

Marbré au chocolat (Pour 8 personnes)

Ingédients :

- 300 g de farine
- 150 ml de lait
- 150 ml d'huile de tournesol
- 200 g de sucre
- Extrait de vanille
- 4 œufs
- 1 c. à café de levure chimique
- 1 pincée de sel
- 2 c. à soupe de cacao non-sucré

Etapes de la recette :

1. Fouetter le sucre, les œufs et la vanille dans un grand bol.
2. Ajouter l'huile et le lait, continuer à mélanger.
3. Ajouter la levure chimique, le sel et la farine. Mélangez jusqu'à l'obtention d'une belle pâte à gâteau lisse et brillante, que vous divisez en 2.
4. Dans l'une des moitiés, ajoutez le cacao en poudre avec 2 c. à soupe d'eau et mélangez bien.
5. Dans un moule à cake beurré, répartissez 3 c. à soupe de pâte cacaotée au centre, la pâte va s'étaler en cercle.
6. Au milieu du 1er cercle, disposez une c. à soupe de pâte nature puis renouveler l'opération.
7. Cuire à 180° C pendant 35 min.



UTIS DE LA PLAINE ORIENTALE

- **Site de Moriani**

MAISON DES SERVICES
Route du Village
20230 SAN NICOLA
Téléphone : 04 95 58 40 50
Fax : 04 95 58 41 95

- **Site de Ghisonaccia**

MAISON DES SERVICES
Avenue du 9 septembre
20240 GHISONACCIA
Téléphone : 04 95 56 87 30
Fax : 04 95 56 87 36

Animatrices :

COSTANTINI Evelyne
HANNESSCHLAGER Delphine
PIERI Paule
SIMONPAOLI Marie-Ange
VILLOTTE Auréilia

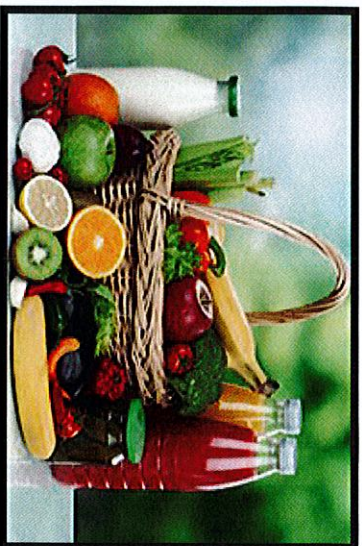
SAVEURS ET ECONOMIES



ATELIER CUISINE

Une action collective s'inscrivant dans
une démarche d'accompagnement





Les agents de l'UTIS de la plaine orientale sont attentifs à votre bien-être et à celui de votre famille. Ainsi ils vous proposent :

UN ATELIER CUISINE

Que vous apportera cette action :

- ◆ Vous accorder du temps
- ◆ Partager et échanger votre savoir-faire
- ◆ Découvrir de nouvelles pratiques culinaires
- ◆ Modifier votre comportement alimentaire

SAVEURS ET ECONOMIES

- ◆ S'alimenter à petit budget
- ◆ Acquérir des notions d'équilibre, d'hygiène et de sécurité alimentaires
- ◆ Eviter le gaspillage
- ◆ Savoir faire un panier économique
- ◆ Redonner du plaisir à la préparation et au partage d'un repas

**Autant de sujets
qui font votre
quotidien**

**Autant de bons
Moments à vivre
dans une ambiance
conviviale**



C'est une action :

COLLECTIVE :

Groupe de 5 personnes

PARTICIPATIVE :

*Fondée sur les compétences
de chacun*

*2 séances par mois
sur 3 mois
Durée d'environ 2 h 30*

*Animées par
des agents des UTIS
de Ghisonaccia
et Moriani*

