

A top-down view of a meal on a light-colored, textured plate. The plate contains a portion of yellow quinoa, several pieces of grilled fish with distinct char marks, and a variety of roasted vegetables including red bell peppers, orange carrots, and green zucchini. A small glass in the top left corner holds water with a slice of lime and fresh mint leaves. In the top right, a metal tray holds more roasted vegetables. The entire scene is set on a light-colored, textured surface.

BOSTO

**RECETTES
ESTIVALES**



Bienvenue, chef !

L'été est synonyme de soleil, de convivialité et de bons petits plats. Dans cet e-book, vous découvrirez des recettes rafraîchissantes et légères, idéales pour les journées chaudes. Comme un lunch rapide, un bol coloré ou un dîner surprenant, tous pleins de saveurs et faciles à préparer.

Chez Bosto, nous privilégions une cuisine pure qui met en valeur les produits de saison. Pas de préparations compliquées, mais des ingrédients savoureux et des recettes qui débordent d'énergie. Enfilez votre tablier, lancez une playlist estivale et laissez-vous inspirer. Cet été, cuisinez sans souci et surtout, cuisinez avec plaisir.

Bon appétit !



FRUITS D'ÉTÉ

Le saviez-vous ?



Les fraises sont notamment riches en vitamine C, en antioxydants et en fibres. Elles renforcent votre système immunitaire, favorisent une peau saine et facilitent la digestion.

Les mangues sont aussi riches en vitamine C, en antioxydants et en fibres. Elles épaulent le système immunitaire, favorisent une peau saine et facilitent la digestion.



L'ananas est quant à lui riche en vitamine C, en antioxydants et en bromélaïne. Il renforce le système immunitaire, favorise la digestion et aide à réduire les inflammations.

L'avocat est quant à lui riche en graisses saines, en vitamine E, en potassium et en fibres. Il favorise la santé cardiaque, aide à l'absorption des nutriments et contribue à avoir une peau saine.



LÉGUMES D'ÉTÉ

Le saviez-vous ?



Les concombres sont riches en eau, en vitamine K et en antioxydants. Ils favorisent l'hydratation, contribuent à la santé de la peau et facilitent la digestion.

Les tomates regorgent de vitamine C, de potassium et de lycopène, un antioxydant puissant qui protège la peau et préserve la santé cardiaque.



Les poivrons sont quant à eux riches en vitamine C, en antioxydants et en fibres. Ils renforcent le système immunitaire, favorisent une peau saine et facilitent la digestion.

Les radis sont croquants, piquants et riches en vitamine C et en fibres. Faciles à digérer, ils renforcent aussi votre système immunitaire.



Contenu

BOSTO

Apéritif p.6

California rolls
Croquettes de paella
Toast mini-pizza



Salade p.10

Salade de quinoa aux tomates & feta
Salade de couscous perlé au chou pointu
Salade de boulgour aux petits pois & à la menthe

cliquez sur moi !

Plats froids p.14

Sushi sandwich
Poké bowl au poulet & à la mangue
Poké bowl au saumon & à l'avocat



Plats chauds p.18

Paella aux fruits de mer
Basmati au poulet & à l'ananas
Halloumi au boulgour

Dessert p.22

Pudding de riz au citron
Dessert de riz au cacao
Tiramisu au spéculoos & riz





Apéritif



California rolls

Ingrédients

- 500 g de Bosto Sushi Rice
- 250 ml de vinaigre de riz
- 125 g de sucre
- 25 g de sel
- Wasabi



- 400 g de saumon frais
- 2 feuilles de nori (algues séchées)
- 1 avocat
- Graines de sésame

Préparation

1. Rincez le riz abondamment à l'eau jusqu'à ce que l'eau soit claire. Versez le riz dans une casserole, ajoutez 600 ml d'eau et faites tremper 30 minutes.
2. Portez rapidement à ébullition puis diminuez la source de chaleur au minimum et faites cuire 10 minutes. Otez du feu et faites reposer couvert.
3. Pendant ce temps versez le vinaigre dans un petit poêlon avec le sucre et le sel et faites les fondre à feu doux.
4. Versez le vinaigre sur le riz et mélangez intimement. Faites tiédir jusqu'à température ambiante.
5. Posez une ½ feuille de nori sur le tapis à sushi. Couvrez avec 150 g de riz en le faisant dépasser d'environ 2 cm.
6. Saupoudrez de graines de sésame et appuyez légèrement.
7. Le riz composera l'extérieur de votre rouleau de sushi. Mettez un « tapis à sushi » sur le riz et retournez-le de façon à ce que le nori se trouve au-dessus. Couvrez ensuite en ajoutant les lanières de saumon et l'avocat coupé en bâtonnets. Complétez avec un peu de wasabi et roulez.
8. Roulez et détaillez en 8 morceaux.



Croquettes de paella

Ingrédients

- 200 g Bosto Mediterraneo ou riz Paella
- 1 oignon (finement émincé)
- 1 gousse d'ail (pressée)
- 1 poivron (en cubes)
- 2 tomates (en cubes)
- 300 g de petits pois surgelés



- 600 ml de bouillon de poulet
- 10 brins de safran
- Huile d'olive
- 100 g de farine
- 2 blancs d'œufs
- 6 c.à.s. de panko

Préparation

1. Faites suer l'oignon, l'ail et le poivron dans un filet d'huile d'olive sur le feu.
2. Ajoutez les cubes de tomates et les petits pois surgelés au bout de quelques minutes et laissez cuire à petit feu.
3. Ajoutez le riz ainsi que les brins de safran.
4. Humectez le tout avec le bouillon de poulet et continuez à remuer jusqu'à ce que le riz ait complètement absorbé l'humidité et soit cuit (cela prend environ 15 minutes). Laissez refroidir.
5. Roulez la paella refroidie en petites boules en les passant dans la farine, le blanc d'œuf et enfin le panko.
6. Faites chauffer la friteuse à 180°C et plongez-y les croquettes de paella pour les dorer pendant 2 à 3 minutes.
7. Servez avec une sauce dip de votre choix.
8. Astuce: des moules, des calamars ou des gambas peuvent être un ajout intéressant.



Toast mini-pizza

Ingrédients

- 8 Toasts Bosto
- 500 g de tomates cerises
- 1 gousse d'ail
- 1 échalote
- 24 scampi tigrés (taille 16/20)
- 150 g de fromage de chèvre



- 3 branches d'origan
- 2 branches de thym
- 3 branches de basilic
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Préparation

1. Préchauffez le four en position grill. Décongelez les scampi dans de l'eau froide et épluchez-les.
2. Séchez-les et assaisonnez-les avec 2 c.à.s. d'huile d'olive et du poivre. Pendant ce temps, rincez les tomates et coupez-les en deux.
3. Épluchez et hachez finement l'échalote et l'ail. Faites chauffer l'huile d'olive dans une poêle et faites-y revenir l'échalote et l'ail. Ajoutez les tomates et laissez cuire 5 minutes.
4. Détachez les herbes de la branche. Gardez quelques feuilles de côté pour la touche finale. Hachez grossièrement le reste des herbes et ajoutez-les aux tomates. Laissez mijoter encore 10 minutes jusqu'à l'obtention d'une sauce épaisse.
5. Dans une poêle antiadhésive chaude, faites revenir les scampi 2 minutes de chaque côté. L'huile d'olive supplémentaire n'est pas nécessaire.
6. Mettez 8 toasts sur une plaque allant au four et répartissez la sauce dessus. Disposez les scampi dessus et émiettez un peu de fromage de chèvre sur chaque toast. Passez brièvement sous le grill jusqu'à ce que le fromage soit légèrement fondu.
7. Sortez les toasts du four et garnissez-les avec les herbes restantes. Servez aussitôt pour profiter d'une mini-pizza bien croustillante.



Salade





Salade de quinoa aux tomates & feta

Ingrédients

- 4 sachets de Quinoa Bosto
- 1 orange à presser
- 100 g d'olives noires dénoyautées
- 4-5 c.à.s. d'huile d'olive
- 2 c.à.s. de menthe ou de persil frais finement haché
- 250 g de tomates cerises
- 1 courgette
- 200 g de feta grecque
- 1 laitue
- 1 oignon rouge finement haché



Préparation

1. Faites cuire le quinoa suivant les instructions sur l'emballage.
2. Nettoyez l'orange et râpez-en le zeste. Pressez l'orange.
3. Dans un plat, fouettez le jus avec l'huile d'olive, 1 c.à.s. de menthe et un peu de sel et de poivre jusqu'à l'obtention d'une sauce dressing. Incorporez l'oignon rouge et laissez reposer la sauce.
4. À l'aide d'un couteau éplucheur, détaillez la courgette en longues tranches fines. Ou râpez grossièrement la courgette.
5. Coupez les tomates cerises et les olives en deux. Coupez la feta en petits dés.
6. Versez le quinoa chaud dans la sauce et mélangez-y la courgette, les tomates, les olives et la moitié de la feta. Laissez refroidir la salade jusqu'à ce qu'elle soit tiède ou froide.
7. Nettoyez la laitue, laissez bien égoutter les feuilles ou séchez-les dans un égouttoir à salade et déchirez-les en morceaux.
8. Répartissez les feuilles de laitue dans des assiettes creuses et dressez un dôme de salade de quinoa au centre de chacune d'elles.
9. Parsemez du reste de la feta et de menthe.



Salade de couscous perlé au chou pointu

Ingrédients

- 4 sachets de Couscous Perlé Bosto
- 1 échalote finement émincée
- 2 c.à.s. de vinaigre de vin blanc
- 6 c.à.s. d'huile d'olive extra-vierge
- ¼ (mauve) chou pointu en fines lamelles
- 1 petit concombre en cubes de 1 sur 1 cm



- 250 g de tomates cerises coupées
- 2 carottes en fines tranches
- 10 branches de basilic feuilles grossièrement coupées
- 1 avocat en cubes
- 75 g de feta

Préparation

1. Cuisinez le couscous perlé comme indiqué sur l'emballage.
2. Entre-temps, mélangez l'échalote et le vinaigre dans un bol et laissez mariner 5 minutes. Ajoutez l'huile et assaisonnez la vinaigrette avec du sel et du poivre.
3. Coupez maintenant les légumes en petits morceaux. Mélangez dans un gros bol les légumes avec la vinaigrette. Ajoutez au dernier moment les feuilles de basilic. Assaisonnez la salade avec du sel et du poivre.
4. Ouvrez les sachets avec précaution et répartissez le couscous dans 4 assiettes creuses. Mettez la salade assaisonnée par-dessus.
5. Ajoutez l'avocat dans la salade. Émiettez la feta par-dessus le tout.

Salade de boulgour aux petits pois & à la menthe



Ingrédients

- 2 sachets de Boulgour Bosto
- 1 litre de bouillon de légumes
- 2 poignées de feuilles de menthe fraîche
- 200 g de radis
- 4 c.à.s. d'huile de colza ou d'olive
- 150 g de fromage de chèvre (ou 250 g de poulet)
- 250 g de petits pois
- 50 g de pistaches
- 1 c.à.s. de vinaigre de vin rouge
- Jus et zeste de 1 citron vert
- Poivre et sel



Préparation

1. Faites cuire le boulgour durant 10 minutes dans le bouillon de légumes, retirez le bouillon et égouttez.
2. Versez les petits pois dans le bouillon, faites cuire pendant quelques minutes, égouttez et laissez refroidir.
3. Coupez les radis en tranches fines et hachez grossièrement les pistaches.
4. Coupez également le fromage de chèvre en petites tranches.
5. Prélevez une partie de la menthe, hachez-la très finement et versez-la dans un bol avec l'huile de colza, le vinaigre de vin rouge, le jus et le zeste de citron vert. Battez le mélange en vinaigrette. Rectifiez l'assaisonnement avec du poivre et du sel.
6. Mélangez tous les ingrédients et servez.



Plats froids





Sushi sandwich

Ingrédients

- 120 g de Bosto Sushi Rice
- 320 ml d'eau
- 50 ml de vinaigre de riz
- 25 g de sucre
- 1 c.à.s. d'huile d'olive
- 1 filet de saumon
- 1 avocat



- 6 radis
- 2 c.à.s. de mayonnaise au wasabi
- 2 c.à.s. de mayonnaise à la sriracha
- 4 feuilles de nori
- 60 g de carotte râpée
- 2 c.à.c. de graines de sésame noir

Préparation

1. Préparez le riz à sushi comme indiqué sur l'emballage.
2. Dans un bol, mélangez le vinaigre de riz et le sucre et chauffez au micro-ondes pendant 30 secondes jusqu'à ce que les cristaux de sucre soient bien dissous. Ajoutez ce mélange au riz à sushi et mélangez le tout à l'aide d'une cuillère en bois. Laissez le riz refroidir complètement.
3. Coupez l'avocat, les radis et le saumon en tranches.
4. Posez une feuille de nori, face brillante vers le bas. Préparez deux carrés de riz égaux et plats d'environ 7 cm sur 7 cm et placez-les au centre de la feuille de nori. Garnissez le riz de mayonnaise au wasabi, de graines de sésame, de carottes râpées, de tranches de radis, d'avocat et de tranches de saumon. Disposez le deuxième carré de riz par-dessus.
5. Humidifiez les bords de la feuille de nori avec de l'eau et repliez-les fermement sur le paquet de riz formé. Enveloppez hermétiquement le sandwich obtenu avec du film alimentaire et laissez-le reposer pendant au moins 10 minutes.
6. Coupez le sandwich en deux à l'aide d'un couteau humidifié et garnissez-le de mayonnaise à la sriracha et de graines de sésame noir.



Poké bowl au poulet & à la mangue

Ingrédients

- 200 g de Bosto Poké Bowl Rice
- 2 filets de poulet
- 1 mangue
- 10 petits radis en tranches
- Menthe fraîche



- 100 g de fèves (ou petits pois)
- 1 poignée de pousses de poireau
- 2 oignons de printemps finement hachés
- Coriandre ou basilic frais
- Sauce teriyaki

Préparation

1. Arrosez le poulet avec la sauce teriyaki et grillez-le dans une poêle grill.
2. Entre-temps, cuisez le riz selon les instructions sur l'emballage.
3. Pelez et dénoyautez la mangue et coupez-la en tranches.
4. Blanchissez les fèves (ou les petits pois) dans de l'eau légèrement salée. Retirez la peau des fèves.
5. Divisez le riz en 2 bols (laissez refroidir si nécessaire). Placez le poulet, la mangue, les pousses de poireau, les fèves ou les petits pois, les radis et les oignons nouveaux.
6. Terminez avec le reste de la sauce, de la menthe fraîche et de la coriandre (ou du basilic si vous n'aimez pas la coriandre).



Poké bowl au saumon & à l'avocat

Ingrédients

- 4 sachets Quinoa & Boulgour de Bosto
- 250 g de filet de saumon fumé chaud
- 8 c.à.s. de mayonnaise au wasabi
- 2 c.à.s. de graines de sésame (noires)
- Facultatif: 2 c.à.s. de sauce soja



- 1 bouquet de radis
- 2 avocats mûrs
- 2 à 3 c.à.s. d'huile de sésame
- 150 g de carottes coupées en julienne
- 175 g de germes de soja

Préparation

1. Faites cuire le quinoa & boulgour selon les instructions indiquées sur l'emballage.
2. Tranchez finement les radis et l'avocat.
3. Ouvrez soigneusement les sachets. Répartissez le quinoa & boulgour dans 4 bols et versez l'huile de sésame. Laissez refroidir.
4. Mettez les carottes dessus, placez les avocats et les radis à côté et répartissez les germes de soja.
5. Coupez le saumon en gros morceaux et répartissez-le dans les bols. Versez la mayonnaise au wasabi dessus et saupoudrez le tout de grains de sésame.



Plats chauds



Paella aux fruits de mer



Ingrédients

- 250 g de Bosto Mediterraneo ou riz Paella
- 750 g de fruits de mer au choix : moules, rondelles de calamar, scampi ou simplement un mélange de fruits de mer surgelé
- 1 litre de bouillon de poule ou de poisson chaud
- ½ c.à.c. de poivron fumé en poudre
- 100 g de petits pois surgelés
- Sel et poivre
- 1 c.à.s. d'huile d'olive
- 1 oignon
- 3 gousses d'ail
- 1 carotte
- 1 poivron rouge
- 1 c.à.c. de curcuma
- 10 petits pistils de safran
- Persil plat



Préparation

1. Faites tremper le safran pendant quelques minutes dans un demi-verre d'eau froide.
2. Pelez l'oignon et l'ail et hachez-les finement. Coupez le poivron et la carotte en petits cubes.
3. Mettez l'huile d'olive dans une grande poêle antiadhésive ou dans une vraie poêle à paella et faites frire le riz jusqu'à ce qu'il soit transparent. Ajoutez l'ail, la carotte, l'oignon et le poivron et faites sauter pendant quelques minutes à feu doux. Ajoutez le curcuma et la poudre de paprika et laissez cuire pendant quelques secondes.
4. Versez l'eau du safran (y compris le safran) et laissez mijoter.
5. Ajoutez maintenant $\frac{3}{4}$ du bouillon chaud et laissez mijoter doucement. Ajoutez les fruits de mer après 15 minutes et remuez de temps en temps.
6. Si le riz n'est pas encore cuit, mais que la paella devient trop sèche, ajoutez un peu d'humidité supplémentaire avec le bouillon restant.
7. Assaisonnez avec du sel et du poivre et terminez avec du persil plat. Servez immédiatement ce rayon de soleil dans votre assiette.



Basmati au poulet & à l'ananas

Ingrédients

- 2 tasses Bosto Basmati précuit à la vapeur
- 600 g de dés de poulet
- 2 c.à.s. d'assaisonnement pour poulet
- 1 ananas
- 2 grosses carottes
- 1 courgette
- 1 gousse d'ail
- 100 g de petits pois surgelés
- 1 petit romanesco ou ½ d'un grand
- 2 oignons nouveaux
- 8 c.à.s. d'huile d'olive
- 1 ou 2 cubes d'herbes aromatiques
- 3 brins de persil plat
- Sel et poivre



Préparation

1. Épluchez les carottes et coupez-les en brunoise. Coupez l'ananas en deux, évidez-le en laissant un bord d'un centimètre pour la solidité, puis coupez la chair en dés.
2. Assaisonnez les morceaux de poulet avec les épices et faites-les dorer dans la moitié de l'huile. Réduisez le feu et laissez cuire doucement.
3. Faites revenir les carottes, les courgettes et l'ail dans le reste de l'huile. Ajoutez les petits pois. Faites cuire le riz selon les instructions, incorporez-le aux légumes avec un cube de bouillon aux herbes et faites revenir encore 2 minutes.
4. Divisez le romanesco en fleurons et blanchissez-les dans de l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'ils soient al dente. Incorporez-les ensuite au mélange de riz et faites-les frire encore quelques min.
5. Lorsque les cubes de poulet sont presque cuits, ajoutez les dés d'ananas et faites chauffer pendant 2 minutes. Mélangez le tout : riz aux légumes, cubes de poulet et ananas. Remplissez les deux moitiés d'ananas évidées avec le mélange de riz.
6. Hachez finement les oignons nouveaux et hachez grossièrement le persil. Saupoudrez-les sur le plat en guise de touche finale.



Halloumi au boulgour

Ingrédients

- 2 sachets de Boulgour Bosto (150 g)
- 1 courgette
- 1 fenouil
- 2 carottes
- 2 poivrons pointus doux



4

- 200 g d'halloumi
- Thym
- 1 cube de bouillon
- 1 sachet d'herbes pour taboulé
- 4 brins de coriandre

Préparation

1. Préchauffez le four à 180°C.
2. Nettoyez et hachez grossièrement les légumes, mélangez-les avec l'huile d'olive et le thym.
3. Disposez-les sur une plaque pour le four et faites-les griller 45 minutes dans un four préchauffé à 180°C.
4. Pendant ce temps, faites cuire le boulgour comme indiqué sur l'emballage avec le bouillon.
5. Ensuite, mélangez le boulgour avec les herbes pour taboulé.
6. Coupez le halloumi en tranches et arrosez-le d'huile d'olive. Faites-le frire dans une poêle à griller des deux côtés.
7. Versez le boulgour dans un bol, disposez les légumes rôtis et le halloumi par-dessus.
8. Terminez avec de la coriandre fraîche.



Dessert





Pudding de riz au citron

Ingrédients

- 175 g de Riz au Lait Bosto
- 3 citrons
- 125 g de sucre
- 400 ml de lait entier
- 1 jaune d'œuf



- 30 g de sucre vanillé
- 2 c.à.s. de maïzena
- Optionnel : des fraises et des framboises fraîches

Préparation

1. Zestez finement le citron, le jaune uniquement.
2. Mettez le zeste dans une casserole, ajoutez 500 ml d'eau ainsi que le riz au lait et portez à ébullition en remuant. Laissez cuire à découvert à feu doux pendant 30 minutes. Râpez très finement le zeste du deuxième citron, le jaune uniquement.
3. Pressez le citron.
4. Mélangez jus et zeste de citron à 125 g de sucre et mélangez jusqu'à ce que le sucre soit dissout. Retirez le riz du feu, ôtez-en le zeste de citron et ajoutez-y le mélange de sucre et de citron.
5. Rincez un moule à pudding de 750 ml à l'eau froide, versez-y le riz au citron et laissez le pudding refroidir. Placez au réfrigérateur pendant une nuit.
6. Mélangez le jaune d'œuf avec la maïzena, le sucre vanillé et 3 c.à.s. de lait.
7. Faites chauffer le reste du lait jusqu'au point d'ébullition. Ajoutez un peu de lait chaud au mélange de jaune d'œuf et versez celui-ci dans la casserole de lait chaud.
8. Faites chauffer à feu doux en remuant pour que la sauce se lie, sans toutefois bouillir. Laissez la sauce refroidir en mélangeant de temps en temps.
9. Sortez le pudding du moule en pressant du bout des doigts et mettez-le sur un plat de service. Nappez d'un peu de sauce vanille. Servez le reste séparément. Garnissez avec des fraises et des framboises.



Dessert de riz au cacao

Ingrédients

- 60 g de Dessert Rice Bosto
- 25 g de beurre
- 75 g de sucre
- 1 gousse de vanille
- 3 dl de lait
- 2 jaunes d'œuf
- 1,5 dl de crème



- 2 petites feuilles de gélatine
- 100 g de chocolat au lait
- 40 g de crispies au riz
- Poudre de cacao
- Des fleurs comestibles (facultatif)
- Extra: 6 anneaux de 6 cm de diamètre

Préparation

1. Faites tremper le riz dans l'eau pendant 20 minutes et égouttez-le.
2. Ajoutez le lait avec la gousse de vanille incisée et grattée. Ajoutez le beurre et faites cuire 35 minutes à couvert. Remuez régulièrement. Puis faites cuire encore 5 minutes sans couvercle.
3. Ajoutez les 2 feuilles de gélatine imbibées et pressées.
4. Battez les jaunes d'œufs avec le sucre en ruban (une consistance lisse et homogène).
5. Mélangez le riz avec le mélange œufs/sucre et laissez-le refroidir à température ambiante. Ajoutez la crème à moitié fouettée. Pendant ce temps, mélangez le chocolat fondu avec les crispies de riz.
6. Pressez 1 c.à.s. de crispies de riz enrobés de chocolat dans une forme et pressez bien. Laissez durcir au réfrigérateur. Versez le riz au lait sur les fonds aux crispies et laissez reposer le tout au réfrigérateur. Retirez le dessert au riz de la forme en longéant le bord avec un couteau bien aiguisé.
7. Conseil : vous pouvez recouvrir les formes avec du papier alu pour détacher plus facilement le dessert au riz.
8. Terminez au choix : vous pouvez saupoudrer le dessert au riz à moitié avec de la poudre de cacao et déposer des fleurs comestibles sur l'autre moitié libre.

Tiramisu au spéculoos & riz



Ingrédients

- 100 g de Dessert Rice Bosto
- ½ litre de lait entier
- 100 ml de crème à café
- ½ gousse de vanille
- 40 g de sucre



- 8 spéculoos
- 1 sachet (env. 50 g) de copeaux d'amandes
- 50 g de sucre brun
- 1 c.à.s. de cannelle en poudre

Préparation

1. Préparez le riz de dessert suivant la recette de base du riz à la crème à la vanille.
2. Mettez les copeaux d'amandes dans une poêle sèche et faites-les dorer tout en secouant.
3. Émiettez les spéculoos, mélangez-les avec la quasi totalité des copeaux d'amandes, du sucre brun et de la cannelle en poudre.
4. Versez dans des gobelets en verre en alternant : une couche de riz à la crème et une couche de mélange de spéculoos, et ainsi de suite. Terminez par du riz à la crème.
5. Saupoudrez le reste des copeaux d'amandes et un peu de cannelle en poudre par-dessus.

Cliquez ici pour : [Recette de base du riz à la crème à la vanille](#)



BOSTO

RECETTES ESTIVALES

Plus de recettes surprenantes ?
Découvrez-les sur www.bosto.be