

LIVRET DE RECETTES



**Une assiette
drôle et colorée
pour les tout-petits**

Recettes créées par les équipes des crèches
collectives de la Ville de Paris
lors du Top recettes 2026

Avant-propos

Proposer une alimentation saine et équilibrée fait partie de la qualité de l'accueil des jeunes enfants dans les crèches municipales parisiennes. Chaque jour, les agents techniques de la petite enfance (Atepe) qui cuisinent sur place mettent leur savoir-faire et leur engagement dans la préparation des repas des tout-petits, conçus à partir de produits bio, durables et locaux.

En 2026, la 11^e édition de Top Recettes, le défi organisé par la Direction des familles et de la petite enfance de la Ville de Paris, a une nouvelle fois mis à l'honneur le talent de ces agents. Douze d'entre eux ont imaginé des créations originales, gourmandes et adaptées aux besoins des enfants de moins de 3 ans, sur le thème « Assiettes drôles et colorées ». Un jury, accompagné de la marraine de l'événement, Carrie Solomon, a évalué les recettes selon des critères précis : qualité nutritionnelle, saveur, originalité et présentation.

Ce livret rassemble les recettes des finalistes que les familles et les professionnels pourront facilement reproduire... pour le plus grand plaisir des tout-petits !

La Direction des familles et de la petite enfance

Sommaire

RECETTES SALÉES

- Poisson rigolo végétal.....	6
- Poulet en crème de poivrons et son lapin polenta.....	8
- L'express des Houmous.....	10
- Le rugissement des légumes.....	12
- Pizz'ours.....	14
- Super-légumes rigolo-show.....	16
- Frimousse vitaminée.....	18

RECETTES SUCRÉES

- La crème des crèmes ce Pascal'escargot.....	20
- Mon assiette au soleil de Thorel.....	22
- Le petit train fruitier de Blackucci.....	24
- Petit escargot rigolo.....	26
- 1, 2, 3 à vos cuillères !!!.....	28



Recette proposée par **Hafida BOUSSEKINE**
de la crèche municipale Bayen (17^e)
1^{er} prix

PRÉPARATION

1 H 30

CUISSON

45 MIN

POISSON RIGOLO VÉGÉTAL

INGÉDIENTS

400 g de riz bio
200 g carottes
720 g de pommes de terre
250 g champignons de Paris émincés bio surgelés
100 g oignons jaunes bio
720 g patates douces bio
25 cl crème fraîche épaisse bio
4 cl huile de tournesol bio
15 cl lait entier bio
10 g cumin en poudre bio
10 g sel fin de Guérande

MATÉRIEL

4 petites casseroles
3 saladiers
1 girafe
1 petit bol
1 planche à découper
1 spatule
3 cuillères à soupe
1 économe

Préparation des légumes

Laver et assainir les légumes.

Eplucher les carottes, les patates douces, les pommes de terre et les oignons.

Découper les légumes pour la cuisson : émincer les oignons, couper les pommes de terre en cubes ainsi que les patates douces.

Couper les carottes en fines rondelles.

Cuisson

Dans une casserole, faire revenir les oignons et les patates douces dans l'huile.

Faire cuire les patates douces et les oignons dans une casserole d'eau salée pendant 20 minutes.

Ajouter les pommes de terre dans la casserole avec les patates douces.

Faire revenir les rondelles de carotte dans de l'huile.

Ajouter une pincée de cumin.

Ajouter de l'eau à hauteur et laisser mijoter pendant 15 minutes.

Faire cuire le riz dans une autre casserole d'eau salée.

Faire revenir les champignons.

Egoutter le riz et ajouter la crème.

Une fois cuites, mixer les patates douces avec les pommes de terre pour en faire une purée.

Dressage

Dresser la purée de patates douces dans le fond du plat.

Former le poisson avec le riz par-dessus.

Couvrir le poisson avec les carottes détaillées en fines rondelles pour former les écailles.

Mettre les champignons autour du plat.

Finaliser le dressage.





Recette proposée par **Monica AUBERT ESPINOSA**
de la crèche municipale Botha (20^e)
1^{er} prix

PRÉPARATION
45 MIN
CUISSON
45 MIN
180°C

POULET EN CRÈME DE POIVRONS ET SON LAPIN EN POLENTA

INGÉDIENTS

340 g poulet sauté
bio surgelé
320 g polenta bio
400 g poivrons
rouges bio
160 g carottes bio
100 g oignon jaune
bio
100 g petits pois bio
surgelés
120 g crème fraîche
épaisse bio
640 ml lait entier bio
1,5 cl huile
de tournesol
désodorisée bio
5 g ail bio
5 g sel fin de
Guérande bio

MATÉRIEL

1 faitout
2 petites casseroles
1 spatule en silicone
1 pinceau en silicone
1 boîte en polystyrène
1 plateau en
plastique
1 plaque allant au
four
1 mixeur plongeant
1 moule
1 emporte pièce en
forme de lapin
1 emporte pièce en
forme de fleur
Papier cuisson

Préparation des légumes

Laver et assainir les légumes : poivrons, carottes, oignon, ail. Eplucher les légumes et épépiner les poivrons. Couper grossièrement les poivrons, l'oignon et l'ail. Réserver.

Cuisson

Dans une faitout, préparer la polenta : faire chauffer tout le lait et la même quantité d'eau. Quand le mélange est bien chaud, verser en pluie la polenta. À l'aide d'un fouet, mélanger constamment jusqu'à ce que le mélange épaississe (environ 3 à 5 minutes) et ôter du feu. Verser la polenta sur 2 centimètres d'épaisseur sur une plaque recouverte de papier cuisson.

Couvrir et placer au frais. Faire revenir rapidement dans une casserole le poivron coupé, l'oignon et l'ail. Couvrir d'eau et laisser cuire à feu doux.

Dans une deuxième casserole, faire cuire à feu doux les petits pois surgelés et la carotte coupée en rondelles.

Dans une autre casserole, faire cuire à l'eau le poulet et le maintenir au chaud.

Démouler la polenta sur un plateau et découper des lapins à l'aide de l'emporte-pièce. Les déposer sur une plaque allant au four recouverte de papier cuisson.

Lorsque les carottes et les petits pois sont cuits, prendre les rondelles de carottes et avec l'emporte pièce, en découper 24 en forme de fleur. Réserver.

Décorer les lapins de polenta avec des petits pois pour créer les yeux et avec le reste de carottes cuites, découper des petits triangles pour créer le nez.

Badigeonner chaque lapin de polenta d'huile à l'aide d'un pinceau. Enfourner à 180°C pour 10 minutes.

Mixer tous les poivrons, l'oignon et l'ail cuits pour réaliser une sauce aux poivrons. Verser la sauce sur le poulet égoutté. Si nécessaire, ajouter un peu d'eau ou de bouillon. Mixer grossièrement le poulet pour lui donner une apparence effilochée.

Enrober ensuite le poulet avec la crème fraîche. Réserver.
Sortir les lapins du four.

Dressage

Dresser une portion de poulet en sauce crémeuse dans chaque assiette.

Décorer chaque assiette avec 3 fleurs de carottes et un lapin de polenta.

Le poulet peut être remplacé par de la dinde ou du poisson.

Les légumes utilisés pour la décoration peuvent être remplacés par d'autres légumes (brocolis, pommes de terre,...)





Recette proposée par **Line Rose HERSERANGE**
Multiaccueil municipal Francs Bourgeois (3^e)
2^e prix

PRÉPARATION
1 H 30
CUISSON
35 MIN
180°C

L'EXPRESS DES HOUMOUS

INGÉDIENTS

- 1 gousse d'ail (2 gr)
- 320 g pois chiches
- 160 g betteraves cuites sous vide bio
- 2 carottes bio lavées
- 160 g champignons de Paris émincés bio surgelés
- 160 g patates douces bio
- 160 g poireaux en rondelles surgelés bio
- 1 citron bio
- 2 concombres bio
- 1 échalote (4 gr)
- 4 cl huile de colza bio désodorisée
- 30 g oeufs liquide (dorure)
- 4 pâtes feuilletées bio pur beurre ronde
- QSP sel fin de Guérande bio
- QSP Persil bio
- QSP Ciboulette bio (2 gr)

MATÉRIEL

- 1 presse agrumes
- 1 mixeur
- 1 planche à découper
- Papier cuisson
- 4 poches à douilles
- 1 économe
- 8 coupelles
- 8 petits verres à déguster (verrines)
- 1 couteau d'office
- 1 gros couteau
- 4 saladiers moyens
- 1 passoire
- 6 boîtes en inox
- 1 pinceau pour la dorure

Préparation

Laver, assainir puis éplucher les légumes.
Couper les légumes en petits morceaux, puis réserver au frais.
Assainir et couper les betteraves en petits morceaux. Réserver au frais.
Assainir les pois chiches, égoutter et réserver au frais.
Couper quelques rondelles de carottes et de concombre et réserver pour la décoration du petit train.
Presser le citron, verser le jus sur la betterave et réserver au frais.

Cuisson

Faire cuire pendant 15 minutes chaque légume dans sa propre casserole d'eau : les poireaux, les champignons, et les patates douces.
Égoutter et réserver au froid.
Sur une planche à découper, superposer 4 pâtes feuilletées et couper des rectangles d'environ 10 cms x 7 cms. Il faut assez de rectangles de pâte pour faire 4 wagonnets.
Avec les chutes de pâte, découper des bâtonnets de 15 cms.
Pour la dorure, badigeonner la pâte avec un peu d'oeuf liquide.
Enfourner le tout à 180°C et laisser cuire pendant environ 20 minutes, en vérifiant régulièrement la cuisson.
Mixer chaque houmous :
Pour réaliser le premier houmous, mixer 160 grammes de betteraves avec 80 grammes de pois chiches, 5 grammes d'huile de colza, du jus de citron et du persil.

Pour le deuxième houmous, mixer 160 grammes de patate douce, 80 grammes de pois chiches, 5 grammes d'huile de colza, et de la ciboulette.

Pour le troisième, mixer 160 grammes de champignons, 80 grammes de pois chiches, 5 grammes d'huile de colza, et 2 grammes d'ail.

Pour le quatrième, mixer 160 grammes de poireaux, 80 grammes de pois chiches, 5 grammes d'huile de colza, et 4 grammes d'échalote.

Lorsque les houmous sont tous prêts, réserver au réfrigérateur.

Dressage

Pour créer les wagons, faire un trou au milieu de chaque rectangle de pâte cuite.

Garnir avec les 4 houmous, un houmous différent par « wagon ».

Confectionner des rails avec les bâtons cuits de pâte feuilletée.

Poser les wagons sur les rails et confectionner des roues avec des rondelles de carottes et de concombres.

Confectionner la locomotive avec le concombre restant.

Poser « le petit train express des houmous » des saveurs sur un plateau pour la dégustation.





Recette proposée par **Rosalina TAVARES SEMEDO**
de la crèche municipale Poliveau (5^e)

PRÉPARATION
35 MIN
CUISSON
25 MIN
180°C

LE RUGISSEMENT DES LÉGUMES

INGRÉDIENTS

- 1 gousse d'ail
- 20 g beurre doux
- 250 g carottes lavées
- 350 g courgettes bio
- 160 g emmental râpé bio
- 20 g farine de blé bio T65
- 5 g poudre à lever bio sans phosphate
- 1 pincée de cumin en poudre
- 1 pincée d'herbes de Provence bio
- 1 pincée de laurier bio en poudre
- 1 pincée de noix de muscade bio en poudre
- 1 pincée de poivre noir bio moulu
- 1 poivron rouge bio
- 1 poivron vert bio
- 20 ml huile de tournesol désodorisée bio
- 90 ml lait entier bio
- 200 g oeufs liquide entier bio (3 oeufs)
- 1 oignon jaune bio
- 3 pruneaux dénoyautés
- Ciboulette

MATÉRIEL

- 1 casserole
- 2 bols
- 1 moule
- 1 feuille de papier cuisson
- 1 couteau
- 1 planche à découper
- 1 économe
- 1 mandoline

Préparation des légumes

Laver, assainir puis éplucher les carottes, les courgettes, les poivrons et l'oignon.

Réserver une partie des légumes pour la décoration du plat en fin de recette.

À l'aide de la mandoline, laminer les carottes et les courgettes puis réserver.

Couper l'oignon et les poivrons en tranches.

Cuisson

Préchauffer le four à 180 °C pendant 5 minutes.

Faire revenir à feu doux pendant 2 à 3 minutes, l'oignon et les poivrons dans une casserole avec un peu d'huile.

Ajouter ensuite les légumes laminés.

Mélanger et laisser cuire pendant encore 5 minutes. Dans un saladier, mélanger 3 oeufs, le lait, la farine, la poudre à lever, les herbes de Provence et un peu de noix de muscade. Réserver.

Tapisser le moule avec le papier cuisson, verser les légumes rissolés puis le mélange aux oeufs et enfin, parsemer de fromage râpé.

Enfourner à 180°C pendant 15 minutes.

Une fois doré, le plat est prêt.

Dressage

Déposer la préparation dans un plat de présentation puis décorer en utilisant les pruneaux pour faire les yeux, des rondelles de carottes pour les sourcils, les courgettes râpées et laminées... Pour finir, réaliser des moustaches avec les brins de ciboulette.





Recette proposée par **Vanessa ACCAPANDIÉ**
de la crèche municipale Daumesnil (12^e)

PRÉPARATION

1 H 30

CUISSON

15 MIN

180°C

PIZZ'OURS

INGÉDIENTS

900g betteraves
cuites

96 g champignons
de Paris émincés
surgelés bio

64 g tomates bio

2 patates douces
bio

160 g pommes de
terre en cubes

1 citron bio

1 petit oignon
jaune

40 g beurre doux
pasteurisé bio

80 g emmental
râpé bio

72 g farine de blé
T65 bio

80 g fromage
de chèvre lait
pasteurisé bio

1 cuillère à soupe
huile de tournesol
bio

1 cuillère à café de
levure chimique

Basilic bio

MATÉRIEL

2 casseroles

1 planche à
découper

1 saladier

Emporte pièces
en forme d'ours

Papier cuisson

Préparation des légumes

Laver, assainir et éplucher tous les légumes.

Couper les légumes en petits morceaux.

Emincer l'oignon et les champignons.

Réserver.

Préparation

Préchauffer le four à 180 °C / 200°C.

Cuire les pommes de terre à l'eau jusqu'à ce qu'elles soient bien tendres.

Dans une poêle, faire revenir les champignons avec l'huile de tournesol et la moitié de l'oignon. Cuire les tomates, faire revenir avec de l'huile de tournesol, une moitié d'oignon et du basilic. Mixer le tout ensuite.

Faire cuire les patates douces à l'eau puis une fois cuites, les réserver.

Ecraser les pommes de terre avec le beurre, la farine et la levure chimique jusqu'à l'obtention d'une pâte à pizza.

Étaler la pâte à pizza. Verser sur la pâte le coulis de tomates, ajouter les champignons et parsemer d'emmental râpé.

Enfourner pendant 10 à 15 minutes dans un four à 180°C puis vérifier la cuisson. Sortir la pizza du four.

Pendant la cuisson au four, cuire à la vapeur des lamelles de patates douces pour la décoration.

Dressage

Décorer la pizza en forme d'ours avec le fromage de chèvre coupé en rondelles pour le museau et couper des demi-lunes dans les lamelles de betteraves pour faire les yeux.

Dresser les lamelles de patates douces et de betteraves dans un plateau.

Placer les petites pizzas ours dessus.

C'est prêt à déguster !





PRÉPARATION
1 H 30
CUISSON
45 MIN

Recette proposée par **Nocalou NONHOZI**
de la crèche municipale Delbet (14^e)

SUPER-LÉGUMES RIGOLO-SHOW

INGRÉDIENTS

10 g beurre doux pasteurisé bio
80 g boîte de tomates pelées bio
120 g carottes lavées
20 g poireaux rondelles surgelés bio
20 g poivrons rouges bio
30 g tomates bio
400 g brocolis bio
100 g concombre bio
50 g pommes bio
15 g citron jaune bio
320 g riz bio
320 g poulet sauté bio
15 g ciboulette bio surgelée
6 g raisins secs sultanine bio
5 g cumin en poudre bio
8 g curcuma racine en poudre bio
6 g gros sel de Guérande bio
15 cl huile de tournesol désodorisée bio
1 échalote
1 cuil à soupe de crème fraîche épaisse

MATÉRIEL

1 mixeur
1 poêle
1 passoire
3 bols
1 plateau
2 petites casseroles
1 emporte-pièce rond

Préparation

Laver et assainir tous les légumes.
Eplucher ensuite la carotte, l'échalote, la pomme, le concombre et le citron.
Pour préparer le décor, prélever 50 g de carottes et les couper en rondelles à l'aide d'un emporte-pièce rond. Réaliser des petits trous au centre puis réserver.
Prélever 30 g de carottes et les couper en bâtonnets afin de représenter les rayons du soleil autour du citron coupé en rondelles.
Hacher ensuite 20 g de carottes, l'échalote, 10 g de poireaux et 80 g de tomates pelées. Réserver.
Couper les 20 g de carottes restantes en petits dés et réserver.

Cuisson

Précuire les carottes coupées dans de l'eau bouillante. Egoutter et réserver.
Faire cuire 400 g de brocolis dans de l'eau bouillante légèrement salée puis les égoutter dans une passoire.
Les faire revenir pendant environ 2 minutes à la poêle avec 10 g de beurre, en veillant à ne pas les écraser. Réserver.
Cuire le riz dans un grand volume d'eau, saler légèrement, puis une fois cuit, l'égoutter et réserver.
Faire chauffer l'huile de tournesol dans une poêle et faire revenir l'échalote émincée. Ajouter ensuite 10 g de poireaux et laisser mijoter.
Faire revenir le poulet entier dans une casserole avec 8 cl d'huile de tournesol désodorisée.
Ajouter 7 g de ciboulette, 5 g de cumin et 8 g de curcuma. Incorporer ensuite les 10 g restants de

poireaux et les 80 g de tomates pelées préalablement hachées. Mettre la moitié de cette préparation de côté et réserver pour la cuisson du riz. Ajouter les 20 g de carottes coupées en dés puis laisser mijoter. Ajouter ensuite la crème fraîche et poursuivre la cuisson à feu moyen jusqu'à ce que le poulet soit bien cuit.

Dressage

Dans un plat, dresser le riz et bien l'aplatir. Disposer le poulet coupé en petits morceaux. Pour le décor, disposer des rondelles de concombre et une tranche de pomme pour représenter une chenille. Utiliser la rondelle de citron entourée de bâtonnets de carottes pour former un soleil. Avec les raisins, faire les yeux. Pour la robe et les cheveux, utiliser un peu de brocoli. Et enfin, dessiner une bouche avec les poivrons rouges





Recette proposée par **Sonia JUZAN**
de la crèche municipale Ouest (14^e)

PRÉPARATION

1 H 30

CUISSON

5 À 10 MIN

180°C

FRIMOUSSE VITAMINÉE

INGÉDIENTS

240 g pois chiches
392 g carottes
lavées

1 citron bio

1 tomate bio

1 concombre bio

15 ml huile d'olive
extra vierge bio

2 gousses d'ail

1 échalote bio

10 g cumin en
poudre bio

5 g paprika doux

2 pincées de
poivre noir bio
moulu

2 pincées de sel
fin de Guérande

MATÉRIEL

1 mixeur

1 casserole

1 éplucheur de
légumes

1 couteau d'office

1 cul de poule

1 planche à
découper

Préparation des légumes

Laver, assainir puis éplucher tous les légumes.

Couper des tranches de citron et de concombres de différentes tailles. Réserver.

Couper quelques lamelles de concombres et de carottes pour la décoration. Réserver.

Couper une tomate en fines lamelles et réserver.

Mixer les pois chiches avec de l'huile d'olive.

Ajouter le paprika, puis l'échalote, le poivre, le sel et enfin l'ail.

Cuisson

Couper des lamelles de carottes.

Les faire cuire 5 à 10 minutes dans de l'eau assaisonnée avec du cumin et de l'ail.

Lorsque c'est cuit, refroidir dans de l'eau glacée.

Dressage

Disposer au centre de l'assiette le houmous de pois chiches.

Décorer tout autour avec les lamelles de carottes cuites pour créer la chevelure du bonhomme.

Créer les oreilles avec des tranches de citron et de concombre de différentes tailles pour rendre l'assiette encore plus drôle.

Accessoiriser avec un noeud papillon fait en lamelles de concombres et de carottes.

Ajouter deux demi tranches de concombres pour les yeux, et une fine lamelle de tomate pour la bouche.





Recette proposée par **Léonie RECIO**
de la crèche municipale Pascal (13^e)
2^e prix

PRÉPARATION
1 H
CUISSON
15 MIN
200°C

LA CRÈME DES CRÈMES CE PASCAL'ESCARGOT

INGÉDIENTS

90 g bananes bio
60 g kiwis
70 g abricots
12 cl crème liquide
entière UHT bio
35% MG
5 g fécule de maïs
bio
60 g farine bio T65
35 g framboises
bio surgelées
30 g myrtilles bio
120 g oeuf liquide
entier bio
60 g sucre de
canne blond en
poudre bio

MATÉRIEL

1 balance
1 batteur
électrique
1 tamis
3 saladiers
1 poche à douilles
Douilles
1 casserole
1 moule à
manquer
1 corne
1 carafe
1 planche à
découper
Papier cuisson

Préparation des fruits

Laver et assainir les fruits.

Citronner les bananes avec le jus du citron pressé.

Eplucher et découper les fruits de façon adaptée à la consommation des jeunes enfants. Réserver au frais.

Préparation du gâteau

Préchauffer le four à 200°C.

Pour la génoise, battre les oeufs et le sucre au bain-marie jusqu'à ce que le mélange tiédise et double de volume.

Hors du feu, incorporer délicatement la farine tamisée au mélange sucre/oeufs tiède, à l'aide de la maryse. Bien mélanger.

Verser ensuite l'appareil dans un moule chemisé de papier cuisson.

Préparer la crème fouettée. Dans un bol bien froid, mettre la fécule de maïs et la crème liquide froide, bien mélanger.

Battre au batteur électrique jusqu'à ce que le mélange monte bien et que la crème soit bien ferme.

Verser ensuite la crème fouettée dans la poche à douilles en s'aidant de la carafe. Réserver au frais.

Cuisson et dressage

Enfourner la génoise et laisser cuire à 200°C durant 15 minutes. À la sortie du four, démouler la génoise sur le plat de service et retirer le papier cuisson.

Laisser refroidir à température ambiante pour permettre la pose de la crème fouettée.

Pour le montage de l'escargot, faire une première coupe sur un tiers horizontal du cake et réserver.

Placer les deux tiers restants sur le plat de service, la partie plane vers le bas (cette partie représente la coquille de l'escargot).

Découper le tiers restant sur un tiers dans la largeur. On

obtient un petit morceau en forme de triangle avec un coté arrondi.
Placer ce petit morceau, en accolant le petit côté à gauche de la coquille (pour représenter la queue de l'escargot)
Placer ensuite le gros morceau à droite de la coquille, à mi-hauteur en plaçant la pointe la plus étroite vers le bas (cette partie représente le corps et la tête de l'escargot)
Garnir le dessus de la queue et de la coquille de l'escargot de crème fouettée avec la poche à douilles.
Réserver une partie de la crème fouettée pour la tête de l'escargot

Décoration

Placer deux bâtonnets de bananes avec deux framboises pour représenter les cornes de l'escargot.

Placer les fruits sur la coquille en réalisant une spirale : démarrer du centre de la coquille et alterner framboises et myrtilles en réalisant une spirale large.

Répartir le reste des fruits sur l'ensemble de l'escargot.

Pour finir, décorer le corps et la tête de l'escargot : recouvrir la partie droite avec la crème fouettée restante. Placer deux myrtilles pour les yeux avec un morceau de kiwi pour la bouche.





Recette proposée par **Christelle GOMIS**
de la crèche municipale Thorel (2^e)

PRÉPARATION
40 MIN
CUISSON
20 MIN
210°C

MON ASSIETTE AU SOLEIL DE THOREL

INGÉDIENTS

800 ml lait 2ème
âge bio
40 g polenta fine
bio
1 pâte feuilletée
pur beurre bio
(250 gr)
800 g de fruits de
saison préparés (2
bananes, 4 kiwis,
400 g de melon)

MATÉRIEL

4 assiettes creuses
2 couteaux
1 plateau en inox
1 saladier
Ramequins
Casserole
Papier cuisson

Préparation

Préchauffer le four à 210°C, thermostat 7.
Maintenir la pâte feuilletée au frais jusqu'à son utilisation.
Découper de petits éléments dans la pâte permettant d'évoquer le tronc d'un palmier, en évitant les pièces longues, épaisses ou pointues.
Disposer les éléments sur une plaque recouverte de papier cuisson.
Cuire au four environ 15 à 20 minutes jusqu'à obtenir une coloration uniforme.
Laisser refroidir sur une grille.

Préparation de la crème polenta

Prélever environ 100 ml de lait froid et y délayer soigneusement la polenta.
Faire chauffer le reste du lait et ajouter la préparation froide de polenta au lait chaud.
Remettre à chauffer en remuant, sans laisser bouillir jusqu'à épaississement complet de la crème.
Répartir la crème dans 8 ramequins ou contenants individuels.
Procéder au refroidissement rapide de la crème.
Couvrir et réserver au frais entre 0°C et +3°C jusqu'au service.
Aucun colorant ni sucre n'est ajouté : les fruits apportent naturellement, les couleurs et la saveur sucrée du goûter.
Des myrtilles cuites et passées au tamis peuvent par exemple permettre de colorer naturellement la crème de polenta.

Préparation des fruits

Laver, décontaminer les fruits, les rincer puis les éplucher.
Réaliser la découpe au plus près du service : couper la banane dans le sens de la longueur, le kiwi en bâtonnets et le melon en fines lamelles.
La taille et la texture des morceaux doivent toujours être adaptées aux capacités de mastication des enfants qui restent sous la surveillance d'un adulte pendant la dégustation.

Dressage

Dresser une petite quantité de chaque fruit autour de la crème de polenta pour évoquer les feuilles et le tronc d'un palmier.
Ajouter un petit élément de pâte feuilletée refroidie.
Servir immédiatement.





Recette proposée par **Mensah Romain NANA**
de la crèche municipale Censier (5^e)

PRÉPARATION

40 MIN

CUISSON

25 MIN

180°C

LE PETIT TRAIN DE BLACKUCCI

INGÉDIENTS

- 40 g bananes bio
- 150 g farine de blé bio T65
- 200 g fraises bio surgelées
- 300 g oranges bio
- 350 g pommes bio
- 240 g purée de pommes bio
- 2 cl huile de tournesol désodorisée bio
- 125 g oeufs liquide entier bio
- 125 g yaourt nature bio local
- 5 g poudre à lever bio
- 50 g sucre de canne blond en poudre bio
- 10 g cacao en poudre bio sans sucre

MATÉRIEL

- 1 saladier
- 1 fouet
- 1 cul de poule
- 1 maryse
- 1 mixeur plongeant
- 1 batteur
- 1 couteau à pain
- 1 mandoline
- 1 zesteur
- 1 balance ou 1 verre doseur
- 1 moule à cake
- 1 emporte-pièce
- Verres pour le smoothie

1 Préparation des fruits

Préchauffer le four à 180°C. Laver et assainir les fruits, puis éplucher les pommes et les oranges. Découper les pommes en lamelles et les oranges en rondelles. Pour la décoration, réserver au frais 6 fines lamelles de pommes, plusieurs rondelles d'orange et 3 fraises coupées en deux. Prélever également des zestes d'orange pour la décoration. Réserver les chutes de pommes, d'oranges et de fraises pour la réalisation du smoothie.

2 Réalisation de smoothie

Mixer tous les fruits réservés avec la banane, 120 grammes de compote de pommes et un peu d'eau froide. Réserver au frais.

3 Préparation du cake et cuisson

Dans un saladier, mélanger le yaourt, les oeufs (125 grammes), le sucre, 100 grammes de compote de pommes et l'huile. Bien mélanger avec le batteur. Ajouter la farine et la levure puis mélanger jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène. Verser la pâte dans un moule à cake, puis cuire au four environ 30 minutes à 180°C. Lorsque le gâteau est cuit, le faire refroidir rapidement.

4 Dressage

Lorsque le cake a bien refroidi, le couper en deux dans le sens de la longueur. Superposer ensuite les parties afin de créer les différents niveaux du train. Couper les extrémités pour obtenir une forme nette et régulière. Les chutes du cake sont utilisées pour éviter le gaspillage alimentaire. Prélever 80 grammes de ces chutes de cake, puis les mixer avec 20 grammes de compote de pommes et 10 grammes de cacao en poudre non sucré afin d'obtenir une pâte de liaison. Diviser la préparation obtenue en deux parties. La première

partie sert de liant pour assembler et consolider les différents éléments du train. Prélever la deuxième partie de cette préparation pour modeler la tête de Blackucci qui sera placée à l'intérieur de la locomotive. Réserver l'ensemble au frais jusqu'au moment du dressage.

Dans une casserole, réaliser un sirop léger avec 50 ml d'eau et 10 grammes de sucre. Bien laisser refroidir le sirop avant de l'utiliser : il va apporter de la brillance aux fruits et améliorer leur adhérence au cake.

Décoration

Positionner des rondelles d'orange pour représenter les roues du train. Disposer les lamelles de pommes pour former les nuages. Ajouter les demi-fraises sur les wagons et la locomotive.

Décorer la tête de Blackucci à l'aide de fines lamelles de pommes pour représenter le museau et la truffe. Utiliser deux petites tranches de pomme pour réaliser les yeux et une pointe de cacao pour dessiner les pupilles. Façonner les oreilles à l'aide de la préparation cacao-compote afin de créer des contrastes de couleur.

Déposer un petit morceau de fraise sur la tête de Blackucci pour apporter une touche colorée et renforcer l'identité visuelle du personnage.

Décorer avec les zestes d'orange. Réaliser les rails avec du cacao sur l'assiette. Verser le smoothie dans un verre décoré d'une rondelle d'orange. Et pour finir, placer la tête de Blackucci à l'avant de la locomotive.





Recette proposée par **Niakalé BOIGUILE**
de la crèche municipale Saint Severin (5^e)

PRÉPARATION

1 H 10

CUISON

12 MIN

180°C

PETIT ESCARGOT RIGOLO

INGÉDIENTS

300 g fraises bio
120 g farine bio T65
240 g oeufs entier
liquide bio
35 g sucre de canne
blond poudre bio
5 g sucre vanille bio
3 g cacao en poudre
non sucré bio
100 g chocolat noir
pâtissier
1 bouquet de
menthe bio

MATÉRIEL

1 grande casserole
1 petite casserole
2 maryses
1 batteur électrique
1 poche à douilles
Douilles
1 plaque de four
1 plateau en inox
rectangulaire
Papier cuisson

Préparation des légumes

Laver et assainir les fraises. Réserver.

Préchauffer le four à 180°C.

Dans une casserole à feux doux, blanchir les oeufs, le sucre vanille pendant environ 10 minutes.

Le mélange doit tripler de volume.

Ajouter ensuite délicatement la farine dans la casserole à l'aide d'une maryse.

Lorsque l'appareil est prêt, le séparer en deux parties :

- réserver 40 grammes de la pâte qui restera nature,
- ajouter le cacao non sucré dans la deuxième moitié de pâte et bien mélanger.

Cuisson et dressage

Poser une feuille de papier cuisson sur une plaque allant au four, puis étaler soigneusement la pâte nature dessus. Remplir une poche à douilles avec la pâte au cacao.

Tracer des lignes de pâte au cacao à intervalles réguliers sur la pâte nature à l'aide de la poche à douilles.

Enfourner à 180°C pendant 12 minutes.

Lorsque le gâteau est cuit, rouler immédiatement le biscuit sur lui-même à l'aide du papier cuisson, puis le dérouler.

Pour la garniture, faire fondre le chocolat noir pâtissier au bain-marie.

L'étaler ensuite sur la génoise. Puis rouler de nouveau la génoise sur elle-même à l'aide du papier cuisson.

Laisser refroidir.

Décoration

Lorsque le roulé est bien froid, couper la génoise à parts égales.

Pour chaque part, dérouler une petite partie du roulé pour créer le cou de l'escargot.

Sur chaque assiette, couper la queue de deux fraises pour

faire les yeux de l'escargot en y ajoutant des petits morceaux de tiges de menthe. Couper également une fraise en forme de rose pour finaliser la décoration. A noter que la garniture du roulé peut varier en fonction du goût des enfants : confiture, etc.





Recette proposée par **Béatrice LAMBLETIN**
de la crèche municipale Choderlos de Laclos (13^e)

PRÉPARATION

1 H 30

CUISON

20 MIN

180°C

1,2,3 À VOS CUILLÈRES !!!

INGÉDIENTS

- 100 g bananes bio
- 300 g fraises bio surgelées
- 150 g myrtilles bio
- 4 kiwis bio
- 65 g beurre doux pasteurisé bio
- 150 g œufs liquide entier bio
- 30 cl crème liquide entière UHT bio 35% MG
- 30 cl lait entier bio
- 250 g farine de blé T65 bio
- 30 g sucre de canne blond en poudre bio
- 30 g sucre glace de canne roux bio
- 10 g sucre vanillé bio
- 30 g chocolat
- 1 pincée de sel
- 1 sachet de levure chimique

MATÉRIEL

- 4 saladiers
- 1 planche à découper
- 8 verrines
- 3 poches à douille
- 1 poêle anti adhésive ou une crêpière
- 1 louche ou une petite bouteille
- 1 spatule
- 1 fouet ou un batteur électrique

Préparation des verrines

Préparer les fruits : laver et assainir 300 grammes de fraises, les bananes, les myrtilles et les kiwis. Couper en tout petits morceaux ou les écraser légèrement (type compote avec morceaux). Monter légèrement la crème liquide (sans la rendre très ferme). Ajouter une pincée de sucre, ou aucun sucre selon le goût. Pour le montage, alterner une couche de fruits et une couche de crème en petite épaisseur sur plusieurs niveaux. Réserver au frais.

Préparation et cuisson des pancakes fourrés

Pour réaliser la pâte à pancakes, mélanger 250 grammes de farine, 65 grammes de beurre fondu, 30 grammes de sucre de canne, 1 sachet de levure chimique et une pincée de sel. Ajouter 3 oeufs et 30 cl de lait, progressivement. Bien mélanger. Pour les pancakes fourrés avec le chocolat fondu, faire d'abord fondre le chocolat en plaçant le carré de chocolat au milieu de la pâte lors de la cuisson.

Verser un peu de pâte dans une poêle anti adhésive bien chaude. Ajouter une petite cuillère à café de chocolat fondu au centre. Recouvrir avec un peu de pâte supplémentaire. Laisser cuire puis retourner.

Décorer les pancakes cuits avec les fruits restants.

Pour les pancakes en forme d'ourson, chauffer la poêle à feu moyen. Huiler légèrement pour éviter que la pâte ne colle. Utiliser une cuillère ou une petite bouteille à sauce pour former l'ourson :

2 petits ronds en haut pour les oreilles et 1 grand rond en dessous pour la tête. Pour décorer les oursons, faire un coulis avec les myrtilles : mixer les myrtilles nature sans ajout de sucre et sans eau pour créer les yeux. Ajouter une demi rondelle de banane.



RETOUR EN IMAGES SUR LA FINALE DU TOP RECETTES DU 11 JUIN 2026



Douze candidat-es ATEPE ont préparé de savoureuses assiettes drôles et colorées dans les cuisines du restaurant administratif de l'Association de l'action sociale en faveur des personnels de la Ville (ASPP), avenue de France, sous le regard attentif et bienveillant de Carrie Solomon marraine de cette 11^{ème} édition.



Les finalistes, entouré-es des collègues professionnel·les de la petite enfance, membres du jury, référent-es ATEPE et organisateur·rices, ont été vivement félicité-es.



Le label Ecocert «en cuisine», niveau 3 carottes mention excellence, attestant de la haute qualité des repas préparés en crèche a été remis par Lise Pujos, responsable du Label En Cuisine, à la Direction des familles et de la petite enfance de la Ville de Paris, en présence d'Anne-Claire Boux, adjointe au Maire de Paris, chargée des affaires scolaires et de la petite enfance et d'Antoine Guillou, adjoint au Maire de Paris en charge des espaces verts et des bois, de l'alimentation durable et des circuits courts, de l'Axe Seine et des canaux et des affaires funéraires.



Retrouvez d'autres recettes de nos crêches
sur [Paris.fr](https://paris.fr), rubrique L'accueil en crèche