

# INSTRUCTIONS AND RECIPES

## FOR YOUR KITCHENAID STAND MIXER

Techniques for peak  
performance: The  
use and care of your  
KitchenAid®  
Tilt Head Mixer



**FOR THE WAY IT'S MADE.®**

## TABLE DES MATIÈRES

Preuve d'achat et enregistrement du produit .....	20
Sécurité du batteur sur socle .....	21
Consignes de sécurité importantes.....	21
Contraintes électriques .....	22
Garantie du batteur sur socle KitchenAid®.....	23
Garantie de satisfaction totale et de remplacement - 50 États des États-Unis, district fédéral de Columbia .....	24
Garantie de satisfaction totale et de remplacement - Canada.....	24
Comment obtenir une réparation sous garantie à Puerto Rico .....	25
Comment obtenir une réparation hors garantie – tous les territoires .....	25
Comment obtenir une réparation en dehors de ces territoires.....	25
Comment commander des accessoires et des pièces de rechange.....	26
Dépannage.....	27
Caractéristiques du batteur sur socle à tête inclinable.....	28
Assemblage du batteur sur socle à tête inclinable.....	29
Utilisation de l'écran verseur .....	31
Utilisation des accessoires KitchenAid® .....	32
Durée de mélange .....	32
Utilisation du batteur sur socle à tête inclinable .....	33
Entretien et nettoyage.....	33
Jeu entre le batteur et le bol.....	34
Guide de réglage de la vitesse.....	35
Conseils de mélange .....	36
Blancs d'œufs .....	37
Crème fouettée.....	37
Accessoires.....	38
Directives Générales .....	39
Hors-d'œuvre et entrées .....	88
Pains à levure et pains éclair .....	92
Gâteaux et glaçages .....	101
Tartes et desserts .....	106
Biscuits, barres et bonbons.....	110
Index des recettes.....	143

## PREUVE D'ACHAT ET ENREGISTREMENT DU PRODUIT

Veillez conserver une copie du coupon de caisse indiquant la date d'achat de votre batteur sur socle. La preuve d'achat vous assure du service d'après-vente sous garantie.

Avant d'utiliser votre batteur sur socle, veuillez remplir et poster la carte d'enregistrement du produit accompagnant l'appareil.

Grâce à cette carte, nous pourrons vous appeler dans l'éventualité improbable d'un avis de sécurité et nous conformer plus facilement aux dispositions de la loi sur la sécurité des produits de consommation. Cette carte ne confirme pas votre garantie.

Veillez remplir ce qui suit pour vos dossiers personnels :

Numéro de modèle \_\_\_\_\_

Numéro de série \_\_\_\_\_

Date d'achat \_\_\_\_\_

Nom du marchand et adresse \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## SÉCURITÉ DU BATTEUR SUR SOCLE

### **Votre sécurité et celle des autres est très importante.**

Nous donnons de nombreux messages de sécurité importants dans ce manuel et sur votre appareil ménager. Assurez-vous de toujours lire tous les messages de sécurité et de vous y conformer.



Voici le symbole d'alerte de sécurité.

Ce symbole d'alerte de sécurité vous signale les dangers potentiels de décès et de blessures graves à vous et à d'autres.

Tous les messages de sécurité suivront le symbole d'alerte de sécurité et le mot "DANGER" ou "AVERTISSEMENT". Ces mots signifient :



**Risque possible de décès ou de blessure grave si vous ne suivez pas immédiatement les instructions.**



**Risque possible de décès ou de blessure grave si vous ne suivez pas les instructions.**

Tous les messages de sécurité vous diront quel est le danger potentiel et vous disent comment réduire le risque de blessure et ce qui peut se produire en cas de non-respect des instructions.

## CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

Lors de l'utilisation d'appareils électriques, des précautions élémentaires de sécurité devraient toujours être observées, incluant les suivantes :

1. Lisez toutes les instructions.
2. Pour éviter tout risque d'électrocution, ne mettez pas le batteur sur socle dans l'eau ni dans tout autre liquide.
3. Il est indispensable d'exercer une surveillance étroite lors de l'emploi à proximité d'enfants de cet appareil ou de tout autre appareil électroménager.
4. Débranchez le batteur sur socle lorsque vous ne l'utilisez pas, avant d'y ajouter des pièces ou d'en enlever et avant de le nettoyer.
5. Évitez tout contact avec les pièces en mouvement. Tenez les mains, cheveux, vêtements ainsi que les spatules et autres ustensiles à l'écart du batteur lorsqu'il fonctionne afin de réduire le risque de blessures ou de détériorations du batteur.
6. N'utilisez pas le batteur sur socle si le cordon ou la fiche est endommagé(e), si l'appareil présente un défaut de fonctionnement, s'il est tombé ou s'il a été endommagé de quelque manière que ce soit. Retournez l'appareil au centre de réparation autorisé le plus proche pour le faire inspecter ou réparer, ou pour effectuer un réglage électrique ou mécanique. Pour de plus amples renseignements, téléphonez au Centre de satisfaction de la clientèle de KitchenAid, au numéro 1 800 541 6390 (1 800 807 6777 au Canada).

Suite à la page suivante

7. L'utilisation d'accessoires non recommandés ou non vendus par KitchenAid peut causer un incendie, une électrocution ou des blessures.
8. N'utilisez pas le batteur sur socle à l'extérieur.
9. Ne laissez pas le cordon prendre du bord de la table ou du comptoir.
10. Enlevez le batteur plat, le fouet à fil ou le crochet pétrisseur avant de laver le batteur sur socle.
11. Ce produit est conçu pour un usage domestique seulement.

## CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS

### CONTRAINTES ÉLECTRIQUES


Tension : 120 volts c.a.

Fréquence : 60 Hz

La puissance nominale du batteur sur socle est imprimée sur une étiquette se trouvant sous le socle. Elle apparaît également sur la bande de garnissage.

Si le cordon fourni est trop court, demandez à un électricien ou à un technicien compétent d'installer une prise de courant près de l'appareil.

**⚠ AVERTISSEMENT**



**Risque de choc électrique**

**Brancher sur une prise à 3 alvéoles reliée à la terre.**

**Ne pas enlever la broche de liaison à la terre.**

**Ne pas utiliser un adaptateur.**

**Ne pas utiliser un câble de rallonge.**

**Le non-respect de ces instructions peut causer un décès, un incendie ou un choc électrique.**

## GARANTIE DU BATTEUR SUR SOCLE KITCHENAID®

Durée de la garantie :	KitchenAid prendra en charge :	KitchenAid ne prendra pas en charge :
<p><b>50 États des États-Unis, le district fédéral de Columbia, le Canada et Puerto Rico :</b> Garantie limitée d'un an à compter de la date d'achat.</p>	<p><b>50 États des États-Unis, district fédéral de Columbia et Canada :</b> Garantie de remplacement d'un an sans difficulté de votre batteur sur socle. Consultez la page suivante pour obtenir des détails sur la façon de remplacer le batteur sur socle.</p> <p>OU</p> <p><b>À Puerto Rico :</b> Les coûts des pièces de rechange et de main-d'œuvre pour corriger les défauts de matériaux et de main-d'œuvre. Le service après-vente doit être assuré par un centre de réparation autorisé KitchenAid. Pour obtenir une réparation, suivez les directives de la page 25.</p>	<p>A. Les réparations découlant de l'utilisation du batteur sur socle dans un contexte autre qu'un foyer unifamilial normal.</p> <p>B. Les dommages attribuables aux causes suivantes : un accident, une modification, la mauvaise utilisation, un emploi abusif ou une utilisation non approuvée par KitchenAid.</p> <p>C. Les coûts des pièces de rechange ou de main-d'œuvre pour le batteur sur socle si ce dernier est utilisé à l'extérieur du pays d'achat.</p>

**DÉSARMEUR DE GARANTIE TACITE, LIMITATION DES RECOURS** LES GARANTIES TACITES, Y COMPRIS DANS LA MESURE APPLICABLE LES GARANTIES DE QUALITÉ MARCHANDE OU D'APTITUDE À UN EMPLOI PARTICULIER, SONT EXCLUES DANS LA MESURE AUTORISÉE PAR LA LOI. TOUTE GARANTIE TACITE IMPOSÉE PAR LA LOI EST LIMITÉE À UN AN, OU LA DURÉE MINIMUM PERMISE PAR LA LOI. PUISQUE CERTAINES JURIDICTIONS NE PERMETTENT PAS L'EXCLUSION OU LA LIMITATION DE DURÉE DES GARANTIES IMPLICITES DE QUALITÉ MARCHANDE OU D'APTITUDE À UN EMPLOI PARTICULIER, LES LIMITATIONS CI-DESSUS PEUVENT DONC NE PAS S'APPLIQUER À VOUS.

SI CET APPAREIL NE FONCTIONNE PAS COMME GARANTI, LE SEUL ET EXCLUSIF RECOURS DES CLIENTS EST LA RÉPARATION OU LE REMPLACEMENT SELON LES DISPOSITIONS DE LA GARANTIE LIMITÉE. KITCHENAID ET KITCHENAID-CANADA N'ASSUMENT AUCUNE RESPONSABILITÉ EN CAS DE DOMMAGES ACCESSOIRES OU INDIRECTS. Cette garantie vous confère des droits spécifiques auxquels peuvent s'ajouter d'autres droits variant d'un État ou d'une province à l'autre.

## GARANTIE DE SATISFACTION TOTALE ET DE REMPLACEMENT - 50 ÉTATS DES ÉTATS-UNIS, DISTRICT FÉDÉRAL DE COLUMBIA

Nous sommes tellement certains que la qualité de nos produits satisfait aux normes exigeantes de KitchenAid que, si le batteur sur socle cesse de fonctionner au cours de la première année, KitchenAid livrera gratuitement un appareil identique ou comparable à votre porte et s'occupera de récupérer le batteur sur socle original. L'appareil de rechange sera aussi couvert par notre garantie limitée d'un an. Veuillez suivre ces instructions pour recevoir ce service de qualité.

Si le batteur sur socle KitchenAid® cesse de fonctionner au cours de la première année, il suffit d'appeler le numéro sans frais 1 800 541 6390 du Centre de satisfaction de la clientèle du lundi au vendredi de 8 h à 20 h (heure de l'est) ou le samedi de 10 h à 17 h. Fournissez votre adresse de livraison complète au représentant. (Pas de boîte postale).

Quand vous recevez le batteur sur socle, veuillez utiliser le carton et les matériaux d'emballage pour emballer le batteur sur socle original. Écrivez vos nom et adresse sur une feuille de papier et mettez-la dans le carton avec une copie de la preuve d'achat (reçu de caisse, facture de règlement par carte de crédit, etc.).

## GARANTIE DE SATISFACTION TOTALE ET DE REMPLACEMENT - CANADA

Nous sommes tellement certains que la qualité de nos produits satisfait aux normes exigeantes de KitchenAid que, si le batteur sur socle cesse de fonctionner au cours de la première année, KitchenAid le remplacera par un batteur sur socle identique ou comparable. L'appareil de rechange sera aussi couvert par notre garantie limitée d'un an. Veuillez suivre ces instructions pour recevoir ce service de qualité.

Si le batteur sur socle KitchenAid® cesse de fonctionner au cours de la première année, apportez-le ou retournez-le port dû à un centre de réparation KitchenAid Canada autorisé.

Écrivez votre nom et adresse complète sur une feuille de papier et mettez-la dans le carton avec une copie de la preuve d'achat (reçu de caisse, facture de règlement par carte de crédit, etc.) Le batteur sur socle sera expédié port prépayé et assuré. Si le service ne s'avère pas satisfaisant, appelez le numéro sans frais du Centre de relations avec la clientèle : 1 800 807 6777.

Ou écrivez à :  
Centre de relations avec la clientèle  
KitchenAid Canada  
1901 Minnesota Court  
Mississauga, ON L5N 3A7

## COMMENT OBTENIR UNE RÉPARATION SOUS GARANTIE À PUERTO RICO

Le batteur sur socle KitchenAid® est couvert par une garantie limitée d'un an à partir de la date d'achat. KitchenAid prendra en charge les coûts des pièces de rechange et de main-d'œuvre pour corriger les défauts de matériaux et de main-d'œuvre. Le service après-vente doit être assuré par un centre de réparation autorisé KitchenAid.

Apportez le batteur sur socle ou retournez-le port payé et assuré à un centre de réparation autorisé de KitchenAid. Le batteur sur socle réparé sera expédié port prépayé et assuré. S'il est impossible d'obtenir des réparations satisfaisantes de cette manière, appelez le numéro sans frais 1 800 541 6390 pour obtenir l'adresse d'un centre de réparation près de chez vous.

## COMMENT OBTENIR UNE RÉPARATION HORS GARANTIE – TOUS LES TERRITOIRES

Avant d'appeler pour faire réparer, consultez la section Dépannage de la page 27.

**Pour obtenir de l'information sur les réparations dans les 50 États des États-Unis, le district fédéral de Columbia et Puerto Rico,**

appelez le numéro sans frais 1 800 541 6390.

Ou écrivez à :

Centre de satisfaction de la clientèle  
KitchenAid Portable Appliances  
P.O. Box 218  
St. Joseph, MI 49085-0218

Ou contactez un centre de réparation autorisé près de chez vous.

**Pour obtenir de l'information sur les réparations au Canada,**

appelez le numéro sans frais 1 800 807 6777.

Ou écrivez à :

Centre de relations avec la clientèle  
KitchenAid Canada  
1901 Minnesota Court  
Mississauga, ON L5N 3A7

## COMMENT OBTENIR UNE RÉPARATION EN DEHORS DE CES TERRITOIRES

Demandez à votre distributeur local KitchenAid ou au détaillant où le batteur sur socle a été acheté où le faire réparer.

**Pour obtenir de l'information sur les réparations au Mexique,**

appelez le numéro sans frais 01-800-024-17-17  
(JV Distribuciones)

Ou

01-800-902-31-00  
(Industrias Birtman)



## COMMENT COMMANDER DES ACCESSOIRES ET DES PIÈCES DE RECHANGE

FRANÇAIS

**Pour commander des accessoires ou des pièces de rechange pour le batteur sur socle dans les 50 États des États-Unis, dans le district fédéral de Columbia et à Puerto-Rico,** appelez sans frais le 1 800 541 6390 du lundi au vendredi, de 8 h à 20 h (heure de l'est), le samedi de 10 h à 17 h.

Ou écrivez à :  
Centre de satisfaction de la clientèle  
KitchenAid Portable Appliances  
P.O. Box 218  
St. Joseph, MI 49085-0218

**Pour commander des accessoires ou des pièces de rechange pour le batteur sur socle au Canada,** appelez sans frais le 1 800 807 6777.

Ou écrivez à :  
Centre de relations avec la clientèle  
KitchenAid Canada  
1901 Minnesota Court  
Mississauga, ON L5N 3A7

**Pour commander des accessoires ou des pièces de rechange pour le batteur sur socle au Mexique,** appelez sans frais le 01-800-024-17-17 (JV Distribuciones)

Ou  
01-800-902-31-00  
(Industrias Birtman)

## DÉPANNAGE

**Veillez lire les directives suivantes avant de téléphoner au centre de réparation.**

1. Le batteur sur socle peut se réchauffer durant l'utilisation. Dans le cas de charges importantes et d'une durée de mélange prolongée, il est possible que vous ne puissiez pas toucher facilement le dessus du batteur. Ceci est normal.
2. Le batteur sur socle peut dégager une odeur désagréable, particulièrement s'il est neuf. Cela se produit couramment avec les moteurs électriques.
3. Si le batteur plat frappe le bol, éteignez le batteur sur socle. Consultez la section « Jeu entre le batteur et le bol », page 34.

Veillez conserver une copie du coupon de caisse indiquant la date d'achat de votre batteur. La preuve d'achat vous assure du service d'après-vente sous garantie.

**Si le batteur sur socle fonctionne mal ou pas du tout, vérifiez les points suivants :**

- Le batteur est-il branché?
- Le fusible du circuit relié au batteur sur socle est-il en état de marche? Si vous avez un disjoncteur, assurez-vous que le circuit est fermé.
- Débranchez le batteur sur socle et attendez 10 à 15 secondes, puis remettez-le en fonction. Si le batteur ne fonctionne pas, laissez-le refroidir pendant 30 minutes avant de le rebrancher.

**Si le problème ne peut pas être résolu en suivant les étapes fournies dans cette section, veuillez communiquer avec KitchenAid ou un centre de réparation autorisé :**

**États-Unis/Puerto Rico :**

1-800-541-6390,

**Canada :** 1 800 807 6777

**Mexique :** 01-800-024-17-17  
(JV Distribuciones)

Ou

01-800-902-31-00  
(Industrias Birtman)

Consultez la section Garantie et réparations des produits KitchenAid de la page 23 pour obtenir plus de détails. Ne retournez pas le batteur chez le détaillant, car celui-ci n'offre pas de service de réparation.

## CARACTÉRISTIQUES DU BATTEUR SUR SOCLE À TÊTE INCLINABLE

FRANÇAIS



**REMARQUE :** Cette photo illustre le batteur sur socle série Artisan®. Les caractéristiques de votre modèle de batteur peuvent différer légèrement.

## ASSEMBLAGE DU BATTEUR SUR SOCLE À TÊTE INCLINABLE

### **AVERTISSEMENT**



#### **Risque de choc électrique**

**Brancher sur une prise à 3 alvéoles reliée à la terre.**

**Ne pas enlever la broche de liaison à la terre.**

**Ne pas utiliser un adaptateur.**

**Ne pas utiliser un câble de rallonge.**

**Le non-respect de ces instructions peut causer un décès, un incendie ou un choc électrique.**



#### **Pour fixer le bol**

1. Tournez le levier de réglage de la vitesse à la position OFF (ARRÊT).
2. Débranchez le batteur sur socle ou coupez le courant.
3. Faites basculer la culasse de moteur.
4. Placez le bol sur la plaque de serrage du bol.
5. Tournez doucement le bol dans le sens des aiguilles d'une montre.
6. Branchez sur une prise à 3 alvéoles reliée à la terre.

#### **Pour retirer le bol**

1. Tournez le levier de réglage de la vitesse à la position OFF (ARRÊT).
2. Débranchez le batteur sur socle ou coupez le courant.
3. Faites basculer la culasse de moteur.
4. Tournez le bol dans le sens contraire des aiguilles d'une montre.



#### **Pour fixer le batteur plat, le fouet à fil ou le crochet pétrisseur**

1. Tournez le levier de réglage de la vitesse à la position OFF (ARRÊT).
2. Débranchez le batteur sur socle ou coupez le courant.
3. Faites basculer la culasse de moteur.
4. Faites glisser le fouet sur l'arbre du batteur et enfoncez-le le plus loin possible en poussant vers le haut.
5. Accrochez le fouet sur l'ergot situé sur l'arbre. Pour ce faire, tournez le fouet à droite.
6. Branchez sur une prise à 3 alvéoles reliée à la terre.

#### **Pour enlever le batteur plat, le fouet à fil ou le crochet pétrisseur**

1. Tournez le levier de réglage de la vitesse à la position OFF (ARRÊT).
2. Débranchez le batteur sur socle ou coupez le courant.
3. Faites basculer la culasse de moteur.
4. Poussez le fouet vers le haut, le plus loin possible, puis tournez-le vers la gauche.
5. Retirez le fouet de l'arbre.

Suite à la page suivante

## ASSEMBLAGE DU BATTEUR SUR SOCLE À TÊTE INCLINABLE

### Guide de réglage de la vitesse

Le levier de réglage de la vitesse doit toujours être au plus bas pour le démarrage, puis augmenté progressivement à la vitesse supérieure recherchée afin d'éviter les éclaboussures des ingrédients hors du bol. Reportez-vous à la page 35 pour consulter le Guide de réglage de la vitesse.

### Réglage de la vitesse



### Pour verrouiller la culasse du moteur

1. Assurez-vous que la culasse du moteur est complètement abaissée.
2. Mettez le levier de verrouillage à la position LOCK (VERROUILLER).
3. Avant d'utiliser le batteur, vérifiez le verrouillage en essayant de soulever la culasse.

**Lock**  
(Déverrouiller)

**Unlock**  
(Verrouiller)



### Pour déverrouiller la culasse du moteur

1. Mettez le levier de verrouillage à la position UNLOCK (DÉVERROUILLER).

**REMARQUE :** La culasse de moteur doit toujours être verrouillée lorsque vous utilisez le batteur.

## UTILISATION DE L'ÉCRAN VERSEUR\*

### Pour fixer l'écran verseur

1. Tournez le levier de réglage de la vitesse à la position OFF (ARRÊT).
2. Débranchez le batteur sur socle ou coupez le courant.
3. Fixez le fouet plat, le crochet pétrisseur ou le fouet à fil et le bol (reportez-vous à la page 29).
4. De l'avant du batteur, faites glisser l'écran verseur sur le bol jusqu'à ce que l'écran soit centré. Le rebord inférieur de l'écran doit s'ajuster dans le bol.

### Pour enlever l'écran verseur

1. Tournez le levier de réglage de la vitesse à la position OFF (ARRÊT).
2. Débranchez le batteur sur socle ou coupez le courant.
3. Soulevez l'avant de l'écran verseur du rebord du bol et tirez vers l'avant.
4. Enlevez l'accessoire et le bol.



### Pour utiliser l'écran verseur

1. Pour de meilleurs résultats, tournez l'écran de manière à ce que la culasse de moteur couvre l'espace en « U » dans l'écran. La goulotte se trouve directement à droite de la prise d'accessoires quand vous vous trouvez face au batteur.
2. Versez les ingrédients dans le bol par la goulotte.

\* Si l'écran verseur est inclus.

## UTILISATION DES ACCESSOIRES KITCHENAID®



### Batteur plat pour préparations standard à épaisses :

gâteaux	biscotins
glaçages à la crème	pains éclairs
bonbons	pains de viande
biscuits	pommes de terre en purée
pâte à tarte	



### Fouet à fil pour les préparations dans lesquelles il faut incorporer de l'air :

œufs	gâteaux éponges
blancs d'œufs	gâteaux des anges
crème épaisse	mayonnaise
glaçages bouillis	certaines bonbons



### Crochet pétrisseur pour mélanger et pétrir des pâtes à levure :

pains	brioches
petits pains mollets	petits pains au lait

## DURÉE DE MÉLANGE

Le batteur sur socle KitchenAid® mélange plus rapidement et de manière plus homogène que la plupart des autres batteurs électriques. Par conséquent, la durée de mélange indiquée dans la plupart des recettes traditionnelles ou ne provenant pas d'un emballage doit être modifiée pour éviter un fouettage excessif. Par exemple, dans le cas des gâteaux, la durée de fouettage peut être 2 fois plus courte que celle requise pour les autres batteurs.

## UTILISATION DU BATTEUR SUR SOCLE À TÊTE INCLINABLE

### **AVERTISSEMENT**

#### **Risque de blessure**

**Débrancher le batteur  
avant de toucher aux  
fouets.**

**Le non-respect de cette  
instructions peut entraîner  
des fractures d'os, des  
coupures ou des bleus.**

**REMARQUE :** Ne raclez pas le bol lorsque le batteur sur socle fonctionne.

Le bol et le batteur sont conçus pour assurer une homogénéité du mélange sans raclage fréquent. Habituellement, il suffit de raclez le bol une ou deux fois durant le mélange. Éteignez le batteur avant de raclez les parois.

Le batteur sur socle peut se réchauffer durant l'utilisation. Dans le cas de charges importantes et d'une durée de mélange prolongée, il est possible que vous ne puissiez pas toucher facilement le dessus du batteur. Ceci est normal.

## ENTRETIEN ET NETTOYAGE

Le bol, le batteur plat blanc et le crochet pétrisseur blanc peuvent se laver dans un lave-vaisselle automatique. Ou, nettoyez-les bien dans de l'eau chaude savonneuse et rincez bien avant d'assécher. Le fouet à fil, le crochet pétrisseur brun et le batteur plat brun devraient être lavés à la main et asséchés immédiatement. Ne lavez pas le fouet à fil, le crochet pétrisseur brun et le batteur plat brun dans un lave-vaisselle. Ne rangez pas les batteurs sur la broche.

**REMARQUE :** Assurez-vous toujours de débrancher le batteur sur socle avant de le nettoyer. Essuyez le batteur sur socle à l'aide d'un chiffon doux et humide. N'utilisez pas de produits nettoyants à usage domestique ou commercial. N'immergez pas l'appareil dans l'eau. Essuyez fréquemment l'arbre du batteur pour enlever tout résidu pouvant s'accumuler.



## JEU ENTRE LE BATTEUR ET LE BOL

Votre batteur sur socle est réglé en usine de manière à ce que le jeu entre le batteur plat et le fond du bol soit minimal. Si pour quelque raison que ce soit le batteur plat heurte le fond du bol ou que l'espace entre le fouet et le fond du bol est trop important, le jeu peut être corrigé de la façon suivante :

1. Tournez le levier de réglage de la vitesse à la position OFF (ARRÊT).
2. Débranchez le batteur sur socle ou coupez le courant.
3. Faites basculer la culasse de moteur.
4. Tournez LÉGÈREMENT la vis (A) dans le sens contraire des aiguilles d'une montre (gauche) pour monter le batteur plat ou dans le sens des aiguilles d'une montre (droite) pour le baisser.
5. Réglez le batteur plat de façon à dégager tout juste la surface du bol. Si vous réglez excessivement la vis, vous ne serez pas en mesure de verrouiller la culasse du moteur en position basse.

**REMARQUE :** Réglé adéquatement, le batteur plat ne heurtera pas le fond ni les parois du bol. Si le batteur plat ou le fouet à fil est mal réglé et qu'il heurte le fond du bol, le revêtement du batteur plat peut disparaître ou les fils du batteur peuvent s'user.



A

## GUIDE DE RÉGLAGE DE LA VITESSE

VITESSE	UTILISEZ POUR	DESCRIPTION
Stir	<b>BRASSAGE</b>	Pour brasser lentement, combiner, purer, lancer toutes les procédures de mélange. Utilisez cette vitesse pour ajouter de la farine et des ingrédients secs à une pâte, ajouter des liquides à des ingrédients secs, et mélanger des préparations épaisses. Utilisez avec l'accessoire sorbetière.
2	<b>MÉLANGE LENT</b>	Pour mélanger lentement, purer et brasser rapidement. Utilisez cette vitesse pour mélanger les pâtes épaisses et les bonbons, commencer à réduire les pommes de terre et autres légumes en purée, incorporer les matières grasses dans la farine, mélanger les pâtes claires ou qui éclaboussent, et mélanger et pétrir la pâte à levure. Utilisez avec l'ouvre-boîte.
4	<b>MÉLANGE, BATTAGE</b>	Pour mélanger les pâtes semi-épaisses comme celle des biscuits. Utilisez cette vitesse pour travailler le sucre et les matières grasses et ajouter le sucre aux blancs d'œuf pour les meringues. Vitesse moyenne pour les mélanges à gâteaux. Utilisez avec les accessoires suivants : le hachoir, trancheuse/râpeuse à rotor, et presse fruits/légumes.
6	<b>BATTAGE, CRÉMAGE</b>	Pour un battage à vitesse moyenne élevée (crémage) ou le fouettage. Utilisez pour finir les mélanges à gâteaux, la pâte à beignets et autres pâtes. Vitesse moyenne pour les mélanges à gâteaux. Utilisez avec le presse-agrumes.
8	<b>BATTAGE RAPIDE, FOUETTAGE</b>	Pour fouetter la crème, les blancs d'œufs, et les glaçages bouillis.
10	<b>FOUETTAGE RAPIDE</b>	Pour fouetter de petites quantités de crème ou de blancs d'œufs. Utilisez avec la machine à pâtes et le moulin à grains.

**REMARQUE :** La vitesse élevée ne sera pas maintenue dans le cas de charges importantes comme c'est le cas lorsque l'accessoire machine à pâtes ou le moulin à grains est utilisé. Ceci est normal.

**REMARQUE :** Le levier de réglage de la vitesse peut être réglé entre les vitesses indiquées dans le tableau ci-dessus pour obtenir les vitesses 3, 5, 7 et 9 si un réglage plus précis est nécessaire.

Utilisez la vitesse 2 pour préparer la pâte à levure - utiliser toute autre vitesse pourrait endommager le batteur.

## CONSEILS DE MÉLANGE

### Adaptez votre recette au batteur

Les directives de mélange pour les recettes figurant dans ce manuel peuvent vous guider dans l'adaptation de vos recettes favorites pour la préparation au batteur sur socle KitchenAid®. Cherchez des recettes similaires aux vôtres, puis adaptez-les pour suivre les méthodes mentionnées dans les recettes similaires de KitchenAid.

Par exemple, la méthode « mélange rapide » (quelquefois appelée méthode « versage ») convient parfaitement pour les gâteaux simples comme le gâteau jaune rapide et le gâteau blanc facile dont les recettes figurent dans le présent manuel. Cette méthode demande de travailler les aliments secs avec tous ou presque tous les ingrédients liquides en une étape.

Les gâteaux plus élaborés, comme les tourtes, doivent être préparés à l'aide de la méthode de mélange traditionnelle. Cette méthode vous permet de bien mélanger (crémer) le sucre et la matière grasse, le beurre ou la margarine, avant l'ajout d'autres ingrédients.

Pour tous les gâteaux, la durée de mélange peut différer parce que le batteur sur socle KitchenAid® travaille plus rapidement que les autres. En général, le mélange d'une pâte à gâteau avec le batteur sur socle KitchenAid® prendra deux fois moins de temps que la durée indiquée dans la plupart des recettes à gâteau traditionnelle ou ne provenant pas d'un emballage.

Pour trouver la durée de mélange idéale, observez la pâte ou la préparation et mélangez seulement jusqu'à obtenir l'apparence recherchée décrite dans votre recette, par exemple une apparence « lisse et crémeuse ».

Pour sélectionner la vitesse de mélange idéale, utilisez le Guide de réglage de la vitesse à la page 35.

### Ajout des ingrédients

Ajoutez toujours les ingrédients aussi près que possible des parois du bol et non directement dans la zone du fouet en mouvement. Vous pouvez utiliser l'écran verseur pour simplifier l'ajout des ingrédients.

**REMARQUE :** Si les ingrédients qui se trouvent dans le fond du bol ne sont pas bien mélangés, cela signifie que le fouet n'est pas suffisamment près du fond du bol. Consultez la section « Jeu entre le batteur et le bol » à la page 34.

### Mélanges à gâteaux

Lorsque vous préparez des mélanges à gâteaux du commerce, utilisez la 2e vitesse comme basse vitesse, la 4e vitesse comme vitesse moyenne et la 6e vitesse comme vitesse élevée. Pour obtenir de meilleurs résultats, mélangez la pâte selon le temps indiqué sur l'emballage.

### Ajout de noix, de raisins ou de fruits confits

Suivez chaque recette pour connaître les directives sur l'ajout de ces ingrédients. En général, les matières solides doivent être incorporées au cours des dernières secondes de mélange à la vitesse d'agitation. La pâte doit être suffisamment épaisse pour que les fruits ou les noix ne tombent pas au fond du moule durant la cuisson. Les fruits collants doivent être saupoudrés de farine afin qu'ils soient mieux répartis dans la pâte.

### Mélanges liquides

Les mélanges renfermant de grandes quantités d'ingrédients liquides doivent être mélangés à basse vitesse pour éviter les éclaboussures. Augmentez la vitesse seulement lorsque le mélange a épaissi.

## BLANCS D'ŒUFS

Placez les blancs d'œufs à température ambiante dans un bol sec et propre. Fixez le bol et le fouet à fil. Pour éviter les éclaboussures, tournez graduellement le levier à la vitesse désignée et fouettez jusqu'à obtenir l'effet désiré. Consultez le tableau ci-dessous.

### QUANTITÉ

1 blanc d'œuf ... GRADUELLEMENT  
à 10

2+ blancs d'œufs ... GRADUELLEMENT  
et plus à 8

### Étapes de fouettage

Les blancs d'œufs sont fouettés rapidement grâce au batteur sur socle KitchenAid®. Soyez très attentif pour éviter tout fouettage excessif. La liste suivante vous indique à quoi vous attendre.

### Mousseux

Grosses bulles d'air inégales.

### Commence à garder sa forme

Les bulles d'air sont petites et compactes; le produit est blanc.

### VITESSE

### Pic souple

Les pics tombent lorsque le fouet est enlevé.

### Presque ferme

Des pics bien nets se forment lorsque le fouet est enlevé, mais les blancs d'œufs sont souples.

### Ferme sans être sec

Des pics fermes et nets se forment lorsque le fouet est enlevé. Les blancs d'œufs présentent une couleur et une brillance uniforme.

### Ferme et sec

Des pics fermes et nets se forment lorsque le fouet est enlevé. Les blancs d'œufs présentent une apparence tachetée et matte.

## CRÈME FOUETTÉE

Versez la crème à fouetter froide dans un bol refroidi. Fixez le bol et le fouet à fil. Pour éviter les éclaboussures, tournez graduellement le levier à la vitesse désignée et fouettez jusqu'à obtenir l'effet désiré. Consultez le tableau ci-dessous.

### QUANTITÉ

60 ml - 175 ml ..... GRADUELLEMENT  
(1/4 - 3/4 tasse) à 10

235 ml + ..... GRADUELLEMENT  
(tasse et +) à 8

### Étapes de fouettage

Surveillez la crème de près durant le fouettage. Le batteur sur socle KitchenAid® fouette si rapidement que seules quelques secondes séparent les étapes de fouettage. Regardez si les caractéristiques suivantes sont présentes :

### VITESSE

### Commence à épaissir

La crème est épaisse et ressemble à une crème anglaise.

### Garde sa forme

La crème forme des pics souples lorsque le fouet est enlevé. Dans le cas des desserts et des sauces, la crème peut être incorporée à d'autres ingrédients.

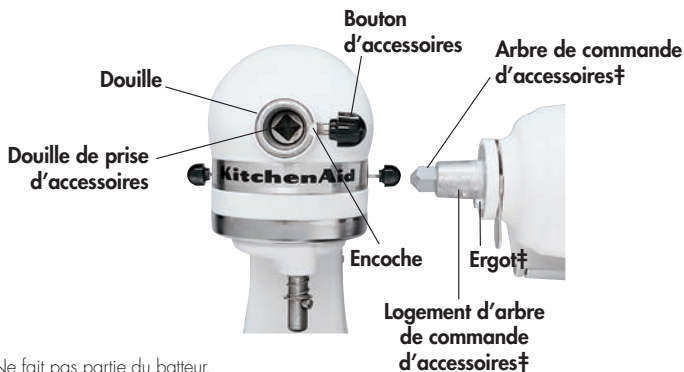
### Ferme

La crème présente des pics fermes et nets lorsque le fouet à fil est enlevé. Utilisez la crème pour napper des gâteaux ou d'autres desserts, ou pour fourrer des choux à la crème.

## ACCESSOIRES

### Renseignements généraux

Les accessoires KitchenAid® sont conçus pour assurer une longue vie utile. L'arbre de commande d'accessoires et la douille de prise d'accessoires sont carrés afin d'éliminer toute possibilité de glissement durant la transmission de puissance à l'accessoire. Les logements de la prise d'accessoires et de l'arbre sont effilés afin d'assurer un ajustement serré même après une utilisation et une usure prolongées. Les accessoires KitchenAid® ne requièrent pas aucune unité de puissance supplémentaire pour les faire fonctionner; car l'unité est intégrée.



## DIRECTIVES GÉNÉRALES

### Pour fixer

1. Tournez le levier de réglage de la vitesse à la position OFF (ARRÊT).
2. Débranchez le batteur ou coupez le courant.
3. Desserrez le bouton d'accessoires en le tournant dans le sens contraire des aiguilles d'une montre, et retirez le couvercle de prise d'accessoires ou faites-le basculer.
4. Insérez le logement d'arbre de commande d'accessoires dans la prise d'accessoires, en vous assurant que l'arbre de commande d'accessoires s'emboîte dans la douille carrée de la prise d'accessoires. Il peut être nécessaire de faire tourner l'accessoire d'avant en arrière. Si l'accessoire est bien placé, l'ergot situé sur l'accessoire s'emboîte dans l'encoche sur le rebord de la prise.
5. Serrez le bouton d'accessoires en le tournant dans le sens des aiguilles d'une montre jusqu'à ce que l'accessoire soit complètement assujéti au batteur.

### AVERTISSEMENT



#### Risque de choc électrique

**Brancher sur une prise à 3 alvéoles reliée à la terre.**

**Ne pas enlever la broche de liaison à la terre.**

**Ne pas utiliser un adaptateur.**

**Ne pas utiliser un câble de rallonge.**

**Le non-respect de ces instructions peut causer un décès, un incendie ou un choc électrique.**

6. Branchez sur une prise à 3 alvéoles reliée à la terre.

### Pour enlever

1. Tournez le levier de réglage de la vitesse à la position OFF (ARRÊT).
2. Débranchez le batteur ou coupez le courant.
3. Desserrez le bouton d'accessoires en le tournant dans le sens contraire des aiguilles d'une montre. Tournez légèrement l'accessoire d'avant en arrière au moment de le retirer.
4. Remplacez le couvercle de la prise d'accessoires. Serrez le bouton d'accessoires en le tournant dans le sens des aiguilles d'une montre.

## MUSHROOM-ONION TARTLETS

**YIELD:** 24 TARTLETS

- |   |   |
|---|---|
| <b>4 ounces light cream cheese</b>                | <b>8 ounces fresh mushrooms, coarsely chopped</b> |
| <b>3 tablespoons butter or margarine, divided</b> | <b>½ cup chopped green onions</b>                 |
| <b>¾ cup plus 1 teaspoon all-purpose flour</b>    | <b>1 egg</b>                                      |
|   | <b>¼ teaspoon dried thyme leaves</b>              |
|   | <b>½ cup shredded Swiss cheese</b>                |

Place cream cheese and 2 tablespoons butter in mixer bowl. Attach bowl and flat beater to mixer. Turn to Speed 4 and beat about 1 minute. Stop and scrape bowl. Add ¾ cup flour. Turn to Speed 2 and mix about 1 minute, or until well blended. Form mixture into ball. Wrap in waxed paper and chill 1 hour. Clean mixer bowl and beater.

Divide chilled dough into 24 pieces. Press each piece into miniature muffin cup (greased, if desired).

Meanwhile, melt remaining 1 tablespoon butter in 10-inch skillet over medium heat. Add mushrooms and onions. Cook and stir until tender. Remove from heat. Cool slightly.

Place egg, remaining 1 tablespoon flour, and thyme in mixer bowl. Attach bowl and flat beater to mixer. Turn to Speed 6 and beat about 30 seconds. Stir in cheese and cooled mushroom mixture. Spoon into pastry-lined muffin cups. Bake at 375°F for 15 to 20 minutes, or until egg mixture is puffed and golden brown. Serve warm.

**PER SERVING:** (2 TARTLETS) ABOUT 98 CAL, 4 G PRO, 8 G CARB, 6 G FAT, 33 MG CHOL, 83 MG SOD





## NUTTY CHEESEBALL

**YIELD:** 24 SERVINGS

- |  |   |
|--|---|
| <b>1 cup shredded sharp Cheddar cheese</b>     | <b>2 tablespoons chopped fresh chives</b> |
| <b>1 cup shredded Swiss cheese</b>             | <b>2 teaspoons Worcestershire sauce</b>   |
| <b>1 package (8 ounces) light cream cheese</b> | <b>¼ teaspoon paprika</b>                 |
|  | <b>½ teaspoon garlic powder</b>           |
|  | <b>¼ cup finely chopped pecans</b>        |

Place all ingredients except pecans in mixer bowl. Attach bowl and flat beater to mixer. Turn to Speed 4 and beat about 1 minute, or until well blended.

On waxed paper, shape mixture into a ball. Roll ball in chopped pecans. Wrap in waxed paper. Refrigerate until serving time. Serve with assorted crackers or raw vegetables.

**PER SERVING:** (2 TABLESPOONS) ABOUT 65 CAL, 4 G PRO, 1 G CARB, 5 G FAT, 13 MG CHOL, 109 MG SOD



FOR THE WAY IT'S MADE.™



## MEATBALL HORS D'OEUVRES

**YIELD:** 30 MEATBALLS

- |                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| <b>1</b> pound ground beef           | $\frac{1}{2}$ teaspoon oregano               |
| <b>2</b> egg yolks                   | $\frac{1}{4}$ teaspoon pepper                |
| $\frac{1}{3}$ cup dry bread crumbs   | <b>2</b> tablespoons chopped stuffed olives  |
| $\frac{1}{3}$ cup Parmesan cheese    | $\frac{1}{4}$ cup olive oil                  |
| <b>2</b> tablespoons chopped parsley | <b>Tangy Barbecue Sauce (recipe follows)</b> |
| $\frac{3}{4}$ teaspoon garlic salt   |  |

Place ground beef, egg yolks, bread crumbs, Parmesan cheese, parsley, garlic salt, oregano, pepper, and olives in mixer bowl. Attach bowl and flat beater to mixer. Turn to Speed 2 and mix for 1 minute.

Form mixture into 30 (1-inch) balls and fry in olive oil until well browned. Drain on paper towels. Warm Tangy Barbecue Sauce and pour over meatballs. Serve warm from chafing dish.

### TANGY BARBECUE SAUCE

**YIELD:** 2 CUPS

- |   |  |
|---|--|
| <b>1</b> $\frac{1}{4}$ cups brown sugar   | <b>2</b> tablespoons vinegar           |
| <b>1</b> cup ketchup                      | <b>1</b> cup strong coffee             |
| <b>1</b> tablespoon dry mustard           | $\frac{1}{2}$ cup finely chopped onion |
| <b>2</b> tablespoons Worcestershire sauce | <b>1</b> teaspoon salt                 |
|   | $\frac{1}{8}$ teaspoon pepper          |

Combine all ingredients in a heavy saucepan. Mix well and cook over medium heat 10 minutes, stirring occasionally. Reduce heat and simmer 30 minutes. Cool sauce and store covered in refrigerator until needed.

**PER SERVING:** ABOUT 108 CAL, 4 G PRO, 12 G CARB, 5 G FAT, 25 MG CHOL, 240 MG SOD





## BASIC EGG NOODLE PASTA

**YIELD:** 1¼ POUNDS DOUGH

**4 large eggs** (7/8 cup eggs)  
**1 tablespoon water**

**3½ cups sifted all-purpose flour**

Place eggs, water, and flour in mixer bowl. Attach bowl and flat beater to mixer. Turn to Speed 2 and mix for 30 seconds.

Remove flat beater and attach dough hook. Turn to Speed 2 and knead 2 minutes. Hand knead dough for 30 seconds to 1 minute. Cover with dry towel and let rest 15 minutes before extruding through Pasta Maker.

**PER SERVING:** ABOUT 94 CAL, 4 G PRO, 17 G CARB, 1 G FAT, 42 MG CHOL, 14 MG SOD

**TIP: To Cook Pasta,** Add 1 tablespoon salt and 1 tablespoon oil to 6 quarts boiling water. Gradually add pasta and continue to cook at a slow boil until pasta is “al dente” or slightly firm to the bite. Pasta floats on top of the water as it cooks, so stir occasionally to keep pasta cooking evenly. When done cooking, drain in a colander.

**For Spaghetti, Flat Noodles, and Macaroni,** cook entire recipe as above.  
**For Lasagna,** cook half the recipe at a time.

## BASIC WHITE BREAD

**YIELD:** 32 SERVINGS (16 SLICES PER LOAF)

- 1/2 cup low-fat milk
- 3 tablespoons sugar
- 2 teaspoons salt
- 3 tablespoons butter or margarine
- 2 packages active dry yeast
- 1 1/2 cups warm water (105°F to 115°F)
- 5 to 6 cups all-purpose flour



Place milk, sugar, salt, and butter in small saucepan. Heat over low heat until butter melts and sugar dissolves. Cool to lukewarm.

Dissolve yeast in warm water in warmed mixer bowl. Add lukewarm milk mixture and 4 1/2 cups flour. Attach bowl and dough hook to mixer. Turn to Speed 2 and mix about 1 minute.

Continuing on Speed 2, add remaining flour, 1/2 cup at a time, and mix until dough clings to hook and cleans sides of bowl, about 2 minutes. Knead on Speed 2 about 2 minutes longer, or until dough is smooth and elastic. Dough will be slightly sticky to the touch.

Place dough in greased bowl, turning to grease top. Cover. Let rise in warm place, free from draft, about 1 hour, or until doubled in bulk.

Punch dough down and divide in half.

Shape each half into a loaf, as directed on page 66, and place in greased 8 1/2 x 4 1/2 x 2 1/2-inch loaf pans. Cover. Let rise in warm place, free from draft, about 1 hour, or until doubled in bulk.

Bake at 400°F until golden brown, about 30 minutes. Remove from pans immediately and cool on wire racks.

**PER SERVING:** ABOUT 95 CAL, 3 G PRO, 18 G CARB, 1 G FAT, 0 MG CHOL, 148 MG SOD

### VARIATIONS

**Cinnamon Bread:** Prepare dough, divide, and roll out each half into a rectangle, as directed for **Basic White Bread** on page 64. Mix together 1/2 cup sugar and 2 teaspoons cinnamon in small bowl. Spread each rectangle with 1 tablespoon softened butter or margarine. Sprinkle with half of sugar mixture. Finish rolling and shaping loaves. Place in well-greased 8 1/2 x 4 1/2 x 2 1/2-inch loaf pans. Cover. Let rise in warm place, free from draft, about 1 hour, or until doubled in bulk. If desired, brush tops with beaten egg white. Bake at 375°F for 40 to 45 minutes, or until golden brown. Remove from pans immediately and cool on wire racks.

**Yield:** 32 servings (16 slices per loaf)

**PER SERVING:** ABOUT 111 CAL, 3 G PRO, 21 G CARB, 2 G FAT, 0 MG CHOL, 152 MG SOD

**Sixty-Minute Rolls:** Increase yeast to 3 packages and sugar to  $\frac{1}{4}$  cup. Mix and knead dough as directed for **Basic White Bread** on page 64. Place in greased bowl, turning to grease top. Cover. Let rise in warm place, free from draft, about 15 minutes. Turn dough onto lightly floured surface. Shape as desired (see following suggestions). Cover. Let rise in slightly warm oven (90°F) about 15 minutes. Bake at 425°F for 12 minutes, or until golden brown. Remove from pans immediately and cool on wire racks.

**Curlicues:** Divide dough in half and roll each half to 12×9-inch rectangle. Cut 12 equal strips about 1 inch wide. Roll each strip tightly to form a coil, tucking ends underneath. Place on greased baking sheets about 2 inches apart.

**Cloverleaves:** Divide dough into 24 equal pieces. Form each piece into a ball and place in greased muffin pan. With scissors, cut each ball in half, then quarters.

**Yield:** 24 servings (1 roll per serving)

**PER SERVING:** ABOUT 130 CAL, 4 G PRO, 25 G CARB, 2 G FAT, 0 MG CHOL, 198 MG SOD

## BREAD MAKING TIPS

Making bread with a stand mixer is quite different than making bread by hand. Therefore, it will take some practice before you are completely comfortable with the new process. For your convenience, we offer these tips to help you become accustomed to breadmaking the KitchenAid way.

- Start with an easy recipe, such as Rapid Mix Cool Rise White Bread (page 68) until you are familiar with using the dough hook.
- ALWAYS use the dough hook to mix and knead yeast doughs.
- NEVER exceed Speed 2 when using the dough hook.
- NEVER use recipes calling for more than 8 cups all-purpose flour or 6 cups whole wheat flour when making dough with a 4½-quart mixer.
- NEVER use recipes calling for more than 10 cups all-purpose flour or 6 cups whole wheat flour when making dough with a 5-quart mixer.
- NEVER use recipes calling for more than 12 cups all-purpose flour or 8 cups whole wheat flour when making dough with a 6-quart mixer.
- Use a candy thermometer or other kitchen thermometer to ensure that liquids are at the temperature specified in the recipe. Liquids at higher temperatures can kill yeast, while liquids at lower temperatures will retard yeast growth.
- Warm all ingredients to room temperature to ensure a proper rise. If yeast is to be dissolved in the bowl, always warm the bowl first by rinsing with warm water.
- Allow bread to rise in a warm place, 80°F to 85°F, free from draft, unless specified otherwise in recipe.
- Here are some alternative rising methods: (1) Place the bowl of dough on a wire rack over a pan of warm water. (2) Place the bowl on the top rack of an unheated oven over a pan of hot water on the rack below. (3) Turn oven to 400°F for 1 minute, then turn it off; place the bowl on the center rack of the oven and close the door.
- Always cover the bowl with a towel to retain warmth and to protect it from drafts.

- Rising times may vary due to temperature and humidity in your kitchen. Dough has doubled in bulk when indentation marks remain after you press the dough lightly with your fingers.
- Most bread recipes give a range for the amount of flour to be used. Enough flour has been added to the dough when the dough clings to the hook and cleans the sides of bowl. If dough is sticky or humidity is high, slowly add more flour, about  $\frac{1}{2}$  cup at a time, NEVER exceeding the recommended flour capacity. Knead after each addition until flour is completely worked into dough. If too much flour is added, a dry loaf will result.
- Some types of dough, especially those made with whole-grain flours, may not form a ball on the hook. However, as long as the hook comes in contact with the dough, kneading will be accomplished.
- Some large recipes and soft doughs may occasionally climb over the collar of the hook. This usually indicates that the dough is sticky and more flour should be added. The sooner all the flour is added, the less likely the dough will climb the hook. For such recipes, try starting with all but the last cup of flour in the initial mixing process. Then add the remaining flour as quickly as possible.
- When done, yeast breads and rolls will be deep golden brown in color. Also, most loaves of bread will have pulled away from the sides of their loaf pans, and tops of done loaves will sound hollow when tapped. Freshly baked loaves and rolls should be turned onto racks immediately after removing from oven to prevent sogginess.

## SHAPING A LOAF



Divide the dough in half. On a lightly floured surface, roll each half into a rectangle, approximately  $9 \times 14$  inches. A rolling pin will smooth the dough and remove gas bubbles.



Starting at a short end, roll the dough tightly. Pinch to seal the seam.



Pinch the ends and turn them under. Place the dough, seam side down, in a loaf pan. Follow the directions in the recipe for rising and baking.

## WHOLE GRAIN WHEAT BREAD

**YIELD:** 32 SERVINGS (16 SLICES PER LOAF)

$\frac{1}{3}$  cup plus 1 tablespoon brown sugar, divided

2 cups warm water (105°F to 115°F)

2 packages active dry yeast

5 to 6 cups whole wheat flour

$\frac{3}{4}$  cup powdered milk

2 teaspoons salt

$\frac{1}{3}$  cup oil

Dissolve 1 tablespoon brown sugar in warm water in small bowl. Add yeast and let mixture stand.

Place 4 cups flour, powdered milk,  $\frac{1}{3}$  cup brown sugar, and salt in mixer bowl. Attach bowl and dough hook to mixer. Turn to Speed 2 and mix about 15 seconds. Continuing on Speed 2, gradually add yeast mixture and oil to flour mixture and mix about 1  $\frac{1}{2}$  minutes longer. Stop and scrape bowl, if necessary.

Continuing on Speed 2, add remaining flour,  $\frac{1}{2}$  cup at a time, and mix until dough clings to hook\* and cleans sides of bowl, about 2 minutes. Knead on Speed 2 about 2 minutes longer.

Place dough in greased bowl, turning to grease top. Cover. Let rise in warm place, free from draft, about 1 hour, or until doubled in bulk.

Punch dough down and divide in half. Shape each half into a loaf as directed on page 66. Place in greased 8  $\frac{1}{2}$  × 4  $\frac{1}{2}$  × 2  $\frac{1}{2}$ -inch loaf pans. Cover. Let rise in warm place, free from draft, about 1 hour, or until doubled in bulk.

Bake at 400°F for 15 minutes. Reduce oven temperature to 350°F and bake 30 minutes longer. Remove from pans immediately and cool on wire racks.

**PER SERVING:** ABOUT 112 CAL, 4 G PRO, 19 G CARB, 3 G FAT, 2 MG CHOL, 146 MG SOD

*\*Note: Dough may not form a ball on hook. However, as long as hook comes in contact with dough, kneading will be accomplished. Do not add more than the maximum amount of flour specified or a dry loaf will result.*



## RAPID MIX COOL RISE WHITE BREAD

**YIELD:** 32 SERVINGS (16 SLICES PER LOAF)

- |                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| <b>6 to 7 cups all-purpose flour</b> | <b>¼ cup butter or margarine, softened</b>     |
| <b>2 tablespoons sugar</b>           | <b>2 cups very warm water (120°F to 130°F)</b> |
| <b>3½ teaspoons salt</b>             |  |
| <b>3 packages active dry yeast</b>   |  |

Place 5½ cups flour, sugar, salt, yeast, and butter in mixer bowl. Attach bowl and dough hook to mixer. Turn to Speed 2 and mix about 20 seconds. Gradually add warm water and mix about 1½ minutes longer.

Continuing on Speed 2, add remaining flour, ½ cup at a time, and mix until dough clings to hook and cleans sides of bowl, about 2 minutes. Knead on Speed 2 about 2 minutes longer.

Cover dough with plastic wrap and a towel. Let rest 20 minutes.

Divide dough in half. Shape each half into a loaf as directed on page 66. Place in greased 8½×4½×2½-inch loaf pans. Brush each loaf with oil and cover loosely with plastic wrap. Refrigerate 2 to 12 hours.

When ready to bake, uncover dough carefully. Let stand at room temperature 10 minutes. Puncture any gas bubbles which may have formed. Bake at 400°F for 35 to 40 minutes. Remove from pans immediately and cool on wire racks.

**PER SERVING:** ABOUT 110 CAL, 3 G PRO, 21 G CARB, 2 G FAT, 0 MG CHOL, 251 MG SOD





## General instructions for making and kneading yeast dough with the Rapid Mix method

“Rapid Mix” describes a bread baking method that calls for dry yeast to be mixed with other dry ingredients before liquid is added, rather than the traditional method of dissolving the yeast in warm liquid.

1. Place yeast and all other dry ingredients except 1 to 2 cups flour in mixer bowl.
2. Attach bowl and dough hook. Turn to Speed 2 and mix until dry ingredients are combined, about 15 seconds.
3. Continuing on Speed 2, gradually\* add liquid ingredients to flour mixture and mix 1 to 2 minutes longer.
4. Continuing on Speed 2, add remaining flour  $\frac{1}{2}$  cup at a time, until dough forms. Mix until dough clings to hook and cleans sides of bowl, about 2 minutes.
5. When dough clings to hook, knead on Speed 2 until dough is smooth and elastic, for 2 minutes.
6. Remove dough hook and bowl from the mixer, and then the dough from the hook and bowl. Follow recipe directions for rising, shaping, and baking.

**\*Note:** If liquid ingredients are added too quickly in Step 3, they will form a pool around the dough hook and slow down the mixing process.

**TIP:** The “Rapid Mix” method may be faster and easier for new bread bakers. It is slightly more temperature tolerant because the yeast is mixed with dry ingredients rather than with warm liquid.





## CRUSTY PIZZA DOUGH

**YIELD:** 4 SERVINGS (1/4 PIZZA PER SERVING)

- |  |  |
|--|--|
| <b>1 package active dry yeast</b>        | <b>2 teaspoons olive oil</b>           |
| <b>1 cup warm water (105°F to 115°F)</b> | <b>2½ to 3½ cups all-purpose flour</b> |
| <b>½ teaspoon salt</b>                   | <b>1 tablespoon cornmeal</b>           |

Dissolve yeast in warm water in warmed mixer bowl. Add salt, olive oil, and 2½ cups flour. Attach bowl and dough hook to mixer. Turn to Speed 2 and mix about 1 minute.

Continuing on Speed 2, add remaining flour, ½ cup at a time, and mix until dough clings to hook and cleans sides of bowl, about 2 minutes. Knead on Speed 2 about 2 minutes longer.

Place dough in greased bowl, turning to grease top. Cover. Let rise in warm place, free from draft, about 1 hour, or until doubled in bulk. Punch dough down.

Brush 14-inch pizza pan with oil. Sprinkle with cornmeal. Press dough across bottom of pan, forming a collar around edge to hold toppings. Add toppings as desired. Bake at 450°F for 15 to 20 minutes.

**PER SERVING:** ABOUT 373 CAL, 11 G PRO, 74 G CARB, 3 G FAT, 0 MG CHOL, 271 MG SOD

## POPOVERS

**YIELD:** 8 POPOVERS

- |  |                                |
|--|--------------------------------|
| <b>2</b> eggs                                      | <b>1</b> cup all-purpose flour |
| <b>1</b> cup milk                                  | <b>¼</b> teaspoon salt         |
| <b>1</b> tablespoon butter or margarine,<br>melted |                                |

Place eggs, milk, butter, flour, and salt in mixer bowl. Attach bowl and wire whip to mixer. Turn to Speed 4 and beat 15 seconds. Stop and scrape bowl. Turn to Speed 4 and beat 15 seconds more.

Fill 8 heavily greased and floured custard cups half full with batter. Place cups on cookie sheet. Place cookie sheet in cold oven and set heat at 450°F. Bake for 15 minutes; reduce heat to 350°F and bake 20 to 25 minutes longer. Remove from oven and cut slit into side of each popover. Serve immediately.

**PER SERVING:** ABOUT 103 CAL, 4 G PRO, 13 G CARB, 3 G FAT, 59 MG CHOL, 115 MG SOD



## BAKING POWDER BISCUITS

**YIELD:** 16 BISCUITS

**2 cups all-purpose flour**

**1 tablespoon baking powder**

**½ teaspoon salt**

**¼ cup butter**

**3 tablespoons shortening**

**About ¾ cup milk**

Preheat oven to 450°F. Grease baking sheet.

Sift flour, baking powder and salt into medium bowl. Using pastry blender or 2 knives, cut in butter and shortening until mixture resembles coarse crumbs. Stir in enough milk to make soft dough.

Turn out onto lightly floured surface. Knead dough lightly. Roll out ½-inch thick.

Cut biscuit rounds with 2-inch cutter. Place on greased baking sheet.

Bake 8 to 10 minutes or until browned.

**PER SERVING:** 135 CAL, 3 G PRO, 17 G CARB, 6 G FAT, 1 MG CHOL, 183 MG SOD



## EASY WHITE CAKE

**YIELD:** 12 TO 16 SERVINGS

- |                                  |                           |
|----------------------------------|---------------------------|
| <b>2 cups all-purpose flour</b>  | <b>½ cup shortening</b>   |
| <b>1½ cups sugar</b>             | <b>1 cup low-fat milk</b> |
| <b>3 teaspoons baking powder</b> | <b>1 teaspoon vanilla</b> |
| <b>½ teaspoon salt</b>           | <b>4 egg whites</b>       |

Combine dry ingredients in mixer bowl. Add shortening, milk, and vanilla. Attach bowl and flat beater to mixer. Turn to Speed 2 and mix about 1 minute. Stop and scrape bowl. Add egg whites. Turn to Speed 6 and beat about 1 minute, or until smooth and fluffy.

Pour batter into two greased and floured 8- or 9-inch round baking pans. Bake at 350°F for 30 to 35 minutes, or until toothpick inserted in center comes out clean. Cool 10 minutes. Remove from pans. Cool completely on wire rack. Frost if desired.

---

**PER SERVING:** ABOUT 267 CAL, 4 G PRO, 42 G CARB, 9 G FAT, 2 MG CHOL, 183 MG SOD

## QUICK YELLOW CAKE

**YIELD:** 12 TO 16 SERVINGS

- |                                  |                           |
|----------------------------------|---------------------------|
| <b>2¼ cups all-purpose flour</b> | <b>½ cup shortening</b>   |
| <b>1⅓ cups sugar</b>             | <b>1 cup low-fat milk</b> |
| <b>3 teaspoons baking powder</b> | <b>1 teaspoon vanilla</b> |
| <b>½ teaspoon salt</b>           | <b>2 eggs</b>             |

Combine dry ingredients in mixer bowl. Add shortening, milk, and vanilla. Attach bowl and flat beater to mixer. Turn to Speed 2 and mix about 1 minute. Stop and scrape bowl. Add eggs. Continuing on Speed 2, mix about 30 seconds. Stop and scrape bowl. Turn to Speed 6 and beat about 1 minute.

Pour batter into two greased and floured 8- or 9-inch round baking pans. Bake at 350°F for 30 to 35 minutes, or until toothpick inserted in center comes out clean. Cool 10 minutes. Remove from pans. Cool completely on wire rack. Frost if desired.

**PER SERVING:** ABOUT 272 CAL, 4 G PRO, 42 G CARB, 10 G FAT, 37 MG CHOL, 175 MG SOD





## CHOCOLATE FROSTING

**YIELD:** 12 TO 16 SERVINGS (FROSTING FOR 2-LAYER OR 13×9×2-INCH CAKE)

- |                                       |   |
|---------------------------------------|---|
| <b>1</b> cup butter, softened         | <b>2</b> squares (1 ounce each)<br>unsweetened chocolate,<br>melted |
| <b>2</b> tablespoons light corn syrup |   |
| <b>4</b> cups powdered sugar          |   |

Place butter in mixer bowl. Attach bowl and flat beater to mixer. Turn to Speed 4 and beat about 1½ minutes, or until creamy. Stop and scrape bowl. Add corn syrup. Turn to Speed 2 and mix well. Stop and scrape bowl.

Turn to Stir Speed. Gradually add powdered sugar, mixing until blended. Turn to Speed 4 and beat about 1 minute. Stop and scrape bowl. Turn to Speed 2. Slowly add melted chocolate and mix about 1½ minutes. Stop and scrape bowl. Turn to Speed 4 and beat about 1 minute.

**PER SERVING:** ABOUT 325 CAL, 1 G PRO, 44 G CARB, 18 G FAT, 41 MG CHOL, 160 MG SOD

## CHOCOLATE CAKE

**YIELD:** 12 TO 16 SERVINGS

- |                                 |                                 |
|---------------------------------|---------------------------------|
| <b>2 cups all-purpose flour</b> | <b>1 cup low-fat milk</b>       |
| <b>1 1/3 cups sugar</b>         | <b>1 teaspoon vanilla</b>       |
| <b>1 teaspoon baking powder</b> | <b>2 eggs</b>                   |
| <b>1/2 teaspoon baking soda</b> | <b>2 squares (1 ounce each)</b> |
| <b>1/2 teaspoon salt</b>        | <b>unsweetened chocolate,</b>   |
| <b>1/2 cup shortening</b>       | <b>melted</b>                   |

Combine dry ingredients in mixer bowl. Add shortening, milk, and vanilla. Attach bowl and flat beater to mixer. Turn to Speed 2 and mix about 1 minute. Stop and scrape bowl. Add eggs and chocolate. Continuing on Speed 2, mix about 30 seconds. Stop and scrape bowl. Turn to Speed 6 and beat about 1 minute.

Pour batter into two greased and floured 8- or 9-inch round baking pans. Bake at 350°F for 30 to 35 minutes, or until toothpick inserted in center comes out clean. Cool 10 minutes. Remove from pans. Cool completely on wire rack. Frost if desired.

**PER SERVING:** ABOUT 285 CAL, 4 G PRO, 41 G CARB, 12 G FAT, 37 MG CHOL, 185 MG SOD

## BUTTERCREAM FROSTING

**YIELD:** 12 TO 16 SERVINGS (FROSTING FOR 2-LAYER OR 13×9×2-INCH CAKE)

- |   |                                       |
|---|---------------------------------------|
| <b>1/3 cup butter, softened</b>         | <b>1/4 teaspoon salt</b>              |
| <b>1/4 cup cream or evaporated milk</b> | <b>4 cups powdered sugar, divided</b> |
| <b>1 teaspoon vanilla</b>               | <b>Low-fat milk, if necessary</b>     |

Place butter in mixer bowl. Attach bowl and flat beater to mixer. Turn to Speed 4 and beat about 1 minute, or until creamy. Stop and scrape bowl. Add cream, vanilla, salt, and 1 cup powdered sugar. Turn to Stir Speed and mix about 30 seconds. Stop and scrape bowl. Turn to Speed 2 and mix about 1 1/2 minutes, or until well blended. Stop and scrape bowl.

Turn to Stir Speed. Gradually add remaining 3 cups powdered sugar and mix until blended. Stop and scrape bowl, if necessary. Add milk, 1 teaspoon at a time, if necessary. Turn to Speed 4 and beat about 1 minute, or until smooth.

**PER SERVING:** ABOUT 208 CAL, 0 G PRO, 40 G CARB, 6 G FAT, 16 MG CHOL, 99 MG SOD







## KEY LIME PIE

YIELD: 1 PIE

- |  |  |
|--|--|
| <b>2 cups sugar, divided</b>                   | <b>2 tablespoons butter</b>                              |
| <b>¼ cup plus 2 tablespoons<br/>cornstarch</b> | <b>1½ cups boiling water</b>                             |
| <b>¼ teaspoon salt</b>                         | <b>1 teaspoon grated fresh lime peel</b>                 |
| <b>½ cup fresh key lime juice</b>              | <b>Green food coloring (optional)</b>                    |
| <b>½ cup cold water</b>                        | <b>¼ teaspoon cream of tartar</b>                        |
| <b>3 eggs, separated</b>                       | <b>Pastry for 9-inch pie (see recipe<br/>on page 80)</b> |

**1.** Combine 1½ cups sugar, cornstarch and salt in 2-quart saucepan. Add lime juice, water and egg yolks; blend well. Add butter and gradually add boiling water. Bring mixture to a boil over medium heat and cook 3 minutes, stirring constantly. Stir in lime peel and green food coloring, if desired. Remove from heat and cool 20 minutes.

**2.** Beat egg whites in bowl of electric stand mixer on high speed until frothy. Add cream of tartar and whip until soft peaks form. Continuing on high speed, gradually add remaining sugar, beating until stiff peaks form.

**3.** Pour cooled filling into pie shell. Lightly pile meringue on filling and spread to edges. Bake at 350°F for 15 minutes, or until lightly browned. Cool completely before serving.

**PER SERVING:** (½ PIE) ABOUT 398 CAL, 4 G PRO, 69 G CARB, 12 G FAT, 91 MG CHOL, 240 MG SOD



## ALMOND DACQUOISE

**YIELD:** 1 (8-INCH) CAKE

- |   |  |
|---|--|
| <p><b>6 ounces</b> blanched almonds,<br/>ground</p> <p><b>1 cup</b> powdered sugar</p> <p><b>1½ tablespoons</b> cornstarch</p> <p><b>6 egg whites</b></p> <p><b>⅛ teaspoon</b> salt</p> | <p><b>¼ teaspoon</b> cream of tartar</p> <p><b>3 tablespoons</b> sugar</p> <p><b>1¼ teaspoons</b> vanilla</p> <p><b>¼ teaspoon</b> almond extract</p> <p><b>Chocolate Buttercream Filling</b><br/>(recipe follows)</p> |
|---|--|

- Combine almonds, powdered sugar and cornstarch; set aside.
- Place egg whites in bowl of electric stand mixer. Turn to medium-high and whip until foamy. Add salt and cream of tartar and continue whipping until soft peaks form. Sprinkle in sugar, vanilla and almond extract, beating until stiff peaks form. Reduce to low and quickly add almond mixture, mixing just until blended.
- Using a pastry bag fitted with large (½-inch) plain tip, pipe mixture onto greased and floured baking sheets to form 3 (8-inch) circles. Bake at 250°F for 35 to 45 minutes. Remove from baking sheets and cool on aluminum foil. Fill and frost with Chocolate Buttercream Filling.



## CHOCOLATE BUTTERCREAM FILLING

- |   |   |
|---|---|
| <p><b>2 egg yolks</b></p> <p><b>1 cup</b> powdered sugar</p> <p><b>2 squares (1 ounce each)</b><br/>semisweet chocolate, melted</p> | <p><b>¾ cup (1½ sticks)</b> butter, softened</p> <p><b>½ teaspoon</b> vanilla</p> |
|---|---|

Place egg yolks in bowl of electric stand mixer. Turn to medium-high and whip 2 minutes. Stop and scrape bowl.

Reduce speed to medium and gradually add powdered sugar, chocolate, butter and vanilla; continue beating until fluffy, about 5 minutes.

**PER SERVING:** (⅓ CAKE) ABOUT 491 CAL, 9 G PRO, 45 G CARB, 33 G FAT, 102 MG CHOL, 272 MG SOD

## KITCHENAID PIE PASTRY

YIELD: 8 SERVINGS (TWO 8- OR 9-INCH CRUSTS)

**2 1/4 cups all-purpose flour****3/4 teaspoon salt****1/2 cup shortening, well chilled****2 tablespoons butter or margarine, well chilled****5 to 6 tablespoons cold water**

Place flour and salt in mixer bowl. Attach bowl and flat beater to mixer. Turn to Stir Speed and mix about 15 seconds. Cut shortening and butter into pieces and add to flour mixture. Turn to Stir Speed and mix until shortening particles are size of small peas, 30 to 45 seconds.

Continuing on Stir Speed, add water, 1 tablespoon at a time, mixing until ingredients are moistened and dough begins to hold together. Divide dough in half. Pat each half into a smooth ball and flatten slightly. Wrap in plastic wrap. Chill in refrigerator 15 minutes.

Roll one half of dough to 1/8-inch thickness between sheets of waxed paper. Fold pastry into quarters. Ease into 8- or 9-inch pie plate and unfold, pressing firmly against bottom and sides.

**For One-Crust Pie:** Fold edge under. Crimp as desired. Add desired pie filling. Bake as directed.

**For Two-Crust Pie:** Trim pastry even with edge of pie plate. Using second half of dough, roll out another pastry crust. Add desired pie filling. Top with second pastry crust. Seal edge. Crimp as desired. Cut slits for steam to escape. Bake as directed.

**For Baked Pastry Shell:** Fold edge under. Crimp as desired. Prick sides and bottom with fork. Bake at 450°F for 8 to 10 minutes, or until lightly browned. Cool completely on wire rack and fill.

**Alternate Method for Baked Pastry Shell:** Fold edge under. Crimp as desired. Line shell with foil. Fill with pie weights or dried beans. Bake at 450°F for 10 to 12 minutes, or until edges are lightly browned. Remove pie weights and foil. Cool completely on wire rack and fill.

**PER SERVING (ONE CRUST):** ABOUT 134 CAL, 2 G PRO, 13 G CARB, 8 G FAT, 0 MG CHOL, 118 MG SOD

**PER SERVING (TWO CRUSTS):** ABOUT 267 CAL, 4 G PRO, 27 G CARB, 16 G FAT, 0 MG CHOL, 236 MG SOD



## RUSTIC APPLE TART

**YIELD:** 8 SERVINGS

- |   |   |
|---|---|
| <b>2½ pounds (about 6 large) tart green apples, peeled, thinly sliced</b> | <b>½ cup flour</b>                                |
| <b>2 tablespoons lemon juice</b>  | <b>½ teaspoon cinnamon</b>                        |
| <b>¼ cup granulated sugar</b>   | <b>¼ cup (½ stick) butter, softened</b>           |
| <b>⅓ cup light brown sugar</b>  | <b>1 unbaked (9-inch) pie crust (see page 80)</b> |

Toss together apples, lemon, and granulated sugar. Set aside.

Place all remaining ingredients except pie crust in mixer bowl. Attach bowl and flat beater to mixer. Turn to Speed 2 and mix until crumbly. Set aside.

Roll out pastry into a 13-inch circle. Transfer to baking sheet (it's OK if pastry hangs over edge of baking sheet).

Gently mound apples in center of pastry, leaving a 2-inch border of dough on all sides. Sprinkle apples with cinnamon sugar mixture. Fold pastry up over filling, pleating as necessary to fit snugly around apples. Gently press dough to filling, reinforcing shape.

Bake at 400°F until pastry is golden brown and apples are tender, for about 30 minutes. Cool tart on baking sheet on wire rack 10 minutes; serve warm.

**PER SERVING:** ABOUT 452 CAL, 5 G PRO, 60 G CARB, 21 G FAT, 23 MG CHOL, 290 MG SOD

## PEANUT BUTTER COOKIES

**YIELD:** 36 SERVINGS (1 COOKIE PER SERVING)

½ cup peanut butter	1 egg
½ cup butter or margarine, softened	½ teaspoon vanilla
½ cup granulated sugar	½ teaspoon baking soda
½ cup brown sugar	¼ teaspoon salt
	1¼ cups all-purpose flour

Place peanut butter and butter in mixer bowl. Attach bowl and flat beater to mixer. Turn to Speed 6 and beat until mixture is smooth, about 1 minute. Stop and scrape bowl. Add sugars, egg and vanilla. Turn to Speed 4 and beat about 1 minute. Stop and scrape bowl.

Turn to Stir Speed. Gradually add all remaining ingredients to sugar mixture and mix about 30 seconds. Turn to Speed 2 and mix about 30 seconds.

Roll dough into 1-inch balls. Place about 2 inches apart on ungreased baking sheets. Press flat with fork in a criss-cross pattern to ¼-inch thickness.

Bake at 375°F until golden brown, about 10 to 12 minutes. Remove from baking sheets immediately and cool on wire racks.

**PER SERVING:** 83 CAL, 2 G PRO, 10 G CARB, 4 G FAT, 6 MG CHOL, 81 MG SOD





## CHOCOLATE CHIP COOKIES

**YIELD:** 54 SERVINGS (1 COOKIE PER SERVING)

- |  |                                      |
|--|--------------------------------------|
| 1 cup granulated sugar                         | 1½ teaspoons vanilla                 |
| 1 cup brown sugar                              | 1 teaspoon baking soda               |
| 1 cup (2 sticks) butter or margarine, softened | 1 teaspoon salt                      |
| 2 eggs   | 3 cups all-purpose flour             |
|  | 12 ounces semi-sweet chocolate chips |

Place sugars, butter, eggs, and vanilla in mixer bowl. Attach bowl and flat beater to mixer. Turn to Speed 2 and mix about 30 seconds. Stop and scrape bowl. Turn to Speed 4 and beat about 30 seconds. Stop and scrape bowl.

Turn to Stir Speed. Gradually add baking soda, salt, and flour to sugar mixture and mix about 2 minutes. Turn to Speed 2 and mix about 30 seconds. Stop and scrape bowl. Add chocolate chips. Turn to Stir Speed and mix about 15 seconds.

Drop rounded teaspoonfuls onto greased baking sheets, about 2 inches apart. Bake at 375°F for 10 to 12 minutes. Remove from baking sheets immediately and cool on wire racks.

**PER SERVING:** ABOUT 117 CAL, 1 G PRO, 17 G CARB, 5 G FAT, 8 MG CHOL, 106 MG SOD

### VARIATIONS

Two cups raisins, coconut, or chopped walnuts may be substituted for chocolate chips.

## FUDGE BROWNIES

**YIELD:** 36 SERVINGS (1 BROWNIE PER SERVING)

- |   |  |
|---|--|
| <b>1 cup margarine or butter,<br/>softened, divided</b>   | <b>1 teaspoon vanilla</b>              |
| <b>4 squares (1 ounce each)<br/>unsweetened chocolate</b> | <b>3 eggs</b>                          |
| <b>2 cups sugar</b>                                       | <b>1 cup all-purpose flour</b>         |
|   | <b>½ teaspoon salt</b>                 |
|   | <b>1 cup chopped walnuts or pecans</b> |

Melt ½ cup margarine and chocolate in small saucepan over low heat; set aside to cool.

Place remaining ½ cup margarine, sugar, and vanilla in mixer bowl. Attach bowl and flat beater to mixer. Turn to Speed 2 and mix about 30 seconds. Turn to Speed 6 and beat about 2 minutes. Turn to Speed 4. Add eggs, one at a time, beating about 15 seconds after each addition. Stop and scrape bowl.

Add cooled chocolate mixture. Turn to Speed 2 and mix about 30 seconds. Stop and scrape bowl. Add all remaining ingredients. Turn to Stir Speed and mix until well blended, about 30 seconds.

Pour into greased and floured 13×9×2-inch baking pan. Bake at 350°F for 45 minutes. Cool in pan on wire rack and cut.

---

**PER SERVING:** ABOUT 143 CAL, 2 G PRO, 16 G CARB, 9 G FAT, 18 MG CHOL, 93 MG SOD







## CREAMY NO-COOK MINTS

YIELD: 7 DOZEN CANDIES

- |  |   |
|--|---|
| <b>1 package (3 ounces) light cream cheese</b> | <b>2 drops green food color (or color of choice)</b>    |
| <b>¼ teaspoon mint extract</b>                 | <b>4¼ to 4½ cups powdered sugar<br/>Superfine sugar</b> |

Place cream cheese, mint extract, and food color in mixer bowl. Attach bowl and flat beater to mixer. Turn to Speed 2 and mix about 30 seconds, or until smooth. Continuing on Speed 2, gradually add powdered sugar and mix about 1 ½ minutes, or until mixture becomes very stiff.

To make mints, dip individual flexible candy molds into superfine sugar. Press in mint mixture. Turn out onto waxed paper covered with superfine sugar. Repeat until all mixture is used. Or: Shape mixture into ¾-inch balls, using 1 teaspoonful for each ball. Roll in superfine sugar. Place on waxed paper covered with superfine sugar. Flatten slightly with thumb to form ¼-inch-thick patties. If desired, press back of fork lightly on patties to form ridges.

Store mints, tightly covered, in refrigerator. Mints also freeze well.

---

**PER SERVING:** (2 MINTS) ABOUT 54 CAL, 0 G PRO, 13 G CARB, 0 G FAT, 1 MG CHOL, 12 MG SOD



## TARTELETTES AUX CHAMPIGNONS ET AUX OIGNONS

**DONNE:** 24 TARTELETTES

- |   |  |
|---|--|
| <b>4 oz. de fromage à la crème léger</b>            | <b>8 oz. de champignons frais, hachés gros</b> |
| <b>3 c. à soupe de beurre ou margarine, divisé</b>  | <b>½ tasse d'oignons verts hachés</b>          |
| <b>¾ tasse plus 1 c. à thé de farine tout-usage</b> | <b>1 œuf</b>                                   |
|   | <b>¼ c. à thé de feuilles de thym séchées</b>  |
|   | <b>½ tasse de fromage suisse râpé</b>          |

Mettre le fromage à la crème et 2 c. à soupe de beurre dans le bol du batteur. Fixer le bol et le fouet plat au batteur. Régler à la vitesse 4 et battre pendant environ 1 minute. Arrêter le batteur et racler le bol. Ajouter ¾ tasse de farine. Régler à la vitesse 2 et battre environ 1 minute ou jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène. Former une boule avec le mélange. Envelopper de papier ciré et laisser refroidir 1 heure. Nettoyer le bol du batteur et le fouet.

Diviser la pâte refroidie en 24 morceaux. Écraser chaque morceau dans un moule à muffins miniatures (graissé, si désiré).

Entre temps, faire fondre le reste du beurre (1 c. à soupe) dans une poêle de 10 po sur feu moyen. Ajouter les champignons et les oignons. Faire cuire en brassant jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Retirer du feu et laisser refroidir légèrement.

Placer l'œuf, le reste de la farine (1 c. à soupe) et le thym dans le bol du batteur. Fixer le bol et le fouet plat au batteur. Régler à la vitesse 6 et battre pendant environ 30 secondes. Incorporer le fromage et le mélange de champignons refroidi. À la cuillère, déposer le mélange dans les moules à muffins garnis de pâte à tarte. Faire cuire au four à 375°F de 15 à 20 minutes ou jusqu'à ce que le mélange d'œufs soit gonflé et doré. Servir chaud.

**PAR PORTION:** (2 TARTELETTES) ENVIRON 98 CALORIES, 4 G DE PROTÉINES, 8 G DE GLUCIDES, 6 G DE MATIÈRES GRASSES, 33 MG DE CHOLESTÉROL, 83 MG DE SODIUM

## BOULE DE FROMAGE AUX NOIX

**DONNE:** 24 PORTIONS

- |  |  |
|--|--|
| <p><b>1 tasse de fromage cheddar fort râpé</b></p> <p><b>1 tasse de fromage suisse râpé</b></p> <p><b>1 paquet (8 oz.) de fromage à la crème léger</b></p> <p><b>2 c. à soupe de ciboulette fraîche hachée</b></p> | <p><b>2 c. à thé de sauce Worcestershire</b></p> <p><b>¼ c. à thé de paprika</b></p> <p><b>½ c. à thé de poudre d'ail</b></p> <p><b>¼ tasse de noix de pacane finement hachées</b></p> |
|--|--|

Mettre tous les ingrédients, sauf les noix de pacane, dans le bol du batteur. Fixer le bol et le fouet plat au batteur. Régler à la vitesse 4 et battre environ 1 minute ou jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène.

Sur du papier ciré, former une boule avec le mélange. Rouler la boule dans les noix de pacane hachées. Envelopper dans du papier ciré et réfrigérer jusqu'au moment de servir. Servir avec un assortiment de craquelins ou de crudités.

**PAR PORTION:** (2 C. À SOUPE) ENVIRON 65 CALORIES, 4 G DE PROTÉINES, 1 G DE GLUCIDES, 5 G DE MATIÈRES GRASSES, 13 MG DE CHOLESTÉROL, 109 MG DE SODIUM



FOR THE WAY IT'S MADE.™

## BOULETTES DE VIANDE EN HORS D'ŒUVRE

**DONNE:** 30 BOULETTES DE VIANDE

- |                                     |                                      |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <b>1 lb. de bœuf haché</b>          | <b>½ c. à thé d'origan</b>           |
| <b>2 jaunes d'œufs</b>              | <b>¼ c. à thé de poivre</b>          |
| <b>⅓ tasse de chapelure</b>         | <b>2 c. à soupe d'olives farcies</b> |
| <b>⅓ tasse de parmesan</b>          | <b>¼ tasse d'huile d'olive</b>       |
| <b>2 c. à soupe de persil haché</b> | <b>Sauce barbecue piquante</b>       |
| <b>¾ c. à thé de sel d'ail</b>      | <b>(la recette suit)</b>             |

Mettre le bœuf haché, les jaunes d'œufs, la chapelure, le parmesan, le persil, le sel d'ail, l'origan, le poivre et les olives dans le bol du batteur. Fixer le bol et le fouet plat au batteur. Régler à la vitesse 2 et mélanger pendant 1 minute.

Façonner le mélange en 30 boulettes de 1 po et les frire dans l'huile d'olive jusqu'à ce qu'elles soient brunes. Égoutter sur des essuie-tout. Réchauffer la sauce barbecue piquante et la verser sur les boulettes de viande. Servir chaud dans un plat réchaud.

## SAUCE BARBECUE PIQUANTE

**DONNE:** 2 TASSES

- |   |  |
|---|--|
| <b>1¼ tasse de cassonade</b>                | <b>2 c. à soupe de vinaigre</b>        |
| <b>1 tasse de ketchup</b>                   | <b>1 tasse de café fort</b>            |
| <b>1 c. à soupe de moutarde sèche</b>       | <b>½ tasse d'oignon finement haché</b> |
| <b>2 c. à soupe de sauce Worcestershire</b> | <b>1 c. à thé de sel</b>               |
|   | <b>⅛ c. à thé de poivre</b>            |

Combiner tous les ingrédients dans une casserole à fond épais. Bien mélanger et faire cuire sur feu moyen pendant 10 minutes, en brassant de temps à autre. Réduire le feu et laisser mijoter 30 minutes. Laisser refroidir la sauce, la couvrir et la garder au réfrigérateur jusqu'à l'utilisation.

**PAR PORTION:** ENVIRON 108 CALORIES, 4 G DE PROTÉINES, 12 G DE GLUCIDES, 5 G DE MATIÈRES GRASSES, 25 MG DE CHOLESTÉROL, 240 MG DE SODIUM

## NOUILLES AUX ŒUFS DE BASE

**DONNE:** 1 ¼ LB. DE PÂTES

**4 gros œufs (7/8 tasse d'œufs)**  
**1 c. à soupe d'eau**

**3½ tasses de farine**  
**tout-usage**

Mettre les œufs, l'eau et la farine dans le bol du batteur. Fixer le bol et le fouet plat au batteur. Régler à la vitesse 2 et mélanger pendant 30 secondes.

Retirer le fouet plat et installer le crochet pétrisseur. Régler à la vitesse 2 et pétrir pendant 2 minutes.

Pétrir la pâte à la main de 30 secondes à 1 minute. Couvrir avec une serviette sèche et laisser reposer 15 minutes avant de passer à la machine à pâtes.

**PAR PORTION:** ENVIRON 94 CALORIES, 4 G DE PROTÉINES, 17 G DE GLUCIDES, 1 G DE MATIÈRES GRASSES, 42 MG DE CHOLESTÉROL, 14 MG DE SODIUM

**CONSEIL: Pour Faire Cuire les Pâtes,** ajouter 1 c. à soupe de sel et 1 c. à soupe d'huile à 6 litres d'eau. Ajouter les pâtes graduellement et laisser bouillir légèrement jusqu'à ce qu'elles soient "al dente" ou encore fermes sous la dent. Comme les pâtes remontent à la surface en cuisant, remuer occasionnellement pour favoriser la cuisson uniforme. Après la cuisson, égoutter les pâtes à l'aide d'une passoire.

**Pour les Spaghettis,** les nouilles plates et les macaronis, faire cuire toute la recette tel qu'elle est indiquée ci-dessus.

**Pour les Lasagnes,** faire cuire la moitié de la recette à la fois.

## PAIN BLANC DE BASE

DONNE: 32 PORTIONS (16 TRANCHES PAR PAIN)

- |  |                                       |
|--|---------------------------------------|
| ½ tasse de lait à basse teneur en matière grasse | 3 c. à soupe de beurre ou margarine   |
| 3 c. à soupe de sucre                            | 2 paquets de levure sèche active      |
| 2 c. à thé de sel                                | 1½ tasse d'eau chaude (105°F à 115°F) |
|  | 5 à 6 tasses de farine tout-usage     |

Mettre le lait, le sucre, le sel et le beurre dans une petite casserole. Faire chauffer à feu doux jusqu'à ce que le beurre fonde et que le sucre se dissolve. Laisser tiédir.

Dissoudre la levure dans l'eau chaude dans le bol de batteur réchauffé.

Ajouter le mélange de lait tiédi et 4½ tasses de farine. Fixer le bol et le crochet pétrisseur au batteur. Régler à la vitesse 2 et mélanger environ 1 minute.

Continuer à la vitesse 2, ajouter le reste de la farine, ½ tasse à la fois, et mélanger environ 2 minutes ou jusqu'à ce que la pâte colle au crochet et se détache des parois du bol. Pétrir à la vitesse 2 environ 2 minutes de plus ou jusqu'à ce que la pâte soit lisse et élastique. La pâte doit être légèrement collante au toucher.

Placer la pâte dans un bol graissé, en la tournant pour en graisser le dessus. Couvrir. Laisser lever dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, environ 1 heure ou jusqu'à ce qu'elle double de volume.

Enfoncer fermement le poing dans la pâte et la couper en deux. Former chaque moitié en un pain, selon les directives de la page 94 et placer dans des moules à pain graissés de 8½×4½×2½ po. Couvrir. Laisser lever dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, environ 1 heure ou jusqu'à ce que la pâte ait doublé de volume.

Faire cuire à 400°F pendant environ 30 minutes jusqu'à ce que le pain soit doré. Démouler immédiatement et laisser refroidir sur des grilles.

PAR PORTION: ENVIRON 95 CALORIES, 3 G DE PROTÉINES, 18 G DE GLUCIDES, 1 G DE MATIÈRES GRASSES, 0 MG DE CHOLESTÉROL, 148 MG DE SODIUM

## VARIATIONS AU PAIN BLANC DE BASE

**Pain à la Cannelle:** Préparer la pâte, la diviser et aplatir chaque moitié au rouleau en formant un rectangle, selon les directives pour le **Pain Blanc de Base** à la page 92. Mélanger ½ tasse de sucre et 2 c. à thé de cannelle dans un petit bol. Étaler 1 c. à soupe de margarine ou beurre ramolli sur chaque rectangle. Saupoudrer de la moitié du mélange de sucre. Finir de rouler et former les pains. Mettre dans des moules à pain bien graissés de 8½×4½×2½ po. Couvrir. Laisser lever dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, environ 1 heure ou jusqu'à ce que le volume de la pâte ait doublé. Si désiré, étaler au pinceau du blanc d'œuf battu sur le dessus. Faire cuire au four à 375°F pendant 40 à 45 minutes ou jusqu'à ce que le pain soit doré. Démouler immédiatement et laisser refroidir sur des grilles.

**Donne:** 32 portions (16 tranches par pain)

**PAR PORTION:** ENVIRON 111 CALORIES, 3 G DE PROTÉINES, 21 G DE GLUCIDES, 2 G DE MATIÈRES GRASSES, 0 MG DE CHOLESTÉROL, 152 MG DE SODIUM

**Petits Pains Prêts en Soixante Minutes:** Utiliser 3 sachets de levure et  $\frac{1}{4}$  tasse de sucre. Mélanger et pétrir la pâte selon les directives pour le **Pain Blanc de Base** à la page 92. Placer la pâte dans un bol graissé, en la tournant pour en graisser le dessus. Couvrir. Laisser lever dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, environ 15 minutes. Mettre la pâte sur une surface légèrement saupoudrée de farine. Façonner la pâte comme désiré (voir les suggestions qui suivent). Couvrir. Laissez lever dans un four légèrement chaud 90°F environ 15 minutes. Faire cuire à 425°F pendant 12 minutes ou jusqu'à ce que le pain soit doré. Démouler immédiatement et laisser refroidir sur des grilles.

**Ornements:** Séparer la pâte en deux et rouler chaque moitié en un rectangle de 12x9 po. Couper 12 bandes égales d'environ 1 pouce de large. Rouler chaque bande bien serré pour former une spirale en rentrant les extrémités dessous. Les déposer sur des plaques à pâtisserie graissées en les espaçant de 2 pouces.

**Feuilles de trèfle:** Couper la pâte en 24 morceaux égaux. Façonner chaque morceau en une boule et les placer dans un moule à muffins graissé. À l'aide de ciseaux, couper chaque boule en deux, puis en quatre.

**Donne:** 24 portions (1 trèfle par portion)

**PAR PORTION:** ENVIRON 130 CALORIES, 4 G DE PROTÉINES, 25 G DE GLUCIDES, 2 G DE MATIÈRES GRASSES, 0 MG DE CHOLESTÉROL, 198 MG DE SODIUM

## Conseils pour Faire du Pain

Faire du pain avec un batteur est très différent de faire du pain à la main. Par conséquent, il vous faudra de la pratique avant de bien vous familiariser avec la nouvelle méthode. Nous vous conseillons de commencer avec une recette simple, comme celle du pain blanc de base, pour vous habituer à la méthode de KitchenAid. Voici quelques conseils utiles:

Conseils pour mélanger et pétrir

- **TOUJOURS** utiliser le crochet pétrisseur pour mélanger et pétrir les pâtes à la levure.
- **NE JAMAIS** dépasser la vitesse 2 lorsque vous utiliser le crochet pétrisseur.
- **NE JAMAIS** faire des recettes demandant plus de 8 tasses de farine tout-usage ou 6 tasses de farine de blé entier lorsque vous faites une pâte avec le batteur à tête inclinable de 4 $\frac{1}{2}$  litres.
- **NE JAMAIS** faire de recettes demandant plus de 9 tasses de farine tout-usage ou 6 tasses de farine de blé entier lorsque vous faites une pâte avec le batteur à tête inclinable de 5 litres.
- La plupart des recettes indiquent une variation pour la quantité de farine à utiliser. Lorsque la pâte colle au crochet et se détache des parois du bol, il y a assez de farine. Si la pâte est collante ou qu'il y a beaucoup d'humidité, ajouter graduellement de la farine (environ  $\frac{1}{2}$  tasse à la fois), mais ne **JAMAIS** dépasser la capacité de farine recommandée. Pétrir après chaque ajout jusqu'à ce que la farine soit bien incorporée à la pâte. Si vous ajoutez trop de farine, le pain sera sec.
- Certaines sortes de pâtes, notamment celles faites avec de la farine de grains entiers, ne formeront peut-être pas de boule sur le crochet. Cependant, en autant que le crochet est en contact avec la pâte, elle sera pétrie.



- Certaines grosses recettes et les pâtes molles peuvent à l'occasion monter sur la tige du crochet. En général, c'est que la pâte est trop collante et vous devez ajouter davantage de farine. Le plus rapidement toute la farine sera ajoutée, le moins susceptible sera la pâte de grimper au haut du crochet. Pour de telles recettes, essayer de mettre toute la farine au début, à l'exception d'une tasse, puis ajouter le reste le plus rapidement possible.
- Utiliser un thermomètre à bonbons ou tout autre thermomètre de cuisine pour s'assurer que les liquides sont à la température demandée pour la recette. Les liquides à température plus élevée peuvent tuer la levure, tandis que les liquides à température plus basse retardent la croissance de la levure.
- Réchauffer tous les ingrédients à température ambiante pour que la pâte lève bien. Si la levure doit être dissoute dans le bol, toujours réchauffer le bol avant en le rinçant à l'eau chaude pour éviter que les liquides se refroidissent.

## Conseils pour Façonner un Pain

1. Diviser la pâte en deux. Sur une surface légèrement farinée, rouler chaque moitié en un rectangle d'environ 9×14 po. Un rouleau à pâtisserie lisse la pâte et fait sortir les bulles d'air.
2. En commençant à un bout, rouler la pâte serrée. Pincer pour souder les joints.
3. Pincer les bouts et les retourner. Placer la pâte dans un moule à pain, les joints en dessous. Suivre les directives de la recette pour la levée et la cuisson de la pâte.

## Conseils pour Faire Lever et Cuire la Pâte

- Laisser lever le pain dans un endroit chaud, à une température entre 80°F et 85°F, à l'abri des courants d'air, à moins de directives contraires dans la recette.
- Toujours couvrir le bol d'une serviette pour retenir la chaleur et protéger la pâte des courants d'air. Si désiré, couvrir le bol de papier ciré avant d'y déposer la serviette.
- Voici d'autres méthodes pour faire lever la pâte: (1) Le bol contenant la pâte peut être placé sur une grille au-dessus d'une casserole d'eau chaude. (2) Le bol peut être placé sur la grille supérieure du four non chauffé; placer une casserole d'eau chaude sur la grille juste en dessous. (3) Allumer le four à 400°F pendant 1 minute puis l'éteindre; placer le bol sur la grille du milieu et fermer la porte du four.
- Le temps de levée de la recette peut varier selon la température et l'humidité de la cuisine. S'il reste une marque après avoir appuyé légèrement et rapidement du bout du doigt sur la pâte, elle a doublé de volume.
- Une fois cuits, les pains et petits pains à la levure seront bruns doré. En tapant sur le dessus du pain, vous devriez entendre un son creux et le pain devrait se démouler facilement.
- Renverser les pains et petits pain sur une grille immédiatement après la cuisson pour éviter qu'ils se ramollissent.

# PAIN DE BLÉ ENTIER

**DONNE:** 32 PORTIONS (16 TRANCHES PAR PAIN)

**1/3 tasse plus 1 c. à soupe de cassonade, divisée**

**2 tasses d'eau chaude (105°F à 115°F)**

**2 paquets de levure sèche active**

**5 à 6 tasses de farine de blé entier**

**3/4 tasse de lait en poudre**

**2 c. à thé de sel**

**1/3 tasse d'huile**

Dissoudre 1 c. à soupe de cassonade dans l'eau chaude dans un petit bol. Ajouter la levure et laisser le mélange reposer.

Mettre 4 tasses de farine, le lait en poudre, 1/3 tasse de cassonade et le sel dans le bol du batteur. Fixer le bol et le crochet pétrisseur au batteur. Régler à la vitesse 2 et mélanger pendant environ 15 secondes. Continuer à la vitesse 2, ajouter graduellement le mélange de levure et l'huile à la farine et battre environ 1 1/2 minute de plus. Arrêter le batteur et racler le bol, au besoin.

Continuer à la vitesse 2, ajouter le reste de la farine, 1/2 tasse à la fois, et mélanger environ 2 minutes ou jusqu'à ce que la pâte colle au crochet et se décolle des parois du bol. Pétrir à la vitesse 2 environ 2 minutes de plus.

Placer la pâte dans un bol graissé, en la tournant pour en graisser le dessus. Couvrir. Laisser lever dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, environ 1 heure ou jusqu'à ce qu'elle double de volume.

Enfoncer fermement le poing dans la pâte et la couper en deux. Former chaque moitié en un pain, selon les directives de la page 94. Placer dans un moule graissé de 8 1/2 x 4 1/2 x 2 1/2 po. Couvrir. Laisser lever dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, environ 1 heure ou jusqu'à ce que la pâte ait doublé de volume.

Faire cuire au four à 400°F pendant 15 minutes. Réduire la température du four à 350°F et faire cuire 30 minutes de plus. Démouler immédiatement et laisser refroidir sur des grilles.

**PAR PORTION:** ENVIRON 112 CALORIES, 4 G DE PROTÉINES, 19 G DE GLUCIDES, 3 G DE MATIÈRES GRASSES, 2 MG DE CHOLESTÉROL, 146 MG DE SODIUM

*\*Remarque: Il se peut que la pâte ne forme pas de boule sur le crochet. Cependant, en autant que le crochet est en contact avec la pâte, elle sera pétrie. Ne pas ajouter plus que la quantité maximale de farine spécifiée sinon le pain sera trop sec.*

## PAIN BLANC À LEVÉE RAPIDE À FROID

**DONNE:** 32 PORTIONS (16 TRANCHES PAR PAIN)

- |  |   |
|--|---|
| <b>6 à 7 tasses de farine tout-usage</b> | <b>¼ tasse de beurre ou margarine, ramolli</b>    |
| <b>2 c. à sour de sucre</b>              | <b>2 tasses d'eau très chaude (120°F à 130°F)</b> |
| <b>3½ c. à thé de sel</b>                |   |
| <b>3 paquets de levure sèche active</b>  |   |

Mettre 5½ tasses de farine, le sucre, le sel, la levure et le beurre dans le bol du batteur. Fixer le bol et le crochet pétrisseur au batteur. Régler à la vitesse 2 et mélanger pendant environ 20 secondes. Ajouter graduellement l'eau chaude et mélanger pendant environ 1½ minute supplémentaire.

Toujours à la vitesse 2, ajouter le reste de la farine, ½ tasse à la fois, et mélanger jusqu'à ce que la pâte colle au crochet et se détache complètement des parois du bol, soit environ 2 minutes de plus. Pétrir à la vitesse 2 environ 2 minutes de plus.

Couvrir la pâte d'une pellicule de plastique et d'une serviette. Laisser reposer 20 minutes.

Séparer la pâte en deux. Façonner chaque moitié en pain selon les directives de la page 94. Déposer dans des moules à pain graissés de 8½×4½×2½ po. Au pincer, étaler de l'huile sur chaque pain et les couvrir sans serrer d'une pellicule de plastique. Réfrigérer de 2 à 12 heures.

Lorsque la pâte est prête pour la cuisson, la découvrir avec soin. Laisser reposer à température ambiante pendant 10 minutes. Piquer les bulles d'air qui ont pu se former. Faire cuire à 400°F de 35 à 40 minutes. Démouler immédiatement et laisser refroidir sur des grilles.

**PAR PORTION:** ENVIRON 110 CALORIES, 3 G DE PROTÉINES, 21 G DE GLUCIDES, 2 G DE MATIÈRES GRASSES, 0 MG DE CHOLESTÉROL, 251 MG DE SODIUM

## Directives générales pour faire et pétrir de la pâte à la levure avec la méthode pour une levée rapide

Avec la méthode pour une levée rapide, la levure sèche est mélangée aux autres ingrédients secs avant que le liquide soit ajouté, contrairement à la méthode traditionnelle qui nécessite la dissolution de la levure dans un liquide chaud.

- 1.** Mettre la levure et les autres ingrédients secs, sauf 1 à 2 tasses de farine, dans le bol du batteur.
- 2.** Fixer le bol et le crochet pétrisseur au batteur. Régler à la vitesse 2 et bien mélanger les ingrédients secs, soit environ 15 secondes.
- 3.** Toujours à la vitesse 2, ajouter graduellement\* les ingrédients liquides à la préparation de farine et mélanger 1 à 2 minutes supplémentaires.
- 4.** À la vitesse 2, incorporer le reste de la farine,  $\frac{1}{2}$  tasse à la fois, jusqu'à ce que la pâte prenne forme. Mélanger jusqu'à ce que la pâte colle au crochet et se détache complètement des parois du bol, soit environ 2 minutes.
- 5.** Lorsque la pâte colle au crochet, pétrir à la vitesse 2 jusqu'à ce qu'elle soit lisse et élastique, environ 2 minutes.
- 6.** Détacher le crochet pétrisseur et le bol du batteur, puis décoller la pâte du crochet et du bol. Suivre les directives de la recette pour faire lever, façonner et faire cuire le pain.

*\*Remarque: Si les ingrédients liquides sont ajoutés trop rapidement à l'étape 3, ils s'accumuleront autour du crochet pétrisseur et ralentiront le pétrissage.*

**CONSEIL:** La méthode pour une levée rapide peut être plus facile et rapide pour ceux qui ont moins d'expérience à faire du pain. Comme la levure est mélangée aux ingrédients secs plutôt qu'à un liquide chaud, elle supporte mieux la température.

## PÂTE À PIZZA CROUSTILLANTE

**DONNE :** 4 PORTIONS (1/4 PIZZA PAR PORTION)

- |   |   |
|---|---|
| <b>1</b> paquet de levure sèche active      | <b>2</b> c. à thé d'huile d'olive                       |
| <b>1</b> tasse d'eau chaude (105°F à 115°F) | <b>2 1/2</b> à <b>3 1/2</b> tasses de farine tout-usage |
| <b>1/2</b> c. à thé de sel                  | <b>1</b> c. à soupe de semoule de maïs                  |

Dissoudre la levure dans l'eau chaude dans le bol réchauffé du batteur. Ajouter le sel, l'huile d'olive et 2 1/2 tasses de farine. Fixer le bol et le crochet pétrisseur au batteur. Régler à la vitesse 2 et mélanger environ 1 minute.

Continuer à la vitesse 2, ajouter le reste de la farine, 1/2 tasse à la fois, et mélanger environ 2 minutes ou jusqu'à ce que la pâte colle au crochet et se détache complètement des parois du bol. Pétrir à la vitesse 2 environ 2 minutes de plus.

Mettre la pâte dans un bol graissé, en la tournant pour en graisser le dessus. Couvrir. Laisser lever dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, environ 1 heure ou jusqu'à ce qu'elle double de volume. Enfoncer fermement le poing dans la pâte.

Au pinceau, étaler de l'huile dans une assiette à pizza de 14 po. Saupoudrer de semoule de maïs. Enfoncer la pâte dans le fond de l'assiette, en formant un col autour du bord pour retenir les garnitures. Ajouter les garnitures au goût. Faire cuire au four à 450°F de 15 à 20 minutes.

**PAR PORTION :** ENVIRON 373 CALORIES, 11 G DE PROTÉINES, 74 G DE GLUCIDES, 3 G DE MATIÈRES GRASSES, 0 MG DE CHOLESTÉROL, 271 MG DE SODIUM

# POPOVERS

**DONNE:** 8 POPOVERS

**2 œufs**

**1 tasse de lait**

**1 c. à soupe de beurre ou  
margarine, fondu**

**1 tasse de farine tout-usage**

**¼ c. à thé de sel**

Mettre les œufs, le lait, le beurre, la farine et le sel dans le bol du batteur. Fixer le bol et le fouet à fil au batteur. Régler à la vitesse 4 et battre 15 secondes. Arrêter et râcler le bol. Régler à la vitesse 4 et battre 15 secondes de plus.

Remplir à moitié 8 ramequins bien graissés et farinés de mélange. Déposer les ramequins sur une tôle à biscuits. Mettre la tôle à biscuits dans le four froid et régler la température à 450°F. Faire cuire pendant 15 minutes; réduire la chaleur à 350°F et laisser cuire de 20 à 25 minutes supplémentaires. Sortir du four et faire une fente sur le côté de chaque popover. Servir immédiatement.

**PAR PORTION:** ENVIRON 103 CALORIES, 4 G DE PROTÉINES, 13 G DE GLUCIDES,  
3 G DE MATIÈRES GRASSES, 59 MG DE CHOLESTÉROL, 115 MG DE SODIUM

## BISCUITS À LEVURE CHIMIQUE

**DONNE:** 16 BISCUITS

- |  |                                   |
|--|-----------------------------------|
| <b>2 tasses de farine tout-usage</b>   | <b>¼ tasse de beurre</b>          |
| <b>1 c. à soupe de levure chimique</b> | <b>3 c. à soupe de shortening</b> |
| <b>½ c. à thé de sel</b>               | <b>Environ ¾ tasse de lait</b>    |

Préchauffer le four à 450° F. Graisser une plaque de pâtisserie.

Tamiser la farine, la levure chimique et le sel dans le bol moyen. À l'aide mélangeur à pâtisserie ou de 2 couteaux, mélanger le beurre et le shortening jusqu'à l'obtention d'une préparation granuleuse. Ajouter en brassant juste assez de lait pour obtenir une pâte lisse.

Renverser la pâte sur une surface légèrement farinée. Pétrir légèrement. Rouler jusqu'à ce que la pâte ait ½ pouce d'épaisseur. Couper en cercles de 2 pouces. Déposer sur la plaque de pâtisserie graissée.

Faire cuire 8 à 10 minutes ou jusqu'à ce que les biscuits aient bruni.

---

**PAR PORTION:** ENVIRON 135 CAL, 3 G DE PROTÉINES, 17 G DE GLUCIDES, 6 G DE MATIÈRES GRASSES, 1 MG DE CHOLESTÉROL, 183 MG DE SODIUM

# GÂTEAU BLANC FACILE

**DONNE:** 12 À 16 PORTIONS

- |                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| <b>2 tasses de farine tout-usage</b> | <b>½ tasse de shortening</b>                               |
| <b>1½ tasse de sucre</b>             | <b>1 tasse de lait à faible teneur en matières grasses</b> |
| <b>3 c. à thé de levure chimique</b> | <b>1 c. à thé de vanille</b>                               |
| <b>½ c. à thé de sel</b>             | <b>4 blancs d'œufs</b>                                     |

Combiner les ingrédients secs dans le bol du batteur. Ajouter le shortening, le lait et la vanille. Fixer le bol et le fouet plat au batteur. Régler à la vitesse 2 et mélanger environ 1 minute. Arrêter le batteur et racler le bol. Ajouter les blancs d'œufs. Régler à la vitesse 6 et battre environ 1 minute ou jusqu'à l'obtention d'un mélange lisse et velouté.

Verser la préparation dans deux moules ronds de 8 ou 9 pouces graissés et saupoudrés de farine. Faire cuire au four à 350°F de 30 à 35 minutes ou jusqu'à ce que le cure-dent inséré au centre en sorte propre. Laisser refroidir 10 minutes. Démouler. Laisser complètement refroidir sur une grille. Recouvrir d'un glaçage au goût.

**PAR PORTION:** ENVIRON 267 CALORIES, 4 G DE PROTÉINES, 42 G DE GLUCIDES, 9 G DE MATIÈRES GRASSES, 2 MG DE CHOLESTÉROL, 183 MG DE SODIUM



## GÂTEAU JAUNE RAPIDE

DONNE: 12 À 16 PORTIONS

2¼ tasse de farine tout-usage

1⅓ tasse de sucre

3 c. à thé de levure chimique

½ c. à thé de sel

½ tasse de shortening

1 tasse de lait à faible teneur  
en matières grasses

1 c. à thé de vanille

2 œufs

Combiner les ingrédients secs dans le bol du batteur. Ajouter le shortening, le lait et la vanille. Fixer le bol et le fouet plat au batteur. Régler à la vitesse 2 et mélanger environ 1 minute. Arrêter le batteur et racler le bol. Ajouter les œufs. Continuer à la vitesse 2, mélanger pendant environ 30 secondes. Arrêter le batteur et racler le bol. Régler à la vitesse 6 et battre pendant environ 1 minute.

Verser la préparation dans deux moules ronds de 8 ou 9 po graissés et saupoudrés de farine. Faire cuire au four à 350°F de 30 à 35 minutes ou jusqu'à ce que le cure-dent inséré au centre en sorte propre. Laisser refroidir 10 minutes. Démouler. Laisser complètement refroidir sur une grille. Recouvrir d'un glaçage au goût.

**PAR PORTION:** ENVIRON 272 CALORIES, 4 G DE PROTÉINES, 42 G DE GLUCIDES, 10 G DE MATIÈRES GRASSES, 37 MG DE CHOLESTÉROL, 175 MG DE SODIUM

## GLAÇAGE AU CHOCOLAT

**DONNE:** 12 À 16 PORTIONS (GLAÇAGE POUR UN GÂTEAU À 2 ÉTAGES OU UN GÂTEAU DE 13×9×2 PO)

- |   |   |
|---|---|
| <b>1 tasse de beurre, ramolli</b>         | <b>4 tasses de sucre en poudre</b>                          |
| <b>2 c. à soupe de sirop de maïs pâle</b> | <b>2 carrés (1 oz. chacun) de chocolat non sucré, fondu</b> |

Mettre le beurre dans le bol du batteur. Fixer le bol et le fouet plat au batteur. Régler à la vitesse 4 et battre environ 1 ½ minute ou jusqu'à ce que le beurre soit crémeux. Arrêter le batteur et racler le bol. Ajouter le sirop de maïs. Régler à la vitesse 2 et bien mélanger. Arrêter le batteur et racler le bol.

Régler à la vitesse pour mélanger. Ajouter graduellement le sucre en poudre en mélangeant bien. Régler à la vitesse 4 et battre environ 1 minute. Arrêter le batteur et racler le bol. Régler à la vitesse 2. Ajouter lentement le chocolat fondu et mélanger pendant environ 1 ½ minute. Arrêter le batteur et racler le bol. Régler à la vitesse 4 et battre pendant environ 1 minute.

**PAR PORTION:** ENVIRON 325 CALORIES, 1 G DE PROTÉINES, 44 G DE GLUCIDES, 18 G DE MATIÈRES GRASSES, 41 MG DE CHOLESTÉROL, 160 MG DE SODIUM

## GÂTEAU AU CHOCOLAT

DONNE: 12 À 16 PORTIONS

- |                                     |  |
|-------------------------------------|--|
| 2 tasses de farine tout-usage       | ½ tasse de shortening                                |
| 1⅓ tasse de sucre                   | 1 tasse de lait à faible teneur en matières grasses  |
| 1 c. à thé de levure chimique       | 1 c. à thé de vanille                                |
| ½ c. à thé de bicarbonate de sodium | 2 œufs   |
| ½ c. à thé de sel                   | 2 carrés (1 oz. chacun) de chocolat non sucré, fondu |

Combiner les ingrédients secs dans le bol du batteur. Ajouter le shortening, le lait et la vanille. Fixer le bol et le fouet plat au batteur. Régler à la vitesse 2 et mélanger environ 1 minute. Arrêter le batteur et racler le bol. Ajouter les œufs et le chocolat. Continuer à la vitesse 2, mélanger pendant environ 30 secondes. Arrêter le batteur et racler le bol. Régler à la vitesse 6 et battre pendant environ 1 minute.

Verser la préparation dans deux moules ronds de 8 ou 9 pouces graissés et saupoudrés de farine. Faire cuire au four à 350°F de 30 à 35 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dent inséré au centre en sorte propre. Laisser refroidir 10 minutes. Démouler. Laisser complètement refroidir sur une grille. Recouvrir d'un glaçage au goût.

**PAR PORTION:** ENVIRON 285 CALORIES, 4 G DE PROTÉINES, 41 G DE GLUCIDES, 12 G DE MATIÈRES GRASSES, 37 MG DE CHOLESTÉROL, 185 MG DE SODIUM

## GLAÇAGE À LA CRÈME AU BEURRE

**DONNE:** 12 À 16 PORTIONS (GLAÇAGE POUR UN GÂTEAU À DEUX ÉTAGES OU UN GÂTEAU DE 13 × 9 × 2 PO)

1/3 tasse de beurre, ramolli

1/4 c. à thé de sel

1/4 tasse de crème ou lait évaporé

4 tasses de sucre à glacer, divisé

1 c. à thé de vanille

Lait faible en gras, au besoin

Placer le beurre dans le bol du batteur. Fixer le bol et le fouet plat au batteur. Régler à la vitesse 4 et battre environ 1 minute ou jusqu'à ce que le mélange soit crémeux. Arrêter le batteur et racler le bol. Ajouter la crème, la vanille, le sel et 1 tasse de sucre à glacer. Régler à la vitesse de brassage et mélanger pendant environ 30 secondes. Arrêter le batteur et racler le bol. Régler à la vitesse 2 et mélanger pendant environ 1 1/2 minute ou jusqu'à ce que le mélange soit uniforme. Arrêter le batteur et racler le bol.

Régler à la vitesse de brassage. Ajouter graduellement les 3 autres tasses de sucre à glacer et bien mélanger. Arrêter le batteur et racler le bol, au besoin. Ajouter le lait, 1 c. à thé à la fois, au besoin. Régler à la vitesse 4 et battre pendant environ 1 minute ou jusqu'à consistance lisse.

**PAR PORTION:** ENVIRON 208 CALORIES, 0 G DE PROTÉINES, 40 G DE GLUCIDES, 6 G DE MATIÈRES GRASSES, 16 MG DE CHOLESTÉROL, 99 MG DE SODIUM

## TARTE À LA LIME

DONNE: 1 TARTE

- |   |   |
|---|---|
| <b>2 tasses de sucre, divisé</b>                  | <b>2 c. à soupe de beurre</b>                 |
| <b>¼ tasse plus 2 c. à soupe d'amidon de maïs</b> | <b>1½ tasse d'eau bouillante</b>              |
| <b>¼ c. à thé de sel</b>                          | <b>1 c. à thé de zeste de lime</b>            |
| <b>½ tasse de jus de lime frais</b>               | <b>Colorant alimentaire vert (facultatif)</b> |
| <b>½ tasse d'eau froide</b>                       | <b>¼ c. à thé de crème de tartre</b>          |
| <b>3 œufs, séparés</b>                            | <b>Croûte de tarte de 9 po</b>                |

**1.** Combiner 1½ tasse de sucre, l'amidon de maïs et le sel dans une casserole de 2 litres. Ajouter le jus de lime, l'eau et les jaunes d'œufs. Bien mélanger. Incorporer le beurre et verser graduellement l'eau bouillante. Porter à ébullition sur feu moyen et faire cuire 3 minutes en brassant constamment. En mélangeant, ajouter le zeste de lime et le colorant alimentaire vert. Retirer du feu et laisser refroidir pendant 20 minutes.

**2.** Faire monter les blancs d'œufs en neige à l'aide d'un malaxeur réglé à grande vitesse. Ajouter la crème de tartre et battre jusqu'à la formation de pointes souples. Toujours à grande vitesse, incorporer graduellement le reste du sucre et battre jusqu'à la formation de pointes fermes.

**3.** Verser la garniture refroidie sur la croûte de tarte. Recouvrir légèrement de meringue en l'étendant jusqu'au rebord. Faire cuire à 350°F pendant 15 minutes ou jusqu'à ce que le dessus soit légèrement doré. Bien refroidir avant de servir.

**PAR PORTION:** (1/8 TARTE) ENVIRON 398 CALORIES, 4 G DE PROTÉINES, 69 G DE GLUCIDES, 12 G DE MATIÈRES GRASSES, 91 MG DE CHOLESTÉROL, 240 MG DE SODIUM

## DACQUOISE AUX AMANDES

**DONNE:** 1 GÂTEAU (8 PO)

- |   |   |
|---|---|
| <b>6 onces d'amandes blanchies, moulues</b>                 | $\frac{1}{4}$ c. à thé de crème de tartre                   |
| <b>1 tasse de sucre à glacer</b>                            | <b>3 c. à soupe de sucre</b>                                |
| <b><math>\frac{1}{2}</math> c. à soupe d'amidon de maïs</b> | <b><math>\frac{1}{4}</math> c. à thé de vanille</b>         |
| <b>6 blancs d'œufs</b>                                      | <b><math>\frac{1}{4}</math> c. à thé d'essence d'amande</b> |
| <b><math>\frac{1}{8}</math> c. à thé de sel</b>             | <b>Crème au beurre au chocolat (recette ci-après)</b>       |

1. Combiner les amandes, le sucre à glacer et l'amidon de maïs. Mettre de côté.
2. Déposer les blancs d'œufs dans un bol. Fixer le bol et les fouets au batteur. Régler à la vitesse 6 et battre jusqu'à l'obtention d'un mélange mousseux. Ajouter le sel et la crème de tartre et continuer de fouetter jusqu'à la formation de pointes souples. Verser le sucre, la vanille et l'essence d'amande en battant jusqu'à la formation de pointes fermes. Réduire à la vitesse de brassage et incorporer rapidement le mélange d'amandes. Bien mélanger.
3. À l'aide d'une poche à décorer munie d'une grande douille ordinaire ( $\frac{1}{2}$  po), dresser le mélange sur des plaques à pâtisserie graissées et farinées de manière à former 3 cercles de 8 po. Faire cuire à 250°F de 35 à 45 minutes. Retirer des plaques à pâtisserie et laisser refroidir sur du papier d'aluminium. Fourrer et glacer de crème au beurre au chocolat.

## CRÈME AU BEURRE AU CHOCOLAT

- |  |   |
|--|---|
| <b>2 jaunes d'œufs</b>   | <b><math>\frac{3}{4}</math> tasse (1 <math>\frac{1}{2}</math> bâtonnet) de beurre ou margarine, ramolli</b> |
| <b>1 tasse de sucre à glacer</b>                               |   |
| <b>2 carrés (1 once chacun) de chocolat semi-sucré, fondus</b> | <b><math>\frac{1}{2}</math> c. à thé de vanille</b>   |

1. Déposer les jaunes d'œufs dans un bol. Fixer le bol et les fouets au batteur. Régler à la vitesse 6 et battre 2 minutes. Arrêter et racler le bol.
2. Régler à la vitesse 4 et ajouter graduellement le sucre à glacer, le chocolat, le beurre et la vanille. Continuer de battre jusqu'à l'obtention d'un mélange mousseux, soit environ 5 minutes.

**PAR PORTION:** ( $\frac{1}{8}$  GÂTEAU) ENVIRON 491 CALORIES, 9 G DE PROTÉINES, 45 G DE GLUCIDES, 33 G DE MATIÈRES GRASSES, 102 MG DE CHOLESTÉROL, 272 MG DE SODIUM

## PÂTE À TARTE KITCHENAID

**DONNE:** 8 PORTIONS (DEUX CROÛTES DE 8 OU 9 PO)**2¼ tasses de farine tout-usage****¾ c. à thé de sel****½ tasse de shortening, bien froid****2 c. à soupe de beurre ou margarine, bien froid****5 à 6 c. à soupe d'eau froide**

Mettre la farine et le sel dans le bol du batteur. Fixer le bol et le fouet plat au batteur. Régler à la vitesse d'agitation et mélanger 15 secondes. Couper le shortening et le beurre en morceaux et les ajouter au mélange de farine. Régler à la vitesse d'agitation et mélanger jusqu'à ce que les particules de shortening soient de la taille de petits pois, soit de 30 à 45 secondes. Continuer à la vitesse d'agitation, ajouter l'eau, 1 c. à soupe à la fois, en mélangeant jusqu'à ce que toutes les particules soient humidifiées et que la pâte commence à coller ensemble. Couper la pâte en deux. À la main, façonner chaque moitié en une boule lisse et l'aplatir légèrement. Envelopper d'une pellicule de plastique. Réfrigérer 15 minutes.

Rouler une moitié de pâte à une épaisseur de ⅛ po entre des feuilles de papier ciré. Plier la pâte en quatre. La glisser dans une assiette à tarte de 8 ou 9 po et la déplier, en appuyant fermement contre le fond et les parois.

**Pour une tarte à une croûte:** Replier le bord. Pincer la pâte si désiré. Ajouter la garniture de tarte choisie. Faire cuire selon les directives.

**Pour une tarte à deux croûtes:** Couper la pâte au ras du bord de l'assiette à tarte. Rouler la deuxième moitié de la pâte. Ajouter la garniture de tarte choisie. Recouvrir de la deuxième pâte à tarte. Sceller le bord. Pincer la pâte si désiré. Couper des fentes pour que la vapeur puisse s'échapper. Faire cuire selon les directives.

**Pour un fond de pâtisserie cuit:** Replier le bord. Pincer la pâte si désiré. Piquer les côtés et le fond à la fourchette. Faire cuire au four à 450°F de 8 à 10 minutes ou jusqu'à ce que ce soit doré. Laisser complètement refroidir sur une grille et garnir.

**Autre méthode pour un fond de pâtisserie cuit:** Replier le bord. Pincer la pâte si désiré. Garnir le fond de pâtisserie de papier d'aluminium. Remplir de poids à tarte ou d'haricots secs. Faire cuire au four à 450°F de 10 à 12 minutes ou jusqu'à ce que tous les bords soient légèrement dorés. Retirer les poids à tarte et le papier d'aluminium. Laisser complètement refroidir sur une grille et garnir.

**PAR PORTION (UNE CROÛTE):** ENVIRON 134 CALORIES, 2 G DE PROTÉINES, 13 G DE GLUCIDES, 8 G DE MATIÈRES GRASSES, 0 MG DE CHOLESTÉROL, 118 MG DE SODIUM

**PAR PORTION (DEUX CROÛTES):** ENVIRON 267 CALORIES, 4 G DE PROTÉINES, 27 G DE GLUCIDES, 16 G DE MATIÈRES GRASSES, 0 MG DE CHOLESTÉROL, 236 MG DE SODIUM

## TARTE PAYSANNE AUX POMMES

**DONNE:** 8 PORTIONS

- |  |  |
|--|--|
| 2½ lb. (environ 6 grosses) pommes<br>vertes sures, pelées et en<br>tranches minces | ½ tasse de farine                                  |
| 2 c. à soupe de jus de citron  | ½ c. à t hé de cannelle                            |
| ¼ tasse de sucre granulé   | ¼ tasse de beurre, fondu                           |
| ⅓ tasse de cassonade pâle  | 1 pâte à tarte non cuite<br>(9 po) (voir page 108) |

Mélanger les pommes, le jus de citron et le sucre granulé. Mettre de côté.

Placer le reste des ingrédients, sauf la pâte à tarte, dans le bol du batteur. Fixer le bol et le fouet plat au batteur. Régler à la vitesse 2 et mélanger jusqu'à l'obtention d'une texture granuleuse. Mettre de côté.

Rouler la pâte en un cercle de 13 po. La déposer sur une plaque à pâtisserie (la pâte peut dépasser la plaque).

Déposer soigneusement les pommes au centre de la pâte en laissant une bordure de 2 po sur le pourtour. Saupoudrer du mélange de cannelle et de sucre. Replier la pâte sur la garniture en la plissant au besoin pour bien couvrir les pommes. Appuyer légèrement sur la pâte pour lui donner sa forme.

Cuire au four à 400°F jusqu'à ce que la pâte soit dorée et les pommes tendres, soit environ 30 minutes. Laisser refroidir la tarte pendant 10 minutes sur la plaque à pâtisserie déposée sur une grille. Servir chaud.

**PAR PORTION:** ENVIRON 452 CALORIES, 5 G DE PROTÉINES, 60 G DE GLUCIDES, 21 G DE MATIÈRES GRASSES, 23 MG DE CHOLESTÉROL, 290 MG DE SODIUM



## BISCUITS AU BEURRE D'ARACHIDE

**DONNE:** 36 PORTIONS (1 BISCUIT PAR PORTION)

½ tasse de beurre d'arachide	½ c. à thé de vanille
½ tasse de beurre ou de margarine, ramolli	½ c. à thé de bicarbonate de sodium
½ tasse de sucre granulé	¼ c. à thé de sel
½ tasse de cassonade	1 ¼ tasse de farine tout-usage
1 œuf	

Déposer le beurre d'arachide et le beurre dans le bol du batteur. Fixer le bol et le fouet plat au batteur. Régler à la vitesse 6 et battre jusqu'à ce que le mélange soit lisse, environ 1 minute. Arrêter le batteur et racler le bol. Ajouter le sucre, la cassonade, l'œuf et la vanille. Régler à la vitesse 4 et battre pendant environ 1 minute. Arrêter le batteur et racler le bol.

Régler à la vitesse de brassage. Incorporer graduellement le reste des ingrédients au mélange de sucre et mélanger pendant environ 30 secondes. Régler à la vitesse 2 et mélanger pendant environ 30 secondes.

Rouler la pâte en boulettes de 1 pouce. Déposer les boulettes à 2 pouces l'une de l'autre sur des plaques à pâtisserie non graissées. Aplatir avec une fourchette de manière à obtenir un motif entrecroisé jusqu'à l'obtention d'un biscuit de ¼ pouce d'épaisseur.

Faire cuire à 375° F jusqu'à ce que les biscuits soient dorés, environ 10 à 12 minutes. Enlever immédiatement des plaques de pâtisserie et laisser refroidir sur des grilles.

---

**PAR PORTION:** ENVIRON 83 CAL, 2 G DE PROTÉINES, 10 G DE GLUCIDES, 4 G DE MATIÈRES GRASSES, 6 MG DE CHOLESTÉROL, 81 MG DE SODIUM

# BISCUITS AUX PÉPITES DE CHOCOLAT

**DONNE:** 54 PORTIONS (1 BISCUIT PAR PORTION)

- |  |  |
|--|--|
| <b>1 tasse de sucre granulé</b>                | <b>1 c. à thé de bicarbonate de sodium</b>   |
| <b>1 tasse de cassonade</b>                    | <b>1 c. à thé de sel</b>                     |
| <b>1 tasse de beurre ou margarine, ramolli</b> | <b>3 tasses de farine tout-usage</b>         |
| <b>2 œufs</b>                                  | <b>12 oz de pépites de chocolat mi-sucré</b> |
| <b>1½ c. à thé de vanille</b>                  |  |

Mettre le sucre, la cassonade, le beurre, les œufs et la vanille dans le bol du batteur. Fixer le bol et le fouet plat au batteur. Régler à la vitesse 2 et mélanger pendant environ 30 secondes. Arrêter le batteur et racler le bol. Régler à la vitesse 4 et battre environ 30 secondes. Arrêter le batteur et racler le bol.

Régler à la vitesse d'agitation (Stir). Ajouter graduellement le bicarbonate de sodium, le sel et la farine au mélange de sucre et mélanger pendant environ 2 minutes. Régler à la vitesse 2 et mélanger pendant environ 30 secondes. Arrêter le batteur et racler le bol. Incorporer les pépites de chocolat. Régler à la vitesse d'agitation (Stir) et mélanger pendant environ 15 secondes.

À l'aide d'une cuillère à thé, déposer sur des plaques à pâtisserie graissées en laissant environ 2 po entre chacun. Cuire au four à 375°F de 10 à 12 minutes. Retirer immédiatement des plaques à pâtisserie et laisser refroidir sur des grilles.

**PAR PORTION:** ENVIRON 117 CALORIES, 1 G DE PROTÉINES, 17 G DE GLUCIDES, 5 G DE MATIÈRES GRASSES, 8 MG DE CHOLESTÉROL, 106 MG DE SODIUM

## VARIATIONS

Vous pouvez substituer deux tasses de raisins secs, de noix de coco ou de noix hachées aux pépites de chocolat.

## CARRÉS AU CHOCOLAT FONDANT

DONNE: 36 PORTIONS (1 CARRÉ PAR PORTION)

- |   |                                    |
|---|------------------------------------|
| 1 tasse de margarine ou beurre, ramolli, divisé | 3 œufs                             |
| 4 carrés (1 oz. chacun) de chocolat non sucré   | 1 tasse de farine tout-usage       |
| 2 tasses de sucre                               | ½ c. à thé de sel                  |
| 1 c. à thé de vanille                           | 1 tasse de noix ou pacanes hachées |

Sur feu doux, faire fondre ensemble ½ tasse de margarine et le chocolat dans une petite casserole; laisser refroidir.

Mettre le reste de la margarine (½ tasse), le sucre et la vanille dans le bol du batteur. Fixer le bol et le fouet plat au batteur. Régler à la vitesse 2 et mélanger pendant environ 30 secondes. Régler à la vitesse 6 et battre environ 2 minutes. Régler à la vitesse 4. Ajouter les œufs, un à la fois, en battant pendant 15 secondes après chaque œuf. Arrêter le batteur et racler le bol.

Incorporer le mélange de chocolat refroidi. Régler à la vitesse 2 et mélanger environ 30 secondes. Arrêter le batteur et racler le bol. Ajouter le reste des ingrédients. Régler à la vitesse d'agitation (Stir) et bien mélanger pendant environ 30 secondes.

Verser dans une plaque à pâtisserie de 13×9×2 po graissée et saupoudrée de farine. Faire cuire au four à 350°F pendant 45 minutes. Laisser refroidir dans la plaque déposée sur une grille, puis couper en carrés.

**PAR PORTION:** ENVIRON 143 CALORIES, 2 G DE PROTÉINES, 16 G DE GLUCIDES, 9 G DE MATIÈRES GRASSES, 18 MG DE CHOLESTÉROL, 93 MG DE SODIUM

# MENTHES CRÉMEUSES SANS CUISSON

**DONNE:** 7 DOUZAINES DE MENTHES

**1** paquet (3 oz.) de fromage  
à la crème léger  
**1/4** c. à thé d'essence de menthe

**2** gouttes de colorant alimentaire  
vert (ou d'une couleur au  
choix)  
**4 1/4** à **4 1/2** tasses de sucre en poudre  
Sucre superfin

Mettre le fromage à la crème, l'essence et le colorant alimentaire dans le bol du batteur. Fixer le bol et le fouet plat au batteur. Régler à la vitesse 2 et mélanger environ 30 secondes ou jusqu'à l'obtention d'un mélange lisse. Continuer à la vitesse 2, ajouter progressivement le sucre en poudre et mélanger environ 1 1/2 minute ou jusqu'à ce que le mélange devienne très ferme.

Pour faire des menthes, plonger des moules à bonbon individuels flexibles dans du sucre superfin. En appuyant, remplir les moules de mélange de menthe. Retourner sur du papier ciré couvert de sucre superfin. Répéter la procédure jusqu'à ce que tout le mélange soit utilisé. OU: Façonner le mélange en boules de 3/4 po en utilisant environ 1 c. à thé pour chaque boule. Rouler dans le sucre superfin. Placer sur du papier ciré couvert de sucre superfin. Aplatir légèrement du pouce pour former des galettes 1/4 po d'épais. Si désiré, appuyer légèrement l'arrière d'une fourchette sur les galettes pour former des crêtes.

Ranger les menthes, bien couvertes, au réfrigérateur. Elles peuvent aussi être congelées.

**PAR PORTION:** (2 MENTHES) ENVIRON 54 CALORIES, 0 G DE PROTÉINES,  
13 G DE GLUCIDES, 0 G DE MATIÈRES GRASSES, 1 MG DE CHOLESTÉROL,  
12 MG DE SODIUM

## SORBETIÈRE

### Modèle : KICA



La sorbetière sert à la préparation d'une variété de desserts congelés ainsi que de la crème glacée fraîche, pure et de consistance molle. Pour obtenir une crème glacée dure, mettez-la au

congélateur dans un contenant hermétique pendant 2 à 4 heures. Donne jusqu'à 2 litres de dessert congelé en 20 à 30 minutes.

## MACHINE À RAVIOLIS

### Modèle : KRAV



Que vous préférerez les raviolis à la viande, au fromage ou aux épinards, nos rouleaux de conception spéciale pinceront la pâte de manière à sceller la garniture à l'intérieur pour vous donner chaque fois de délicieuses pâtes maison.

**Comprend:** large rouleau pour la confection de 3 rangées de raviolis, cuillère à garniture, brosse à nettoyer

## ENSEMBLE DE ROULEAU ET COUPEAU À PÂTES

### Modèle : KPRA



La confection de pâtes fraîches dignes d'un restaurant n'aura jamais été aussi facile. Donne des feuilles de pâtes parfaites et égales en un rien de temps. Et contrairement aux

rouleaux activés à la main, vous avez les mains libres pour guider la pâte dans la machine. Vous pourrez ainsi faire des tonnes de tortellinis ou des piles de pérogies en quelques minutes ou encore, utiliser les coupeaux pour confectionner des fettuccinis ou des spaghettis maison.

**Comprend:** rouleau, coupeau à fettuccinis, coupeau à spaghettis

## MOULIN À GRAINS

### Modèle : GMA



Maximisez l'apport nutritif et choisissez la texture des grains de votre régime en les moulant à la maison. Pour éviter les additifs des produits commerciaux,

moulez votre propre farine ou semoule de maïs. Parfait pour la préparation des ingrédients du pain de blé entier ou multi-grains. Réglage pour moulage fin ou gros.

## ENGLISH

Almond Dacquoise e.....	79
Baking Powder Biscuits.....	72
Basic Egg Noodle Pasta.....	63
Basic White Bread.....	64
Buttercream Frosting.....	76
Chocolate Cake.....	76
Chocolate Chip Cookies.....	83
Chocolate Frosting.....	75
Creamy No-Cook Mints.....	86
Crusty Pizza Dough.....	70
Easy White Cake.....	73
Fudge Brownies.....	84
Key Lime Pie.....	78
KitchenAid Pie Pastry.....	80
Meatball Hors D'Oeuvres.....	62
Mushroom-Onion Tartlets.....	60
Nutty Cheeseball.....	61
Peanut Butter Cookies.....	82
Popovers.....	71
Quick Yellow Cake.....	74
Rapid Mix Cool Rise White Bread.....	68
Rustic Apple Tart.....	81
Tangy Barbecue Sauce.....	62
Whole Grain Wheat Bread.....	67

## ESPAÑOL

Biscuits de Polvo para Hornear.....	126
Bocadillos de Albóndiga.....	116
Bolitas de Queso con Nueces.....	115
Dacquoise de Almendra.....	133
Fudge Brownies (Morenitos).....	138
Galletas Chocolate Chip.....	137
Galletas de Mantequilla de Maní.....	136
Glaseado de Buttercream.....	131
Glaseado de Chocolate.....	129
Masa Para Pizza Crujiente.....	124
Mentas Cremosas Sin Cocinar.....	139

Pan Blanco Básico.....	118
Pan Blanco de Mezcla Rápida y Levantamiento en Frio.....	122
Pan de Trigo con Grano Integral.....	121
Pasta Básica de Fideos de Huevo.....	117
Pastel Amarillo Rápido.....	128
Pastel Blanco Sencillo.....	127
Pastel de Chocolate.....	130
Pastel de Lima de los Cayos.....	132
Popovers.....	125
Repostería de Pastel KitchenAid.....	134
Tarta de Manzana Rústica.....	135
Tartaletas de Hongo-Cebolla.....	114

## FRANÇAIS

Biscuits à Levure Chimique.....	100
Biscuits au Beurre d' Arachide.....	110
Biscuits aux Pêpites de Chocolat.....	111
Boule de Fromage aux Noix.....	89
Boulettes de Viande en Hors D'Œuvre.....	90
Carrés au Chocolat Fondant.....	112
Dacquoise aux Amandes.....	107
Gâteau au Chocolat.....	104
Gâteau Blanc Facile.....	101
Gâteau Jaune Rapide.....	102
Glaçage à la Crème au Beurre.....	105
Glaçage au Chocolat.....	103
Menthes Crèmeuses Sans Cuisson.....	113
Nouilles aux Œufs de Base.....	91
Pain Blanc à Levée Rapide à Froid.....	96
Pain Blanc de Base.....	92
Pain de Blé Entier.....	95
Pâte à Pizza Croustillante.....	98
Pâte à Tarte KitchenAid.....	108
Popovers.....	99
Tarte à la Lime.....	106
Tarte Paysanne aux Pommes.....	109
Tartelettes aux Champignons et aux Oignons.....	88

## METRIC CONVERSION CHART

### VOLUME MEASUREMENTS (DRY)

$\frac{1}{8}$ teaspoon = 0.5 mL
$\frac{1}{4}$ teaspoon = 1 mL
$\frac{1}{2}$ teaspoon = 2 mL
$\frac{3}{4}$ teaspoon = 4 mL
1 teaspoon = 5 mL
1 tablespoon = 15 mL
2 tablespoons = 30 mL
$\frac{1}{4}$ cup = 60 mL
$\frac{1}{3}$ cup = 75 mL
$\frac{1}{2}$ cup = 125 mL
$\frac{2}{3}$ cup = 150 mL
$\frac{3}{4}$ cup = 175 mL
1 cup = 250 mL
2 cups = 1 pint = 500 mL
3 cups = 750 mL
4 cups = 1 quart = 1 L

### VOLUME MEASUREMENTS (FLUID)

1 fluid ounce (2 tablespoons) = 30 mL
4 fluid ounces ( $\frac{1}{2}$ cup) = 125 mL
8 fluid ounces (1 cup) = 250 mL
12 fluid ounces ( $1\frac{1}{2}$ cups) = 375 mL
16 fluid ounces (2 cups) = 500 mL

### WEIGHTS (mass)

$\frac{1}{2}$ ounce = 15 g
1 ounce = 30 g
3 ounces = 90 g
4 ounces = 120 g
8 ounces = 225 g
10 ounces = 285 g
12 ounces = 360 g
16 ounces = 1 pound = 450 g

### DIMENSIONS

$\frac{1}{16}$ inch = 2 mm
$\frac{1}{8}$ inch = 3 mm
$\frac{1}{4}$ inch = 6 mm
$\frac{1}{2}$ inch = 1.5 cm
$\frac{3}{4}$ inch = 2 cm
1 inch = 2.5 cm

### OVEN TEMPERATURES

250°F = 120°C
275°F = 140°C
300°F = 150°C
325°F = 160°C
350°F = 180°C
375°F = 190°C
400°F = 200°C
425°F = 220°C
450°F = 230°C

### BAKING PAN SIZES

Utensil	Size in Inches/ Quarts	Metric Volume	Size in Centimeters
Baking or Cake Pan (square or rectangular)	8×8×2	2 L	20×20×5
	9×9×2	2.5 L	23×23×5
	12×8×2	3 L	30×20×5
	13×9×2	3.5 L	33×23×5
Loaf Pan	8×4×3	1.5 L	20×10×7
	9×5×3	2 L	23×13×7
Round Layer Cake Pan	8×1½	1.2 L	20×4
	9×1½	1.5 L	23×4
Pie Plate	8×1¼	750 mL	20×3
	9×1¼	1 L	23×3
Baking Dish or Casserole	1 quart	1 L	—
	1½ quart	1.5 L	—
	2 quart	2 L	—

© 2009 Publications International, Ltd.

KitchenAid, For The Way It's Made and the shape of the stand mixers are Trademarks of KitchenAid, U.S.A. All other trademarks are owned by their respective companies. This publication and the photographs contained therein © 2009 by Publications International, Ltd. Recipes and text on the inside front cover and pages 1-99, 101-109, 111-125, 127-135 and 137-142 © 2009 by KitchenAid. All rights reserved. This publication may not be reproduced or quoted in whole or in part by any means whatsoever without written permission from Louis Weber, CEO, Publications International, Ltd., 7373 North Cicero Avenue, Lincolnwood, IL 60712. Permission is never granted for commercial purposes.

Printed in China.

All recipes that contain specific brand names are copyrighted by those companies and/or associations, unless otherwise specified.

Photographs on pages 10-14, 18, 28-32, 34, 38, 48-52, 54, 58, 64, 69, 72, 77, 82 and 140-142 © 2009 KitchenAid, U.S.A. All rights reserved.

Photographs on pages 60-63, 67-68, 70-71, 74-75, 78-81, and 83-87 © 2009 Publications International, Ltd. All rights reserved.

Some of the products listed in this publication may be in limited distribution.

**Photography:** Stephen Hamilton Photographics, Inc.

**Photographer:** Tate Hunt

**Photographer's Assistant:** Raymond Barrera

**Prop Stylist:** Thomas G. Hamilton

**Food Stylist:** Kathy Joy

Traduction assurée par I Two, Inc.

Servicios de traducción proporcionados por I Two, Inc.





**FOR THE WAY IT'S MADE.®**

® Registered trademark/TM Trademark/  
the shape of the mixer is a trademark of KitchenAid, U.S.A.