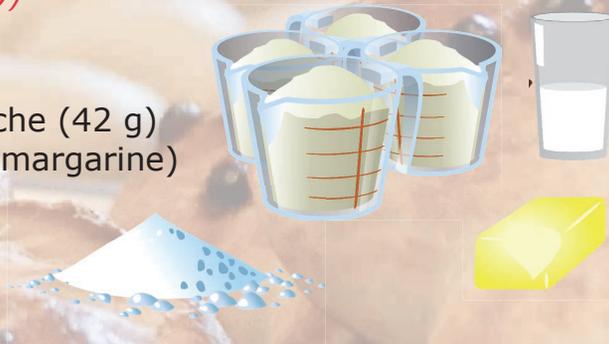


# Le Manele traditionnel

Le Manele (ou mannele, mannala), une spécialité alsacienne que l'on déguste pour la Saint-Nicolas et durant tout le mois de décembre. Voilà une recette originale des années 60, sans œufs dans la pâte !

## Ingédients (environ 20 maneles)

- 800 g de farine
- 1 paquet de levure boulangère fraîche (42 g)
- 150 g de beurre (du vrai et pas de margarine)
- 100 g de sucre
- 1 pincée de sel
- 1/2 litre de lait entier



## Préparation :

- Versez la levure dans le lait tiède et laissez 5 min.
- Mélangez tous les ingrédients à la main jusqu'à avoir une pâte homogène. Pétrissez la pâte 10 min puis laissez lever 45 min dans un endroit tiède (près d'un radiateur par exemple).
- Reprenez la pâte, chassez l'air et faites des boules de 80 à 100 g. Allongez-les et formez la tête. Puis coupez en deux le bas pour former les pieds et inciser les côtés pour obtenir des bras.
- Déposez-les sur une plaque, aplatissez-les un peu et laissez gonfler 30 min.
- Puis badigeonnez-les avec du jaune d'œuf et un peu d'eau et faites-les cuire au four à 180°C pendant 20 à 25 min.

## Cuisson :

Préparation : 1 h  
Cuisson : 25 min  
Repos : 1 h 15 min

# Bonne dégustation

**Vous connaissez une recette d'autrefois ?**  
Envoyez nous là et nous la publierons peut-être dans un prochain numéro  
[ssmc@saulxures-sur-moselotte.fr](mailto:ssmc@saulxures-sur-moselotte.fr)

# La chanson du Saint Nicolas

## Complétez les paroles de la chanson

Ô grand Saint Nicolas patron des écoliers,  
Apportez-moi des ..... dans mon petit panier  
Je serai toujours ..... comme une petite image  
J'apprendrai mes leçons pour avoir des .....

Venez, venez Saint Nicolas  
Venez, venez Saint Nicolas  
Venez, venez Saint Nicolas et tra la la

Ô grand Saint Nicolas patron des écoliers,  
Apportez-moi des ..... dans mon petit panier  
Je serai toujours sage comme un petit .....  
J'apprendrai mes leçons pour avoir des .....

Venez, venez Saint Nicolas  
Venez, venez Saint Nicolas  
Venez, venez Saint Nicolas et tra la la

