



Sweet ★ Revolution

Des recettes équitables pour un
plaisir chocolaté



Sweet Revolution



Quel est l'impact du commerce équitable?

De nombreuses familles de cultivateurs ne gagnent pas assez d'argent avec la culture du cacao et vivent donc dans la pauvreté. L'objectif du commerce équitable est de soutenir ces familles et de leur offrir des possibilités de développement afin que les générations futures aient un avenir dans la culture du cacao. En plus d'un prix minimum stable pour le cacao, les petits cultivateurs reçoivent une prime Fairtrade qu'ils peuvent utiliser pour un projet social, écologique ou économique de leur choix, par exemple des mesures visant à augmenter la productivité ou des possibilités d'éducation pour les enfants.

Avec une consommation d'environ douze kilos de chocolat par personne et par an, la Suisse fait partie du peloton de tête mondial. La part de marché du chocolat Fairtrade en Suisse est actuellement d'environ 18%.

Tous les produits en chocolat certifiés ainsi que toute la gamme de produits de Fairtrade Max Havelaar sont disponibles en ligne dans [index de produits](#).





Recettes

Munz Extra à l'orange à la mascarpone	7
Bâtonnets de cheesecake à la framboise et à la pistache	8
Salted Caramel Brownie avec amarettini et meringue	11
Sandwich à la guimauve et au lait noisettes avec de l'orange	12
Beignets de pruneaux aux noisettes et Tony's Choclonely	15



Munz Extra à l'orange à la mascarpone

Temps de préparation

30 min

Temps d'attente

20 min

Difficulté

facile

Ingrédients (pour 4 pers.)

250g de mascarpone

200g de séré maigre

100ml de crème

3 cs. de sucre en poudre

½ cc. de cannelle

1 sachet de crème fouettée

2 oranges

4 cs. de sucre roux

1 pointe de jus d'orange

Liqueur d'orange si nécessaire

Munz au cacao ou aux noisettes

Menthe

Préparation

1. Fouettez la mascarpone, la crème, la cannelle, le sucre en poudre et la crème fouettée, puis ajoutez le séré maigre.
2. Prélever les filets des oranges et les mettre de côté.
3. Faire fondre le sucre brun dans une poêle et ajouter le jus d'orange.
4. Assaisonnez à votre convenance avec de la liqueur d'orange. Ajouter les filets d'orange et laisser mijoter pendant environ 2 minutes.
5. Disposer ensuite la crème de mascarpone, les oranges et le Munz cacao ou noisettes Extra en couches alternées dans le verre.

Munz Extra à l'orange Et voilà, ce petit dessert est prêt!

Temps de préparation

10 min

Temps d'attente

120 min

Difficulté

facile

Ingrédients (pour 8-10 pers.)

1 cheesecake rond acheté
ou fait maison

600 g de chocolat Organic & Fair

20g de framboises lyophilisées

20g de pistaches hachées

Préparation

1. Couper le cheesecake en 8 à 10 parts, selon sa taille. En partant du bord le plus large, insérer un bâtonnet de glace dans chaque morceau. Mettre les morceaux au congélateur pendant environ 2 heures.
2. Entre-temps, hacher finement le chocolat et en faire fondre la moitié au bain-marie. Lorsque le chocolat est fondu, retirer le bol du feu et ajouter le reste du chocolat en remuant jusqu'à ce que tout soit fondu.
3. Verser le chocolat fondu dans un récipient haut et y plonger les morceaux de cheesecake. Ensuite, il est préférable de les placer directement sur une grille afin que le chocolat excédentaire puisse s'égoutter.
4. Il faut maintenant faire preuve de rapidité! Décorer les morceaux de gâteau avec des framboises et des pistaches tant que le chocolat est encore liquide.

Dès que le chocolat a pris, servir et déguster.



Bâtonnets de cheesecake à la framboise et à la pistache

Temps de préparation

30 min

Temps d'attente

60 min

Difficulté

facile

Ingrédients (pour 6 pers.)

1 pot de Ben & Jerry's

Salted Caramel

Brownie

100 amarettinis

2 blancs d'oeufs

100g de sucre

Extrait de vanille



Salted Caramel Brownie avec amarettini et meringue

Préparation

1. Mettre les amarettinis dans un sac de congélation et les écraser avec un rouleau à pâtisserie.
2. A l'aide d'une cuillère à glace, former de grosses boules de glace avec la glace au caramel et les rouler dans la chapelure d'amarettini. Placer ensuite directement au congélateur pendant environ 1 heure.
3. Pour la meringue, mélanger les blancs d'oeufs, le sucre et l'extrait de vanille au bainmarie jusqu'à ce que le sucre soit complètement dissous. Continuer à battre la masse dans un robot ménager jusqu'à ce qu'elle ait refroidi à température ambiante.
4. Sortir les boules de glace du congélateur, les badigeonner de meringue et les flamber. Sans brûleur de flambage, cela fonctionne aussi au four - il suffit de faire cuire pendant 2 minutes avec la fonction grill. Pour cela, la boule de glace doit être correctement congelée.

Il ne reste plus qu'à servir et à déguster!

Temps de préparation

20 min

Temps d'attente

-

Difficulté

facile

Ingrédients (pour 8 pers.)

100g de sucre

100ml d'eau

1 blanc d'oeuf

1 pincée de sel

Zeste d'une orange bio

1 paquet de Manner Snack Minis

Préparation

1. Mettre le sucre, l'eau et le zeste d'orange dans une casserole et faire cuire à feu moyen jusqu'à ce que le sirop atteigne la température de 170 degrés. Pour savoir si le sirop en est arrivé à ce stade, il suffit de voir qu'il se colore lentement et que de petites bulles se forment.
2. Entre-temps, battre les blancs d'oeufs en neige ferme avec une pincée de sel, puis ajouter lentement le sirop. Continuer à battre la masse jusqu'à ce qu'elle soit à température ambiante.
3. Répartir la crème entre les Manner Snack Minis Lait-Chocolat et la faire légèrement brûler à l'aide d'un flambeur.

Le sandwich sucré est maintenant prêt à être dégusté!



Sandwich à la guimauve et au lait noisettes avec de l'orange



Beignets de prune aux noisettes et au Tony's Chocolonely

Temps de préparation

45 min

Temps d'attente

-

Difficulté

moyen

Ingrédients (pour 10 beignets)

500g de pomme de terre cuite

1 oeuf

150g de farine

1 sachet de sucre vanillé

1 pincée de cannelle

10 pruneaux

10 morceaux de sucre

50g de noisettes moulues

50g de chapelure

2 cs de beurre

2 cs de sucre

1 tableau Tony's Chocolonely

Préparation

1. Pour les éclats de noisettes, faire fondre le beurre dans une poêle et y ajouter la chapelure, les noisettes moulues et le sucre. Faire griller jusqu'à ce que le sucre soit fondu.
2. Passer les pommes de terre cuites au presse-purée. Pétrir avec l'oeuf, la farine et une pincée de sel. Ajouter la farine petit à petit pour que la pâte ne devienne pas trop dure. Diviser la pâte en 10 parties et les aplatir.
3. Dénoyer les pruneaux et les farcir chacune d'un morceau de sucre et d'un peu de cannelle. Enfoncer les pruneaux farcis dans la pâte et les fermer.
4. Plonger les boulettes dans de l'eau bouillante et les faire cuire jusqu'à ce qu'elles flottent sur l'eau. Ensuite, les sécher avec un torchon, les rouler dans des miettes de noisettes, les dresser sur une assiette, les saupoudrer de Tony's râpé et les déguster!



Que signifie le terme Fairtrade?

Le label Fairtrade désigne les produits issus du commerce équitable. Ils sont soumis à des critères sociaux, écologiques et économiques complets. Pour que cela fonctionne, tous les acteurs de la chaîne d'approvisionnement sont impliqués, des producteurs aux consommateurs en passant par les distributeurs.

L'objectif du commerce équitable est de créer un monde dans lequel les petits agriculteurs et les travailleurs peuvent décider eux-mêmes de leur avenir.

Plus d'infos [ici](#).



Prix minimum stable



Promotion de l'égalité des droits



Protection de l'environnement et du climat



Prime pour les projets communautaires



Éviter le travail des enfants



Contrôle et vérification indépendants