

La petite comptine



*Petits lutins, réveillez-vous,
le Père Noël est déjà debout.*

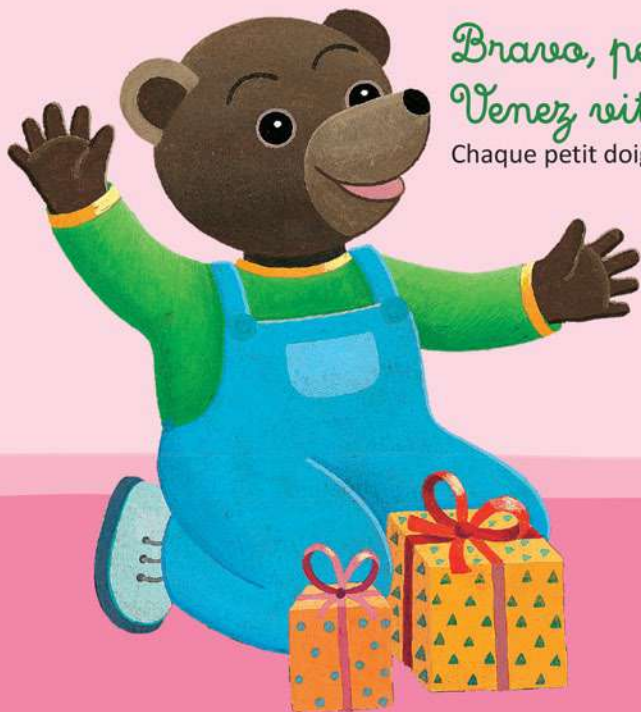
Ouvrir un par un les doigts de la main.

*Petits lutins, dépêchez-vous,
le Père Noël a besoin de vous.*

Faire courir les doigts sur le bras.

*Bravo, petits lutins !
Venez vite pour des bisous !*

Chaque petit doigt fait un bisou sur la joue.



Les sablés de Noël

Il vous faut :

- 250 g de farine
- 120 g de beurre coupé en petits morceaux
- 120 g de sucre
- 1 œuf battu
- 1 petite cuillère d'eau de fleur d'oranger
- des emporte-pièces

1. Dans un saladier, mélanger à la main la farine et le beurre. Puis ajouter le sucre. Travailler le mélange du bout des doigts pour obtenir une pâte « sableuse ».

2. Ajouter l'œuf battu et l'eau de fleur d'oranger. Pétrir pour faire une boule. Laisser reposer au frais.

3. Étaler la pâte et former des sablés à l'aide des emporte-pièces ou d'une tasse à café retournée.

4. Mettre au four préchauffé à 180° C (th. 6) et faire cuire 10 min. Une fois les sablés refroidis, on peut les saupoudrer de sucre glace.

*Regarde, Maman,
je fais les étoiles
comme un grand !*



La guirlande de fête

Il vous faut :

- du papier blanc épais
- un crayon à papier
- des ciseaux
- de la peinture, des feutres ou des gommettes
- une ficelle fine

1. À l'aide du modèle, reproduire (avec du papier calque ou en découpant le modèle) des étoiles sur le papier blanc, puis les découper.

2. Décorer les étoiles avec la peinture, les feutres ou les gommettes.

3. Faire un petit trou dans une branche de chaque étoile. Glisser les étoiles sur la ficelle.

La petite guirlande trop chouette est prête pour décorer le sapin !



Le smoothie d'hiver

Il vous faut :

- 1 banane
- 1 orange
- 1 robot mixeur ou 1 blender

1. Éplucher la banane et la couper en rondelles ou en petits morceaux.

2. Presser une orange.

3. Mixer la banane et le jus d'orange, jusqu'à obtenir une texture homogène et bien fluide.

Couper les fruits en petits morceaux, c'est rigolo !

Si le smoothie est trop épais, on peut ajouter un peu de jus d'orange. Mmmm !

