



Mother's Day Breakfast

Epicure's Featured Menu

Treat Mom to a Mother's Day breakfast fit for a queen! Wow her with a light and lovely meal of Epicure's Lighten-Up Eggs Benny (it's easy with Epicure's no-fail egg-poaching tips) and elegant Epicure's Poire Belle Hélène – a luscious pear and chocolate combo even the kids can make. And nothing says "we love you" like letting Mom curl up with an Epicure's Frosted Mocha while you do the dishes!



For recipes and to shop online, visit
www.epicureselections.com

Epicure's Lighten-Up Eggs Benny

This recipe swaps traditional English muffins or toast for delightfully crisp lettuce cups.

MAKES 4 SERVINGS

PREP TIME: 8 MINUTES

COOK TIME: 5–8 MINUTES

Juice of 1 lemon

¼ cup (60 ml) light sour cream or low-fat plain yogurt

1 tsp (5 ml) [Epicure's 3 Onion Dip Mix](#)

1 ½ tsp (7.5 ml) each olive oil and warm water

½ tsp (2.5 ml) [Epicure's Dijon Tarragon Dip Mix](#)

[Epicure's Sea Salt](#), to taste

⅛ tsp (0.75 ml) [Epicure's Mild Smoked Spanish Paprika](#)

4 eggs

4 slices Canadian back bacon

4 lettuce leaves

[Epicure's Chives](#) – for garnish

1. Squeeze ½ tsp (2.5 ml) lemon juice into a medium-size bowl. Whisk in sour cream, Epicure's 3 Onion Dip Mix, oil, water, Epicure's Dijon Tarragon Dip Mix, Epicure's Sea Salt and Epicure's Mild Smoked Spanish Paprika. Add more lemon juice, if needed.
2. If making ahead, prepare up to this point, cover and refrigerate for up to 2 days. Bring sauce to room temperature before using.
3. Fill [Epicure's Eclipse® Coated Professional Frying Pan](#) with about 2" (5 cm) water. Squeeze in 1 Tbsp (15 ml) lemon juice and bring to a boil over high heat. Once boiling, reduce heat to low so water is barely simmering.
4. Crack 1 egg into a small dish, then slip into water. Repeat with remaining eggs. Simmer uncovered for 3–4 minutes, until whites are set and yolks are done to taste.
5. Meanwhile, heat bacon in microwave until warm.
6. To serve, place lettuce on plates. Nestle bacon slices in each. Using a slotted spoon, remove eggs, one at a time, dab whites with paper towel to absorb any water, and place eggs on bacon slices. Spoon sauce over eggs and sprinkle with Epicure's Chives.

Per serving: Calories 160, Fat 10 g (Saturated 3 g, Trans 0 g), Cholesterol 265 mg, Sodium 460 mg, Carbohydrate 4 g (Fibre 1 g, Sugars 2 g), Protein 13 g

How to Poach an Egg like Julia Child

If you can poach an egg, you can do anything!

1. Fill Epicure's Eclipse® Coated Professional Frying Pan two-thirds full with water. Add a splash of white vinegar (to help egg white set). Bring to a boil.
2. Crack an egg into a ramekin or small bowl. Reduce boiling water to a gentle simmer. Ideally, the water should be about 160–180° F (71–82° C).
3. Using a spoon, swirl water to form a whirlpool, then carefully slide egg into it. Gently simmer for about 3–4 minutes, until white is firm and yolk is just set but still slightly runny.
4. Using a slotted spoon, gently lift egg out and blot bottom with kitchen towel. Serve immediately.



Cost per serving: \$1.06

Epicure's Poire Belle Hélène

Even kids can make this elegant, yet easy Mom-pleasing dessert!

MAKES 4 SERVINGS

PREP TIME: 5 MINUTES

COOK TIME: 16–20 MINUTES

1 — 14 oz (398 ml) can pear halves, drained

4 scoops vanilla ice cream

¼ cup (60 ml) Epicure's Easy Chocolate Syrup (see next recipe)

1. Portion pears into bowls, then top each with a scoop of ice cream.
2. Drizzle with prepared Epicure's Easy Chocolate Syrup and serve.

Per serving: Calories 240, Fat 8 g (Saturated 5 g, Trans 0 g), Cholesterol 30 mg, Sodium 65 mg, Carbohydrate 40 g (Fibre 2 g, Sugars 37 g), Protein 4 g

Epicure's Easy Chocolate Syrup

Great for kid-friendly chocolate milk, ice cream sundaes and beautifully decorated desserts. Try in a sinfully delicious chocolate martini for Mom's evening treat!

MAKES 2 ¼ CUPS (560 ML)

PREP TIME: 5 MINUTES

COOK TIME: 5 MINUTES

COST PER SERVING (2 TBSP [30 ML]): \$0.40

1 ½ cups (375 ml) granulated sugar

¾ cup (180 ml) Epicure's Pure Cocoa

1 ¼ cups (310 ml) water

1. Whisk sugar with Epicure's Pure Cocoa and water in Epicure's 8-cup Multi-Purpose Pot. Bring to a boil, then reduce heat to medium and simmer for 3 minutes.
2. Cool. Pour into squeeze bottle and refrigerate up to 1 week.

Per 2 Tbsp (30 ml): Calories 70, Fat 1.5 g (Saturated 1 g, Trans 0 g), Cholesterol 0 mg, Sodium 5 mg, Carbohydrate 16 g (Fibre 1 g, Sugars 14 g), Protein 1 g

Savvy Shopper Buy plastic squeeze bottles at your local dollar store — perfect for storing sauce!

Cost per serving: \$1.26



Shopping List

EPICURE'S COOKWARE

- Epicure's Eclipse® Coated Professional Frying Pan
- Epicure's 8-cup Multi-Purpose Pot

EPICURE'S HERBS & SPICES

- Epicure's 3 Onion Dip Mix
- Epicure's Dijon Tarragon Dip Mix
- Epicure's Mild Smoked Spanish Paprika
- Epicure's Pure Cocoa
- Epicure's Sea Salt
- Epicure's Chives
- Epicure's Maple Spice Fruit Dip Mix



Purchase these delicious Epicure products online, search for recipes, and so much more!

www.epicureselections.com

Epicure's Frosted Mocha

Make Mom this chill-icious treat using Epicure's Easy Chocolate Syrup.

MAKES 4 SERVINGS

PREP TIME: 5 MINUTES

Epicure's Maple Spice Fruit Dip Mix, to taste

2 cups (500 ml) strong coffee, chilled

6 Tbsp (90 ml) Epicure's Easy Chocolate Syrup

2 cups (500 ml) milk

12 coffee ice cubes

1. Moisten rims of 4 tall glasses and dip in Epicure's Maple Spice Fruit Dip Mix. Rotate gently to evenly 'frost' rim.
2. Place remaining ingredients in blender and blend until smooth.
3. Pour into glasses and serve.

Per serving: Calories 130, Fat 3.5 g (Saturated 2 g, Trans 0.1 g), Cholesterol 10 mg, Sodium 75 mg, Carbohydrate 20 g (Fibre 1 g, Sugars 11 g), Protein 5 g

Cost per serving: \$0.52



EPICURE™
SELECTIONS



Déjeuner de la Fête des Mères

Menu à l'affiche d'Épicure

Offrez à Maman un déjeuner de la Fête des Mères digne d'une reine! Épatez-la avec un menu superbe et léger : Œufs à la Bénédicte allégés d'Épicure (si faciles à réaliser avec les astuces pour le pochage des œufs) et Poires Belle Hélène d'Épicure – un appétissant dessert à la poire et au chocolat que même les enfants peuvent faire. Et rien ne dit mieux « On t'aime, Maman » qu'en lui demandant de relaxer avec un Moka glacé d'Épicure pendant qu'on s'occupe de la vaisselle!



Trouvez des recettes et magasinez en ligne à www.epicureselections.com

Œufs à la Bénédicte allégés d'Épicure

Cette recette remplace le traditionnel muffin anglais ou pain grillé par des feuilles de laitue fraîches et croquantes.

DONNE : 4 PORTIONS

PRÉPARATION : 8 MINUTES

CUISSON : 5 À 8 MINUTES

Le jus d'un citron

60 ml (1/4 tasse) de crème sure légère ou de yogourt faible en gras

5 ml (1 c. à thé) de [Mélange à Trempe 3 oignons Épicure](#)

7,5 ml (1 1/2 c. à table) d'huile d'olive

7,5 ml (1 1/2 c. à table) d'eau tiède

2,5 ml (1/2 c. à thé) de [Mélange à Trempe Dijonnaise à l'Estragon Épicure](#)

[Sel Marin Épicure](#), au goût

0,75 ml (1/8 c. à thé) de [Paprika Espagnol Doux Fumé Épicure](#)

4 œufs

4 tranches de bacon de dos canadien

4 feuilles de laitue

[Ciboulette Épicure](#) – pour garnir

1. Presser 2,5 ml (1/2 c. à thé) de jus de citron dans un bol moyen. Mélanger la crème sure, le Mélange à Trempe 3 Oignons Épicure, l'huile, l'eau, le Mélange à Trempe Dijonnaise à l'Estragon Épicure, le Sel Marin Épicure et le Paprika Espagnol Doux Fumé Épicure. Ajouter du jus de citron, au besoin.
2. Pour une préparation à l'avance, faire jusque là, couvrir et placer au réfrigérateur jusqu'à 2 jours. Amener la sauce à la température de la pièce avant de s'en servir.
3. Remplir une [Poêle de Qualité Professionnelle à Revêtement Éclipse® Épicure](#) avec environ 5 cm (2 po) d'eau. Presser 15 ml (1 c. à table) de jus de citron et porter à ébullition à feu vif. Baisser à feu doux pour que l'eau mijote doucement.
4. Craquer un œuf dans un petit plat, puis le glisser dans l'eau. Répéter avec le reste des œufs. Mijoter de 3 à 4 minutes sans couvercle, jusqu'à ce que les blancs soient cuits et les jaunes prêts au goût.
5. Entretemps, chauffer le bacon au micro-ondes.

6. Pour servir, placer une feuille de laitue sur chaque assiette. Déposer une tranche de bacon. Avec une cuillère à égoutter, retirer les œufs, un par un, tamponner le blanc de l'œuf avec une serviette en papier pour absorber l'excès d'eau, et placer les œufs sur les tranches de bacon. Verser la sauce sur les œufs et garnir avec la Ciboulette Épicure.

Par portion : Calories 160, Lipides 10 g (Saturés 3 g, Trans 0 g), Cholestérol 265 mg, Sodium 460 mg, Glucides 4 g (Fibres 1 g, Sucres 2 g), Protéines 13 g.

Comment pocher un œuf comme Julia Child

Si vous savez pocher un œuf, vous êtes capable de tout!

1. Remplir une Poêle de Qualité Professionnelle à Revêtement Éclipse® Épicure aux trois-quarts d'eau. Ajouter une larme de vinaigre (pour aider le blanc de l'œuf à coaguler). Porter à ébullition.
2. Craquer un œuf dans un ramequin ou un petit bol. Quand l'eau bout, réduire le feu jusqu'à ce qu'elle frémit. Idéalement, l'eau devrait être entre 71 et 82° C (160 et 180° F).
3. À l'aide d'une cuillère, tourner pour former un tourbillon dans l'eau et glisser doucement l'œuf dedans. Mijoter doucement de 3 à 4 minutes, jusqu'à ce que le blanc soit ferme et que le jaune soit cuit mais encore légèrement liquide.
4. Avec une cuillère à égoutter, retirer délicatement l'œuf et tamponner dessous avec une serviette en papier. Servir immédiatement.



Coût par portion : 1,06 \$

Epicure's Poire Belle Hélène

Même les enfants peuvent préparer ce dessert élégant et qui va plaire à Maman !

DONNE 4 PORTIONS

PRÉPARATION : 5 MINUTES

CUISSON : 16 À 20 MINUTES

1 boîte de 398 ml (14 oz) de moitiés de poires, égouttées

4 cuillerées de crème glacée à la vanille

60 ml (¼ tasse) de Sirop au chocolat sans tracas d'Épicure (voir recette ci-dessous)

1. Répartir les poires dans des bols, et ajouter une cuillerée de crème glacée.
2. Décorer avec un filet de sirop au chocolat sans tracas d'Épicure et servir.

Par portion : Calories 240, Lipides 8 g (Saturés 5 g, Trans 0 g), Cholestérol 30 mg, Sodium 65 mg, Glucides 40 g (Fibres 2 g, Sucres 37 g), Protéines 4 g.

Sirop au chocolat sans tracas d'Épicure

Parfait pour préparer du lait chocolaté pour les enfants ou pour décorer un sundae ou autres desserts. Essayez-le dans un sublime martini au chocolat pour gâter Maman en soirée!

DONNE 560 ML (2 ¼ TASSES)

PRÉPARATION : 5 MINUTES

CUISSON : 5 MINUTES

COÛT PAR PORTION DE 30 ML (2 C. À TABLE) : 0,40 \$

375 ml (1 ½ tasse) de sucre granulé

180 ml (¾ tasse) de Cacao Pur Épicure

310 ml (1 ¼ tasse) d'eau

1. Battre le sucre avec le Cacao Pur Épicure et l'eau dans une Marmite Multi-Usages Épicure de 2 L (8 tasses). Porter à ébullition, réduire à feu moyen et laisser mijoter pendant 3 minutes.
2. Laisser refroidir avant de verser dans un flacon souple et conserver au réfrigérateur une semaine au plus.

Pour 2 c. à table (30 ml) : Calories 70, Lipides 1,5 g (Saturés 1 g, Trans 0 g), Cholestérol 0 mg, Sodium 5 mg, Glucides 16 g (Fibres 1 g, Sucres 14 g), Protéines 1 g.

Acheteur averti Achetez des flacons souples à votre magasin à un dollar – parfait pour conserver cette sauce.

Coût par portion : 1,26 \$



Liste d'épicerie

USTENSILES DE CUISINE ÉPICURE

- Poêle de Qualité Professionnelle à Revêtement Eclipse® Épicure
- Marmite Multi-Usages Épicure 2 L (8 tasses)

HERBES ET ÉPICES ÉPICURE

- Mélange à Tremlette 3 Oignons Épicure
- Mélange à Tremlette Dijonnaise à l'Estragon Épicure
- Paprika Espagnol Doux Fumé Épicure
- Cacao Pur Épicure
- Sel Marin Épicure
- Ciboulette Épicure
- Mélange à Tremlette pour Fruits Érables et Épices Épicure



Achetez ces fantastiques produits Épicure en ligne, trouvez des recettes, et bien plus encore!

www.epicureselections.com

Mocha glacé d'Épicure

Offrez à Maman ce délice glacé préparé avec le Sirop au chocolat sans tracas d'Épicure.

DONNE 4 PORTIONS

PRÉPARATION : 5 MINUTES

Mélange à Tremlette Érables et Épices Épicure, au goût

500 ml (2 tasses) de café fort, refroidi

90 ml (6 c. à table) de Sirop au chocolat sans tracas d'Épicure

500 ml (2 tasses) de lait

12 glaçons au café

1. Humidifier le bord de 4 verres et les tremper dans du Mélange à Tremlette Érables et Épices Épicure. Tourner lentement pour givrer les bords.
2. Combiner tous les autres ingrédients dans un mélangeur jusqu'à consistance lisse.
3. Verser dans les verres et servir.

Par portion : Calories 130, Lipides 3,5 g (Saturés 2 g, Trans 0,1 g), Cholestérol 10 mg, Sodium 75 mg, Glucides 20 g (Fibres 1 g, Sucres 11 g), Protéines 5 g.

Coût par portion : 0,52 \$



ÉPICURE^{MC}
SELECTIONS