



En chansons !

Propositions de chansons

<https://www.youtube.com/watch?v=gU8ckNkKbDA&list=PLnLgbPRQTHA82qItAbP4s7qu6onFrSXVx>

Olivia Ruiz <i>La femme chocolat</i>	https://www.youtube.com/watch?v=gU8ckNkKbDA
Les enfantastiques <i>Tous les goûts sont dans la nature</i>	https://www.youtube.com/watch?v=4ZNDfRIWTx4
Les Enfantastiques <i>Les expressions alimentaires</i>	https://www.youtube.com/watch?v=ldJJi8m7IH0&t=59s
Les enfantastiques <i>La chanson chocolat</i>	https://www.youtube.com/watch?v=D_ky4tiDPQ8
Les enfantastiques : <i>Tout goûter</i>	https://www.youtube.com/watch?v=nywW187MNL8
Nino Ferrer <i>Les cornichons</i>	https://www.youtube.com/watch?v=N7JSW4NhM8I
Joe Dassin <i>Les petits pains au chocolat</i>	https://www.youtube.com/watch?v=kJnb5EiMmWw
Camille <i>Le Festin</i>	https://www.youtube.com/watch?v=G3ISONLLx70
Bourvil <i>Salade de fruits</i>	https://www.youtube.com/watch?v=-5n3U2yifDM
Brigitte Fontaine, Mouss & Hakim <i>Le Nougat</i>	https://www.youtube.com/watch?v=mGwacTw9ido
L'Homme parle <i>A table</i>	https://www.youtube.com/watch?v=viSPDawdiBs
L.E.J <i>La dalle</i>	https://www.youtube.com/watch?v=RaK8HLqMPA8

Propositions de chansons

Bénabar <i>Le dîner</i>	https://www.youtube.com/watch?v=3X-KbPmOx8s
Valentina <i>Barbapapa</i>	https://www.youtube.com/watch?v=lOrkM169cww
Oldelaf <i>Je mange</i>	https://www.youtube.com/playlist?list=PLtRFEzn7EZGJfFcsks8Tfz_hcyZDCRVu
Joyce Jonathan <i>Si je mange, je vais en enfer</i>	https://www.youtube.com/watch?v=LA8h3LxWvQc
Alain Souchon <i>On est foutus on mange trop</i>	https://www.youtube.com/watch?v=LuglCVe3r10
Stephan Eicher <i>Déjeuner en paix</i>	https://www.youtube.com/watch?v=S7cP8jGMtAE
Olivia Ruiz <i>Les crêpes au chocolat</i>	https://www.youtube.com/watch?v=1T4vfFcuAF4

Les paroles

Olivia Ruiz - la femme chocolat

<https://www.youtube.com/watch?v=gU8ckNkKbDA>

Taille-moi les hanches à la hache
J'ai trop mangé de chocolat
Croque moi la peau, s'il-te-plaît
Croque moi les os, s'il le faut

C'est le temps des grandes métamorphoses

Au bout de mes tout petits seins
S'insinuent, pointues et dodues
Deux noisettes, crac! Tu les manges

C'est le temps des grandes métamorphoses

Au bout de mes lèvres entrouvertes
pousse un framboisier rouge argenté
Pourrais-tu m'embrasser pour me le couper...

Pétris-moi les hanches de baisers
Je deviens la femme chocolat
Laisse fondre mes hanches Nutella
Le sang qui coule en moi c'est du chocolat chaud...

Un jour je vais m'envoler
A travers le ciel à force de gonfler...
Et je baillerai des éclairs
Une comète plantée entre les dents
Mais sur terre, en attendant
Je me transformerai en la femme chocolat...

Taille-moi les hanches à la hache
J'ai trop mangé de chocolat...



Les Enfantastiques - Tous les goûts sont dans la nature

<https://www.youtube.com/watch?v=4ZNDFRIWTx4>

Qu'on aime le doux ou l'amer, fruit du verger ou fruit de mer
Savourons toutes les nourritures, tous les goûts sont dans la nature
Le chaud le tiède ou bien le froid, au choix, le tordu ou le droit
A pied à vélo en voiture, tous les goûts sont dans la nature

Refrain

Les goûts et les couleurs à chacun ses préférences, les goûts et les couleurs
Tout cela n'a pas d'importance
Les goûts et couleurs c'est comme ci ou bien comme ça
Les goûts et couleurs ça ne se discute pas

Vivre à la campagne ou en ville, l'air des montagnes, douceur des villes
Tranquille ou la grande aventure, tous les goûts sont dans la nature
Le soleil la pluie ou le vent, été automne hiver printemps
Le passé le présent le futur, Tous les goûts sont dans la nature

Refrain

Le rêve ou la réalité, le mensonge ou la vérité, plus que parfait ou les ratures
Tous les goûts sont dans la nature

Refrain



Les Enfantastiques - les expressions alimentaires

<https://www.youtube.com/watch?v=ldJJI8m7IH0&t=59s>

Y en a qui ont les yeux plus gros que le ventre
Certains ont l'estomac dans les talons
Les uns ont de la nourriture à revendre
Pendant que d'autres se retrouvent « marron »
Quelques-uns mettent les petits plats dans les grands
Beaucoup rêvent d'avoir un bon coup de fourchette
On dit que l'appétit vient en mangeant
Mais ça c'est quand on en a plein l'assiette.
Et quelles que soient les expressions
Qu'on le dise chacun à sa façon
Ce qui serait bien, c'est que, demain, tout le monde enfin...
Mange à sa faim

Y en a qui travaillent pour des haricots
Même pas de quoi faire bouillir la marmite
Juste à côté, on gaspille à gogo
Plutôt que d'offrir le couvert et le gîte
On entend toujours les mêmes salades
Et y'en a marre d'avaler des couleuvres
Apportons l'aide à ceux qui sont en rade
Maintenant, il est temps de se mettre à l'œuvre
Et quelles que soient les expressions
Qu'on le dise chacun à sa façon
Ce qui serait bien, c'est que, demain, tout le monde enfin...
Mange à sa faim

Et quelles que soient les expressions
Qu'on le dise chacun à sa façon
Ce qui serait bien, c'est que, demain, tout le monde enfin...
Mange à sa faim

Et quelles que soient les expressions
Qu'on le dise chacun à sa façon
Ce qui serait bien, c'est que, demain, tout le monde enfin...
Mange à sa faim

Ce qui serait bien, c'est que, demain, tout le monde enfin...
Mange à sa faim

Ce qui serait bien, c'est que, demain, tout le monde enfin...
Mange à sa faim





14 au 20 octobre 2024

Les Enfantastiques - La chanson chocolat

https://www.youtube.com/watch?v=D_ky4tiDPQ8

C'est la chanson chocolat
Un petit air à croquer
Quand on est tout raplapla
Et qu'on ne veut pas craquer
C'est la chanson chocolat
Chant' la comm' un perroquet
Et tu verras oh la la
Comme tu s'ras OK OK

1°

Qu'il soit noir ou qu'il soit blanc
J'aim' le chocolat comme les gens
S'il est mélangé au lait
Le monde me plaît tel qu'il est
Quand j'ai l' moral qu'est KO

Je mange un kilo d' cacao
Plein de tablettes aux noisettes
Et j'ai envie de faire la fête

refrain:

C'est la chanson chocolat
Un petit air à croquer
Quand on est tout raplapla
Et qu'on ne veut pas craquer
C'est la chanson chocolat
Chant' la comm' un perroquet
Et tu verras oh la la
Comme tu s' ras OK OK

2°

Dans un bol ou tartiné
Au p' tit déjeuner, au goûter
Parfois tellement fondant
On fond devant comme des enfants
Bien cuisiné en gâteau
Avec des bougies, des cadeaux
En poudre ou en p' tits carrés
Il rend la vie douce et sucrée



Les Infantastiques - Tout goûter

<https://www.youtube.com/watch?v=nywW187MNL8>

1°

Y' a des gens qui disent
Que la gourmandise
Est un vilain défaut.
A ces rabat-joie
En pleine crise de foie
On répond que c'est faux
Ces petits mangeurs
Toujours pleins d'aigreurs
N'ont qu'la peau et les os
Ca nous est égal
Nous on se régale
Carpe diem en credo

Refrain

Il faut.....

Tout goûter, tout goûter
Le doux et l'épicé
Le sucré, le salé
Et même l'acidulé
Tout goûter, tout goûter
Pour la curiosité
Tout goûter, tout goûter
Tout goûter, tout goûter

Tout goûter, tout goûter
Le plaisir du palais
Au diner, au souper
Au petit déjeuner
Tout goûter, tout goûter
Les papilles éveillées
Tout goûter, tout goûter
Tout goûter, tout goûter

A n'en plus finir
Il faut découvrir
Des milliers de saveurs
Autant de délices
Parfums qui ravissent
Ceux d'ici et d'ailleurs
Mélange de plats
D'arômes plein d'éclats
De toutes les couleurs



Et du sud au nord
Encore et encore
De nouvelles douceurs

Refrain
Il faut.....
Tout goûter, tout goûter



Nino Ferrer - Les Cornichons

<https://www.youtube.com/watch?v=N7JSW4NhM8I>

Paroles : <https://www.paroles.net/nino-ferrer/paroles-les-cornichons>

On est parti, samedi, dans une grosse voiture,
Faire tous ensemble un grand pique-nique dans la nature,
En emportant des paniers, des bouteilles, des paquets,
Et la radio !

Des cornichons
De la moutarde
Du pain, du beurre
Des p'tits oignons
Des confitures
Et des œufs durs
Des cornichons

Du corned-beef
Et des biscottes
Des macarons
Un tire-bouchons
Des petits-beurre
Et de la bière
Des cornichons

On n'avait rien oublié, c'est maman qui a tout fait
Elle avait travaillé trois jours sans s'arrêter
Pour préparer les paniers, les bouteilles, les paquets
Et la radio !

Le poulet froid
La mayonnaise
Le chocolat
Les champignons
Les ouvre-boîtes
Et les tomates
Les cornichons

Mais quand on est arrivé, on a trouvé la pluie
C'qu'on avait oublié, c'était les parapluies
On a ramené les paniers, les bouteilles, les paquets
Et la radio !

On est rentré
Manger à la maison
Le fromage et les boîtes
Les confitures et les cornichons



La moutarde et le beurre
La mayonnaise et les cornichons
Le poulet, les biscottes
Les œufs durs et puis les cornichons



Joe Dassin - Les petits pains au chocolat

<https://www.youtube.com/watch?v=kJnb5EiMmWw>

Paroles : "[Les petits pains au chocolat](#)" – Joe Dassin paroles

... Tous les matins il achetait son petit pain au chocolat (aye aye ayayay)

La boulangère lui souriait, il ne la regardait pas (aye aye ayayay)

... Et pourtant elle était belle, les clients ne voyaient qu'elle

Il faut dire qu'elle était vraiment très croustillante

Autant que ses croissants

Et elle rêvait mélancolique

Le soir dans sa boutique

À ce jeune homme distant

... Il était myope voilà tout mais elle ne le savait pas (aye aye ayayay)

Il vivait dans un monde flou où les nuages volaient pas (aye aye ayayay)

... Il ne voyait pas qu'elle était belle, ne savait pas qu'elle était celle

Que le destin lui envoyait à l'aveuglette pour faire son bonheur

Et la fille qui n'était pas bête

Acheta des lunettes

À l'élu de son cœur

... Dans l'odeur chaude des galettes et des baguettes et des babas (aye aye ayayay)

Dans la boulangerie en fête, un soir on les maria (aye aye ayayay)

... Toute en blanc qu'elle était belle, les clients ne voyaient qu'elle

Et de leur union sont nés des tas de petits gosses myopes comme papa

Gambadant parmi les brioches se remplissant les poches de petits pains au chocolat

... Et pourtant elle était belle, les clients ne voyaient qu'elle

Et quand on y pense la vie est très bien faite, il suffit de si peu

D'une simple paire de lunettes pour accrocher deux êtres et pour qu'ils soient heureux



Camille - Le Festin

<https://www.youtube.com/watch?v=G3ISONLLx70>

Paroles : <https://www.paroles.net/camille/paroles-le-festin>

Les rêves des amoureux sont comme le bon vin
Ils donnent de la joie ou bien du chagrin
Affaibli par la faim je suis malheureux
Volant en chemin tout ce que je peux
Car rien n'est gratuit dans la vie

Espoir est un plat bien trop vite consommé
À sauter les repas, je suis habitué
Un voleur, solitaire, est triste à nourrir
À nous je suis amer je veux réussir
Car rien n'est gratuit dans...

La vie... Jamais on ne redira
Que la course aux étoiles, ça n'est pas pour moi
Laissez-moi vous émerveiller, prendre mon envol
Nous allons enfin nous régaler

La fête va enfin commencer
Et sortez les bouteilles, finis les ennuis
Je dresse la table, demain nouvelle vie
Je suis heureux à l'idée de ce nouveau destin
Une vie à me cacher, et puis libre enfin
Le festin est sur mon chemin

Une vie à me cacher et puis libre enfin
Le festin est sur mon chemin



Bourvil - Salade de fruits

<https://www.youtube.com/watch?v=-5n3U2yjfDM>

Paroles : <https://www.paroles.net/bourvil/paroles-salade-de-fruits>

Ta mère t'a donné comme prénom
Salade de fruits, ah! quel joli nom
Au nom de tes ancêtres hawaïens
Il faut reconnaître que tu le portes bien

Salade de fruits, jolie, jolie, jolie
Tu plais à mon père, tu plais à ma mère
Salade de fruits, jolie, jolie, jolie
Un jour ou l'autre il faudra bien
Qu'on nous marie

Pendus dans la paillote au bord de l'eau
Y a des ananas, y a des noix de cocos
J'en ai déjà goûté je n'en veux plus
Le fruit de ta bouche serait le bienvenu

Je plongerai tout nu dans l'océan
Pour te ramener des poissons d'argent
Avec des coquillages lumineux
Oui mais en échange tu sais ce que je veux

On a donné chacun de tout son cœur
Ce qu'il y avait en nous de meilleur
Au fond de ma paillote au bord de l'eau
Ce panier qui bouge c'est un petit berceau

Salade de fruits, jolie, jolie, jolie
Tu plais à ton père, tu plais à ta mère
Salade fruits, jolie, jolie, jolie
C'est toi le fruit de nos amours !
Bonjour petit !



Brigitte Fontaine, Mouss & Hakim - Le Nougat

<https://www.youtube.com/watch?v=mGwacTw9ido>

Paroles :

<https://www.musixmatch.com/fr/paroles/Brigitte-Fontaine-Mouss-Hakim/Le-Nougat>

Je me réveille avec entrain
Je branche la cafetière électrique
Je me rue dans la salle de bain
Et je deviens paralytique
Sous la douche y'a un éléphant
Qui me regarde tendrement
Je balbutie en rougissant
D'un air gaga probablement
"Mais comment donc êtes-vous entré
Puisque la porte était fermée?"
Il me sourit et il me dit
"T'occupes pas, donne-moi du nougat!"
"T'occupes pas, donne-moi du nougat!"

Je bondis sur le téléphone
Je fais le 17 et je tonne
"J'habite au 1 d'la rue Didouche"
"Y'a un éléphant dans ma douche"
Le flic me dit vas-y toi-même
Ça résoudra tous tes problèmes
Déboussolée je redéboule
Là où j'ai laissé ce maboul
La douche est vide il est parti
Le voilà couché dans mon lit
Il me regarde et il me dit
"Hé grouille-toi, donne-moi du nougat!"
"Hé grouille-toi, donne-moi du nougat!"

Je dis je vais vous en chercher
C'est dans la cuisine à côté
J'y vais et puis je change de cap
J'enfile un manteau et une cape
Pour recouvrir ma nudité
Et je m'enfuis dans l'escalier
Je traverse la ville à pieds
En cavalant comme une damnée
J'arrive enfin chez un copain
Qui va m'accueillir dans son sein
Il ouvre la porte et il me dit

"Ah c'est toi, donne-moi du nougat!"

"Ah c'est toi, donne-moi du nougat!"

J'ai galopé chez Marina
Qui est plus qu'une sœur pour moi
Elle m'a tout d'suite donné à boire
Je lui ai raconté l'histoire
Elle a dit "Alors, t'as fait quoi?"
Ben, j'lui ai donné le nougat
La d'ssus je vais m'faire un pétard
Et partir pour Montélimar
Elle me fait "Je viens avec toi!"
Moi aussi je veux du nougat!"
Moi aussi je veux du nougat!
Moi aussi je veux du nougat!
Moi aussi je veux du nougat!
Moi aussi je veux du nougat



L'Homme parle - A table

<https://www.youtube.com/watch?v=viSPDawdiBs>

Paroles : <https://www.paroles-musique.com/paroles-L-Homme-Parle-A-Table-lyrics,p182936>

Des tomates en España
Panga from China
Ananas Guatemala
Achetés aux prix les plus bas

Ca fait le tour de la planète
Avant de finir dans l'assiette
Une petite cure aux additifs
Pour les rendre très addictifs

208, 209, moi ça me fait un effet boeuf
L'aspartame c'est le coup de foudre
"Et un peu de sucre en poudre"
Je me fait doré la pilule
Sous le tropique du cancer
Dans mon bide la canicule
Je rayonne été comme hiver

Aller en rang dans les cuisines
Et je veux du frais pour nos babines
Les traders et la chimie
Pas dans ma gastronomie

Envoi du local et du bio
Des produits sains pour nos marmots
Retrousse tes manches y'a du boulot

Tout le monde à table !
C'est l'heure de mettre son tablier
Tout le monde à table !
On va pas se laisser bouffer
Tout le monde à table !
Un peu d'amour à mijoter
Cuisiner, c'est résister

Des pleines bouchées de plaisir en boîte
A coup de pinard au sulfate
Un peu d'ail et d'aromate

Je digère au bicarbonate

Tiens c'est sympa ce nouveau goût
C'est du chat ou c'est du gnou
D'où ça vient c'est le casse tête
C'est pas marqué sur l'étiquette

Bravo aux restos sans cuisine
Où on réchauffe des plats d'usine
Non mais de qui on se paye la tête
Quand les chefs vendent de la Danette

Au pays de la gastronomie
Et des petits plats à mamie
Ils pensent plus à leur porte monnaie
Qu'à te faire bouffer des produits frais

Aller on reprend les champs
Avec nos piques et nos fourchettes
C'est la bastille des paysans
Qu'on puisse bouffer dignement

A la maison ou au resto
Fini le micro-onde et métro
Remettez-vous aux fourneaux !

{x2:}
Tout le monde à table !
C'est l'heure de mettre son tablier
Tout le monde à table !
On va pas se laisser bouffer
Tout le monde à table !
Un peu d'amour à mijoter
Cuisiner, c'est résister

Tout le monde à table ! {x3}
Cuisiner, c'est résister



L.E.J - La Dalle

<https://www.youtube.com/watch?v=RaK8HLqMPA8>

Paroles : <https://www.paroles.net/l-e-j/paroles-la-dalle>

J'ai la dalle... Ce soir...

J'ai la dalle ce soir, j'boufferais n'importe quoi
Même du fond d'tiroir
J'veux tout ce que t'as surtout ta...
Pas l'temps de m'asseoir
Je m'arrangerai, servez-la moi sur le comptoir
Sans menu ni couvert ni...
Fate ou épicé j'en parlerai la bouche pleine
Lourd ou trop léger, je n'serai pas à la peine
Un regard, une main, et chaque fois le même refrain
Ce souffle chaud, ostinato, sur les lèvres

J'la prendrai à point... A point
J'la prendrai à point... A point

Sur place ou bien à emporter, je te ferai tourner du bout de mes doigts
Douce naïveté, sans vouloir t'offenser, tu ne resteras que mon encas
J'ai la dalle ce soir, si tu sers mes envies, t'auras un pourboire
Je suis sûre de moi, tu vas dé...
Pas le temps de m'asseoir, besoin de protéines à n'en plus pouvoir
T'effeuilleter pour mieux te...
Halal ou casher, du moment qu'elle est tendre
J'peux le payer cher, mais je n'veux pas attendre
J'veux déguster lentement, manger en mastiquant
En mastiquant, je fais le régime Dukan
- Et la cuisson c'est comment?

Je la prendrai à point... À point.
Je la prendrai à point... À point.
La Dalle...

Rien ne sert de juste se nourrir, il faut savoir manger a point
Rien ne sert de juste se nourrir, il faut savoir manger a point

Changeons de place sur la balance, Imaginons nos rôles inversés

Si j'étais plat sans résistance, M'aurais-tu fait mijoter?

Si j'étais plat sans résistance... Moi, je t'aurais pris à point... A point

Je la prendrai à point...
La Dalle...
A Point.



Bénabar - Le diner

<https://www.youtube.com/watch?v=3X-KbPmOx8s>

Paroles : <https://www.paroles.net/benabar/paroles-le-diner>

J'veux pas y'aller à ce dîner,
J'ai pas l'moral,
J'suis fatigué,
Ils nous en voudront pas,
Allez on n'y va pas.
En plus faut que je fasse un régime
ma chemise me boudine,
J'ai l'air d'une chipolata,
Je peux pas sortir comme ça.
Ça n'a rien à voir
J'les aime bien tes amis,
Mais je veux pas les voir
Parce que j'ai pas envie.

On s'en fout, on n'y va pas,
On n'a qu'à se cacher sous les draps,
On commandera des pizzas,
Toi la télé et moi,
On appelle, on s'excuse,
On improvise, on trouve quelque chose,
On n'a qu'à dire à tes amis
Qu'on les aime pas et puis tant pis.

J'suis pas d'humeur tout me déprime
Et il se trouve que par hasard,
Y'a un super bon film
A la télé ce soir.
Un chef-d'œuvre du 7ème art
Que je voudrais revoir,
Un drame très engagé
Sur la police de Saint-Tropez.
C'est une satire sociale
Dont le personnage central
Est joué par De Funès,
En plus y'a des extraterrestres.

On s'en fout, on n'y va pas,
On n'a qu'à se cacher sous les draps,
On commandera des pizzas,
Toi la télé et moi,
On appelle, on s'excuse,
On improvise, on trouve quelque chose,

On n'a qu'à dire à tes amis
Qu'on les aime pas et puis tant pis.
On s'en fout, on n'y va pas,
On n'a qu'à se cacher sous les draps,
On commandera des pizzas,
Toi la télé et moi.

J'ai des frissons je me sens faible,
Je crois que je suis souffrant,
Ce serait pas raisonnable
De sortir maintenant.
Je préfère pas prendre de risque,
C'est peut-être contagieux,
Il vaut mieux que je reste
Ça m'ennuie mais c'est mieux.
Tu me traites d'égoïste,
Comment oses-tu dire ça ?
Moi qui suis malheureux et triste
Et j'ai même pas de home-cinéma.

On s'en fout, on n'y va pas,
On n'a qu'à se cacher sous les draps,
On commandera des pizzas,
Toi la télé et moi,
On appelle, on s'excuse,
On improvise, on trouve quelque chose,
On n'a qu'à dire à tes amis
Qu'on les aime pas et puis tant pis.
On s'en fout, on n'y va pas,
On n'a qu'à se cacher sous les draps,
On commandera des pizzas,
Toi la télé et moi.



Valentina - Barbapapa

<https://www.youtube.com/watch?v=lOrkM169cww>

Paroles : <https://www.paroles.net/valentina/paroles-barbapapa>

Une pincée de sel qui vous aime
Sur des petits morceaux de joie
Saupoudrer beaucoup de je t'aime
Car quand on aime on ne compte pas

Faites monter les yeux en rêve
Mélanger à la vie devant de soi
Toutes les recettes sont les mêmes
Pour réchauffer les cœurs froids
Pour réchauffer les cœurs froids

Barbapapa

Un peu de nous
Un peu de ce monde en couleurs
Et dans la foule
Danser à se fouler le cœur
J'veux des mots doux
des mots d'ici et d'ailleurs

À la table des gens qu'on aime
On met tous les pieds dans le plat
On partage nos rires et nos peines
Comme une barbapapa
Comme une barbapapa

Barbapapa

x2
Un peu de nous
Un peu de ce monde en couleurs
Et dans la foule
Danser à se fouler le cœur
J'veux des mots doux
des mots d'ici et d'ailleurs

Je vois la vie comme ça
Comme une barbapapa
Sur le bout de mes doigts

Barbapapa

Un peu de nous
Un peu de ce monde en couleurs
Et dans la foule
Danser à se fouler le cœur
J'veux des mots doux
des mots d'ici et d'ailleurs



Peau d'Âne | Recette pour un cake d'amour

<https://www.youtube.com/watch?v=KfpgKdhSwaU>

Préparez votre pâte dans une jatte plate et allumez votre four.

Prenez la farine et versez quatre mains bien pesées.

Creusez un puit, choisissez quatre œufs frais et les casser.

Ajoutez le bol de lait entier, bien crémeux s'il vous plaît.

De sucre parsemez.

Ajoutez la main de beurre fin, (préalablement fondu), le soufflé de levain, la larme de miel et terminez par le soupçon de sel.

Mélangez l'ensemble jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse et sans grumeau.

Glissez un présent pour votre fiancé.e et faites un souhait.

Laissez poser la pâte 30 minutes environ. Graisser le plat de beurre puis laisser cuire environ 40 minutes à 180 °C. Vérifiez la cuisson de temps à autre à l'aide d'un couteau.



Oldelaf - Je mange

https://www.youtube.com/playlist?list=PLtRFEzn7EZGJfCsk8Tfz_hcyZDCRVu

Quand je suis tout seul chez moi toute la journée
Parce que j'ai un jour de libre pour me reposer
Je mange, je mange
Dès que j'ai un RTT, que j'sais pas quoi faire
Plutôt que de m'ennuyer, j'ouvre le frigidaire
Je mange, je mange
Mais de temps en temps j'aimerais bien faire du sport
Mais il faudrait être 2 dont moi et du coup c'est mort
Mais je n'abandonne pas pour me dépenser
J'file à fond vers la cuisine je prépare à manger
Déjà à 11h30 j'ai méga la dalle
Vu mon hypoglycémie je trouve ça normal
Je mange, je mange
Quand midi arrive, que je sors juste de table
Je remets vite le couvert et je passe à table
Je mange, oh oh oh, je mange
Mais de temps en temps j'aimerais voir des amis
Mais ils vont tous se moquer et me dire que j'ai grossi
Si c'est voir des gens juste pour se faire insulter
Je préfère rester chez moi j'prepare à manger
Et quand vient 16h c'est que c'est l'heure de goûter
Quand vient 17h c'est que c'est l'heure du goûter aussi
Quand vient 18h c'est que c'est l'heure du goûter
Quand vient 19h là je prépare à manger
Quand je réalise que la bouffe est un problème
Que devant la glace je ne suis plus trop le même
Je bois, oh oh, je bois
Afin d'oublier que j'emplis mon estomac
Parce que ma vie est un peu creuse parfois
Je bois, oh oh oh, oh oh oh, je bois



Joyce Jonathan - Si je mange, je vais en enfer

<https://www.youtube.com/watch?v=LA8h3LxWvQc>

J'en ai souvent parlé sans en parler
J'ai effleuré le sujet
J'avais trop honte de raconter
Comment je me suis créé un monde isolé

Isolée de tout, des tables de famille
Des rendez-vous joyeux
Que je voulais pas subir
J'avais peur de montrer aux autres
Que je ne sais pas me nourrir

Mieux vaut se laisser mourir?

Si je mange, si je mange, je vais en enfer
Il y en a que ça dérange
Si je mange, si je mange, je vais en enfer

Est-ce que ça te dérange?
Est-ce que ça te dérange?

J'en ai souvent parlé sans en parler
Je voulais pas mettre de mot, non
Vous dire que c'est une maladie
C'est vous raconter qui je suis vraiment

J'en ai gommé, dégommé, dévoré, trop bouffé de
ce vide immense
Et dire que c'est alimentaire
Moi je ne veux que remplir ma panse
Et toutes mes pensées

Si je mange, si je mange, je vais en enfer
Il y en a que ça dérange
Si je mange, si je mange, je vais en enfer
Est-ce que ça te dérange?
Est-ce que ça te dérange?
Est-ce que ça te dérange?

Si je vous en parle aujourd'hui
C'est que j'ai pris du recul
Que j' considère être un peu sortie
De cette étrange bulle

Je crois avoir compris
Le pourquoi du comment
Même si c'est jamais fini
Cette fois c'est différent
Car je vous ai tout dit

Si je mange, si je mange, c'est pas l'enfer
Si je mange, si je mange, c'est peut-être le paradis
même
Si je mange, si je mange c'est pas l'enfer
Même si ça te dérange
Mmmh
Même si ça te dérange
Même si ça te dérange



Stephan Eicher – Déjeuner en paix

<https://www.youtube.com/watch?v=S7cP8jGMtAE>

J'abandonne sur une chaise le journal du matin
Les nouvelles sont mauvaises d'où qu'elles
viennent
J'attends qu'elle s'éveille et qu'elle se lève enfin
Je souffle sur les braises, pour qu'elles prennent
Cette fois je ne lui annoncerai pas
La dernière hécatombe
Je gard'rai pour moi ce que m'inspire le monde
Elle m'a dit qu'elle voulait, si je le permettais
Déjeuner en paix
Déjeuner en paix
Je vais à la fenêtre et le ciel ce matin
N'est ni rose, ni honnête pour la peine
"Est-ce que tout va si mal? Est-ce que rien ne va
bien?
L'homme est un animal" me dit-elle
Elle prend son café en riant, elle me regarde à
peine
Plus rien ne la surprend sur la nature humaine
C'est pourquoi elle voudrait, enfin si je le permets
Déjeuner en paix
Oui, déjeuner en paix
Ah déjeuner en paix
Je regarde sur la chaise le journal du matin
Les nouvelles sont mauvaises d'où qu'elles
viennent
"Crois-tu qu'il va neiger?" me demande-t-elle
soudain
"Me feras-tu un bébé pour Noël?"
Elle prend son café en riant, elle me regarde à
peine
Plus rien ne la surprend sur la nature humaine
C'est pourquoi elle voudrait, enfin si je le permets
Déjeuner en paix
Oui, déjeuner en paix
Ah déjeuner en paix
Oui, déjeuner en paix
En paix, en paix
Enfin déjeuner en paix
Oui, déjeuner en paix
Enfin déjeuner en paix



Hubert-Félix Thiéfaine - La cancoillotte

<https://www.youtube.com/watch?v=JTm6AiFK22k>

Les Bretons ont des chapeaux ronds
Les Parisiens ont le Panthéon
Les Occitans ont Fos-sur-Mer
Et les Lorrains Servan-Schreiber
Les Alsaciennes font des biscuits
Que l'on trouve aussi à Paris
A ces gens là on dit caca
Car ils n'ont pas ce que l'on a
La cancan cancoillotte
C'est un mets bien franc-comtois
Tout en dansant la gavotte
On se beurre la gueule à l'arbois
La cancan cancoillotte
Ce n'est pas pour ces François
Quand ils viennent avec leurs bottes
On leur dit nenni ma foi
Mon gars tu prends le méton
Que tu verses dans le caquelon
Avec de l'ail, avec du beurre
Avec ton manche, avec ton coeur
Et faut touiller ca c'est sûr
Sinon ca devient de la confiture
La cancoillotte c'est tout un art
Il faut rien laisser au hasard
La cancan cancoillotte
C'est un mets bien franc-comtois
Tout en dansant la gavotte
On se beurre la gueule à l'arbois
La cancan cancoillotte
Ce n'est pas pour ces François
Tout en pelotant la Charlotte
On la mange avec les doigts
Si avec Charlotte tu vas plus loin
Mets de la cancoillotte sur le traversin
Je te jure mon pote ce truc c'est dingue
ca t'fout le vertige pour le bastringue
Mais va pas le dire aux étrangers
Sinon ils viendraient nous la piquer
Alors fini la cancoillotte
On ne la trouverait que dans les sex-shops
La cancan cancoillotte
C'est un mets bien franc-comtois
Tout en dansant la gavotte
On se beurre la gueule à l'arbois

La cancan cancoillotte

Ce n'est pas pour ces François
Tout en pelotant la Charlotte
On la mange avec les doigts
La cancan cancoillotte
Ce n'est pas pour ces François
Quand ils viennent avec leurs bottes
On leur dit nenni ma foi



Olivia Ruiz – Les crêpes au chocolat

<https://www.youtube.com/watch?v=1T4vfFcuAF4>

Il est parti ce matin
Je ne l'ai pas retenu
Il est parti comme un rien
Comme si c'était entendu
Moi, je n'y comprends plus rien
Je me laisse mourir de faim
Et comme je ne me sens pas bien
De ma fenêtre, je crie sans fin

Allez, reviens à la maison
J'te ferai des crêpes aux champignons
Allez, rentre ce soir
Promis, je ferai tous tes devoirs

Il est parti hier matin
J'ai décidé cette nuit

Que tout en l'attendant
J'y passerais tout mon temps
Je ferai dans l'aviné
Je ferai dans l'entêtement
Aujourd'hui comme demain
De ma fenêtre, je crierai sans fin

Allez, reviens à la maison
J'te ferai des crêpes aux champignons
Allez, rentre ce soir
Promis, je ne touche plus au poignard

Il a fui depuis six cent six matins
Six cent six jours que les voisins
Hurlent de leurs fenêtres
Que je dois la boucler
Ils disent que je suis folle
Que c'est moi qui l'ai tué

