 - Partie de la zoologie.

2 - Chante comme un tyrolien- Bruit de chat.

3 - Ressemblances.

4 - Plus à l'est qu'au sud- Se trouvent dans une embarcation.

5 - Refusé-Au Nigéria.

6 - Associé- L'eau de leurs fleurs sert en pâtisserie.

7 - Propagent- Tamis.

8 - Estuaire profond- Pascal.

9 - Signifie contre-Variété de corindon.

10 - Conformes au bon sens.

11 - Le plus jeune des dieux- Secouée à table.

12 -Tortueuses- Infinitif.

VERTICAL

1 - Ont des qualités hors du commun.

2 - Ont leur Vallée en Égypte- Lac de Finlande.

3 - Transformation d'une information en binaire.

4 - Rivière de Chine- Qui provient.

5 - Communications à distance.

6 - Fils de Dédale- D'une locution signifiant inconsciemment.

7 - Bruants d'Europe- Numéro d'assurance sociale.

8 - Ratent- Échassier.

9 -Mouvement à la surface de l'eau- Endurés.

10 -Polies- Céréale.

11 - Île de Grèce- Elle vend du tissu.

12 - Préposition- Palindrome.

Par Odette Morin

À la recherche du mot P E R D U

Solution page 33

Placez, dans la grille, la première lettre de la réponse de chaque énigme. Vous obtiendrez ainsi le mot ou le nom recherché.

1 – On le passe dans le chas.

2 – Deuxième doigt de la main.

3 – Oiseau échassier ou appareil de levage.

4 – Recueil de cartes géographiques.

5 – Langue slave parlée à Moscou.

6 – On peut voir la grande dans le ciel de nuit.

Mot recherché : Quotidien français.

1 2 3 4 5 6

1 – Sa couche a un trou.

2 – Mot qui dans une phrase exprime l'action.

3 – L'arme d'Éros.

4 – Un malade créé par Molière.

5 – Petit, c'est un dictionnaire.

6 – Celle de Damoclès est menaçante.

Mot recherché : Point de départ d'un minuscule œuf.

1 2 3 4 5 6

Odette Morin odemorin@journaldescitoyens.ca

Pour le plaisir... du palais

Burgers végétariens

Recettes d'Odette

De bonnes raisons de manger moins de viande, il y en a plusieurs! Je n'en ferai pas l'énumération ici, je veux juste partager avec vous le fruit de mes expériences. Une petite recette simple qui n'a rien à envier à la viande. On peut être d'accord ou pas avec l'idée de vouloir à tout prix imiter la viande pour mieux faire passer l'idée du végétarisme. Mais si cela peut encourager ceux qui ne sont pas aussi convaincus que vous, le jeu en vaut la chandelle. Voici une recette de burgers vraiment hot puisqu'ils ressemblent beaucoup aux burgers habituels. Elle m'a valu la note de 11 sur 10 de la part de ma fille, qui peut parfois être une critique culinaire impitoyable! Vous aurez assez de mélange pour faire 4 gros burgers ou au moins une douzaine de petites boulettes ou croquettes que vous pouvez servir dans des pains pitas avec une sauce au yogourt, au citron et aux herbes ou une sauce tzatziki, de la chiffonnade de laitue, des oignons, tomates et concombres, etc. Elles peuvent aussi être servies avec des pâtes, de la sauce tomate et du fromage râpé.

Burgers (ou boulettes) végés

Pour en faire des burgers « végans », remplacer l'œuf (qui sert de liant) par un mélange de 2 cuil. à soupe de farine et de 2 cuil. à soupe d'eau. On peut aussi y ajouter des légumes râpés, soit environ 1 tasse (betteraves, carottes, courgettes, etc.).

INGRÉDIENTS

- Pois chiches cuits et égouttés, 1 tasse
- Graines de tournesol moulues, ¾ de tasse
- Chapelure Panko (ou maison), ½ tasse
- Levure alimentaire* en flocons (Red Star), ½ tasse
- Œuf, 1 ou 2 cuil. à soupe de farine délayée dans 2 cuil. à soupe d'eau
- Oignon râpé, 1 ou 2 cuil. à soupe
- Ail, 2 gousses râpées
- Poivre ou flocons de piments
- Miso blanc (blond), 10 ml (2 cuil. à thé) (facultatif)
- Mélange d'épices au choix (cajun, garam masala, cari), 1 cuil. à thé
- Sauce soya japonaise (Kikkoman), 1 cuil. à soupe ou moins si vous avez mis du miso
- Huile pour friture
- Chapelure pour enrober les burgers, environ ½ tasse (facultative)

*Excellente sur le popcorn! Elle est riche en protéines, en vitamines B 12 et en acide folique, un atout majeur pour tout régime végétarien qui se respecte.

PRÉPARATION

Dans un bol, mettez tous les ingrédients secs : graines de tournesol (moulues), chapelure, levure alimentaire, mélange d'épices. Dans un bol creux, mettez les pois chiches rincés et égouttés, l'œuf ou le mélange farine/eau, l'oignon, l'ail, le miso et la sauce soya et mélangez à l'aide d'un pied-mélangeur (ou d'un pilon). Ajoutez les ingrédients secs (les légumes râpés s'il y a lieu) et mélangez le tout à la main. Divisez le mélange en quatre parties et façonnez des burgers. Pour qu'ils soient plus croustillants, passez-les dans la chapelure avant de les mettre dans une assiette en attente. Faites chauffer assez d'huile (environ 3 cuil. à soupe) sur un feu un peu plus chaud qu'un feu moyen et cuisez les burgers au moins 1 minute de chaque côté. Égouttez-les sur un papier absorbant et servez.

Bon appétit!



Photo : canva.com

Benoit Guérin bguerin@journaldescitoyens.ca



Carte postale originale de l'auteur