



## Learn French While Cooking!

### Épisode 2: *La Salade Niçoise* Learning resources

#### Table of Contents

The recipe.....	1
How to maximize learning with <i>Learn French While Cooking!</i> .....	2
Basic grammar.....	4
1. Conjugated verb + infinitive .....	4
2. Je m'appelle.....	4
3. Vous/tu .....	5
4. Adverbs.....	5
5. Voici/voilà .....	5
6. C'est/il est.....	5
8. Quel(s)/quelle(s) .....	6
9. Pronunciation.....	6
10. Hyper .....	6
11. Nous/on .....	6
Intermediate & advanced grammar .....	6
2. Pas mal de.....	6
3. Cuisiner/cuire/faire cuire .....	6
4. Simple past tense .....	7
5. Simple future tense .....	7
6. Direct object pronouns .....	7
7. The pronoun <i>en</i> .....	8
8. Present participle .....	8
9. Comparatives.....	8
10. Valoir .....	8
11. Ça y est.....	8
Basic Cloze Passage.....	9
Advanced Cloze Passage .....	13
Transcript .....	17

#### The recipe

Here's what you need to make the *Salade Niçoise* shown in Episode 2:

- mixed greens



### ***Learn French While Cooking!***

- fresh basil
- cherry tomatoes
- black olives
- a green pepper
- a clove of garlic
- green onions
- hard boiled eggs
- a can of tuna
- the vinaigrette you made in Épisode 1!

How to make easy to peel and perfectly cooked hard boiled eggs

1. Do not use fresh eggs! Eggs are fine not refrigerated, and in many countries they are not! I take mine out of the fridge 1-2 weeks before making hard-boiled eggs.
2. Eggs need to be room temp.
3. Boil water with a tablespoon of each of the following: oil, vinegar and salt.
4. When there is a rolling boil add eggs carefully.
5. Boil 10 minutes and remove and submerge eggs in very cold water. The idea is to stop them from over cooking!
6. Swap out for cold water 2-3 times every 2 minutes.

For the assembly, watch the video again!

### ***How to maximize learning with Learn French While Cooking!***

#### **Complete beginners:**

If you have never taken French before and would like to learn, I would recommend signing up for lessons, either online or in your local community. Doing this in tandem to the cooking show will get you learning fast!

1. Watch the episode and follow along in English.
2. Repeat step 1.



### ***Learn French While Cooking!***

3. Read through the *Basic grammar* explanations in the *episode resources*. Watch the episode again and pause and refer to the grammar explanations as you go. Repeat as many times as necessary.
4. Then, with no subtitles, do the *basic cloze passage* activity for beginners (below.) Listen, read long with the French and fill in the French words as best you can. Check your answers with the *episode transcript*
5. Finally, when you try the recipe, hopefully you have heard the explanation enough times that you can listen and follow the instructions as you cook!

**False beginners:** If you studied a couple of years of high school French, 10 years ago, for example, you fall into a category we call "false beginners." To best use the cooking show, I would recommend signing up for lessons to supplement what you'll get out of the cooking show. However, just watching and cooking along with me will also help you regain what you've forgotten and learn more. Please see the strategies above (1-5) to make the most out of each episode.

**Intermediate learners:** You know quite a bit of grammar and vocabulary, but you may have trouble putting it all together, both in speaking and writing. You may also have trouble understanding spoken French.

1. Use the same strategies 1-4 as outlined above. Pay attention to both the basic grammar points and intermediate and advanced ones.
2. Then, try the advanced cloze passage activity. Listen, read long with the French and fill in the French words as best you can. Check your answers with the *episode transcript*.
3. Then, watch the episode with French subtitles. Repeat this until you can simply listen and understand (without the subtitles!)
4. Get cooking while watching without subtitles!

**Advanced learners:** You can converse, read and write fairly easily. You have the basic grammar down, and you can recall vocab, on a wide range of topics, easily. You are able to put the language together so that it's comprehensible.



### ***Learn French While Cooking!***

1. Watch the episode with no subtitles the first time to see how much you can understand on your own.
2. Watch again with the French subtitles to get anything you may have missed.
3. Read through the *Intermediate and advanced grammar*. Watch episode again.
4. Then, try the advanced cloze passage activity. Listen with no subtitles and read long with the French and fill in the French words as best you can. Check your answers with the *episode transcript*.
5. Watch again with French subtitles. If there are still some words or phrases you have difficulty with, go ahead and use the English subtitles.
6. Watch the version without subtitles again without any "help" and get cooking!

## **Basic grammar**

### **1. Conjugated verb + infinitive**

A verb, such as the verb *pouvoir* (to be able to) when conjugated can be used, with an infinitive. The immediate future tense is formed in this way: *aller* (to go) conjugated + the infinitive

- *il faut savoir* - it is necessary to know
- *la salade niçoise ne devrait pas avoir* - the salade niçoise shouldn't have
- *vous allez retirer les oeufs* - you are going to take out (the immediate future tense)

### **2. Je m'appelle**

It's one of the first things we learn and is often translated as "my name is..." but it's important in understanding the language to know that this means literally "I call myself." It's a reflexive verb, which will become important as you increase your skills (see below.)



## Learn French While Cooking!

### 3. Vous/tu

Throughout the episode, I refer to "you" plural - *vous*; it is also used in formal situations when you don't know someone; *tu* is used with people you know - friends and family. It's singular.

### 4. Adverbs

Most adverbs are formed by taking the feminine adjective and adding -*ment*

- *La salade a commencé très simplement* - the salad started very simply
- *la peau s'enlève très facilement* - the skin comes off very easily

### 5. Voici/voilà

These act like verbs. *Ici*=here; *là*=there; so, *voici*=here is/are; *voilà*=there is/are

- *voici tout ce qu'il vous faut* - here is everything you need
- *voilà le premier, et voilà le deuxième* - there is the first and there is the second.

### 6. C'est/il est

In French *il est* is usually followed by an adjective (*il est intelligent*); however, if you have an article or possessive pronoun in front, you must use *c'est*

- *c'est mon fiancé* - he's my fiancé

### 7. Avoir besoin de/ il faut

*Avoir besoin de*: to have a need of; *il faut*: it is necessary; they are both often used simply to mean "need"

- *vous avez aussi besoin de l'eau chaude* - you need hot water
- *il faut attendre jusqu'à ce que ça bouille* - you need to wait until it boils
- *Il vous faut du mesclun* - you need mixed greens (note the use of *vous* here as an indirect object)



## Learn French While Cooking!

### 8. Quel(s)/quelle(s)

Which, what - when you want to say "What a ---!" use quel/quelle!

- *Quelle scandale!* - What a scandale!

### 9. Pronunciation

- un oeuf -> you pronounce the [f]
- des oeufs -> you don't pronounce the [f]

### 10. Hyper

Slang for very

### 11. Nous/on

In spoken French, you often say *nous, on aime* instead of *nous aimons*

*On* is normally used for "we" in spoken French

## Intermediate & advanced grammar

### 1. Reflexive verbs

Verbs that refer to oneself

Here are the subject pronouns with their reflexive pronouns:

*je me; tu te, il/elle/on se; nous nous, vous vous, is/elles se*

- *je m'appelle (s'appeler)* - I call myself
- *la peau s'enlève très facilement* - the skin removes itself (comes off) very easily
- *je me prépare* - I'm preparing myself (I'm getting ready)

### 2. Pas mal de

Quite a bit

- *on a fait pas mal de travail ici* - We've done quite a bit of work here

### 3. Cuisiner/cuire/faire cuire

These all mean "to cook", so what's the difference?



### **Learn French While Cooking!**

- cuisiner: to cook in general as in to prepare a meal or a dish - *ce soir je vais cuisiner*: tonight I'm going to cook; *j'aime cuisiner* - I like to cook
- cuire: intransitive something is cooking (*l'omlette cuit* - the omlette is cooking);
- faire cuire: transitive ; to cook something specific (*avant de faire cuire les oeufs* - before cooking the eggs)

#### **4. Simple past tense**

It's for a completed action in the past and is formed with an auxiliary verb (*avoir* or *être*) + the past participle.

- *la salade a beaucoup évolué* - the salad evolved a lot
- *Escoffier a décidé de rajouter des légumes cuits.* - Escoffier decided to add cooked vegetables.

#### **5. Simple future tense**

Although it's more complicated than the immediate future *aller* + infinitive, it's called the simple future because it has one part. Its regular formation is the infinitive (for the stem) + *avoir* (for the endings.) There are many irregular verbs (such as for *avoir*, the stem is *aur-*)

- *vous aurez besoin d'une écumoire*- you will need a slotted spoon

#### **6. Direct object pronouns**

- *c'est beaucoup beaucoup plus facile à les écaler* - And, it's much much easier to peel them (them is *les*)
- *on les a découpés en quarts* - we cut them into quarters.  
Remember, if a direct object proceeds the verb in the simple past, the past participle agrees in gender and number with the object. Here the direct object *les oeufs* is masculine and plural, so *-s* is added to *découpés*



## Learn French While Cooking!

### 7. The pronoun *en*

This pronoun replaces phrases indicating a quantity, or using *de*, *du*, *de la*, *des*

- *je suggère si vous n'en avez pas, que vous en achetiez une* - I suggest that if you don't have one, that you buy one (here we are talking about the electric kettle)

### 8. Present participle

This is formed by taking the verb in the *nous* form, removing *-ons* and adding *-ant*. It is often used with the preposition *en* to mean "while ---ing" or "by ---ing"

- *en attendant* - while waiting

### 9. Comparatives

*c'est aussi/plus/moins [adjectif] que [adjectif]*

- *C'est aussi sain que délicieux* - it's as healthy as it is delicious

### 10. Valoir

to be worth

- *Il vaudrait mieux le finir* - it's best to finish it (it would be worth more to finish it.) Notice that the direct object is before the infinitive and the verb it's directly related to.

### 11. Ça y est

That's it (idiomatic expression.)





## Basic Cloze Passage

\_\_\_\_\_ tout le monde et bienvenue à Learn French While Cooking! Je m'appelle Nina et \_\_\_\_\_ je vous présente Tom. C'est mon fiancé et aujourd'hui il m'aide \_\_\_\_\_ avec le caméscope et aussi avec l'éclairage. Bonjour tout le monde! Merci beaucoup chéri! \_\_\_\_\_ . Et comme promis aujourd'hui on va faire une salade Niçoise.

Avant de la préparer, je vais parler un petit peu de son \_\_\_\_\_. Tout d'abord, son nom. En fait, son nom révèle son origine. La salade vient de Nice, une très jolie \_\_\_\_\_ sur la Côte d'Azur dans le sud de la France. Et c'est pour ça que ça s'appelle la salade niçoise. \_\_\_\_\_, il faut savoir que la salade a beaucoup évolué depuis sa création. La salade a commencé très \_\_\_\_\_ et au 19ème siècle Escoffier a décidé de rajouter des légumes cuits. Quelle scandale!

Aujourd'hui il y a toujours beaucoup de débat là-dessus parce que les \_\_\_\_\_ pensent que la salade niçoise ne devrait pas avoir de légumes cuits. Je vous laisse choisir ce que vous voulez faire chez vous mais aujourd'hui nous, nous allons faire une salade plutôt \_\_\_\_\_ sans légumes cuits.



### ***Learn French While Cooking!***

Aujourd'hui on va préparer 2 salades individuelles une pour Thomas et une pour moi. Et, voici tout ce qu'il vous faut pour faire la salade.

Il vous faut du mesclun, du basilic, des \_\_\_\_\_ cerise, des olives noires, un poivron vert, une gousse d'ail, des ciboules, des oeufs durs, une boîte de thon, un ouvre-boîte pour \_\_\_\_\_ la boîte de thon et des assiettes, un couteau tranchant et une planche à découper.

Alors pour durcir les oeufs, voici ce dont vous avez besoin. Vous avez besoin d'une casserole, bien sûr. Vous aurez besoin d'une écumoire, des cuillères à mesure, des oeufs, bien sûr, un bol, de l'huile ordinaire, du vinaigre ordinaire et du \_\_\_\_\_.

Et pour les oeufs, tout le monde est d'accord sur 2 aspects très très importants: premièrement, les oeufs doivent être à température ambiante. Si vous voulez durcir les oeufs, sortez vos oeufs au moins une \_\_\_\_\_ avant de les faire cuire. Comme ça, c'est beaucoup beaucoup plus facile à les écaler.

Alors, vous avez aussi besoin de l'eau chaude. Et ça c'est une bouilloire électrique, et je suggère si vous n'en avez pas, que vous en achetiez une, parce que c'est hyper \_\_\_\_\_ dans la cuisine.

Et maintenant je vais faire bouillir de l'eau.

Quand l'eau est bouillante, vous allez la verser dans la casserole, comme ça, et il faut mettre suffisamment d'eau pour couvrir les oeufs. Ensuite il faut mettre du feu, comme ça, un feu fort, et maintenant il faut attendre jusqu'à ce que ça bouille à gros bouillons. En attendant, on va rajouter les \_\_\_\_\_ ingrédients. On va mettre une cuillerée de sel, comme ça, on va mettre une cuillerée d'huile, voilà, et ensuite on va mettre 2 cuillerées de vinaigre ordinaire.

Et maintenant, elle est sur le point de bouillir à gros bouillons comme vous pouvez voir. \_\_\_\_\_, vous voyez que l'eau bouille à gros bouillons. Vous allez prendre l'écumoire, et très doucement mettre les oeufs, un par un, dans l'eau bouillante. Voilà le premier, et voilà le



### *Learn French While Cooking!*

deuxième et vous allez les faire cuire pendant 10

\_\_\_\_\_.

Alors préparez le bol avec de l'eau très très froide. Parce que, après les 10 minutes, vous allez retirer les oeufs et les mettre dans l'eau froide tout de suite.

Alors maintenant j'attends les dernières secondes de cuisson pour les mettre dans l'eau froide. Je me \_\_\_\_\_ avec l'écumoire. Combien de secondes? Je regarde... Allez, ça y est, c'est fini. Je vais les retirer, doucement, je vais les mettre dans l'eau froide, comme ça, et vous pouvez les laisser, je ne sais pas, \_\_\_\_\_ minutes pour les refroidir.

Ce qu'on veut faire maintenant, c'est arrêter la cuisson. Et toutes les 2 minutes, peut-être, vous allez changer l'eau. Maintenant elle est \_\_\_\_\_ assez froide, mais maintenant, quand-même, je vais la changer. Bon.

Faites ça 2 ou 3 fois toutes les 2 minutes, et voilà, vous avez des oeufs durs très facile à écaler.

Entre-temps, comme vous voyez, on a fait pas mal de travail ici. On a découpé les tomates en 2, on a écalé des oeufs durs et puis on les a découpés en quarts, on a découpé le poivron vert en lanières, on a découpé la ciboule en petits morceaux, j'ai \_\_\_\_\_ ouvert la boîte de thon. Et maintenant je vais vous montrer ce que vous allez faire avec la gousse d'ail.

Prenez votre couteau tranchant comme ça, et puis écraser la gousse d'ail comme ça. Et vous voyez comment la peau s'enlève très facilement. \_\_\_\_\_ . Avec la gousse d'ail, vous allez frotter les 2 assiettes, avec la gousse d'ail, et c'est comme ça que vous aurez le saveur de l'ail dans votre salade. Je pense que ça va être

\_\_\_\_\_.



### ***Learn French While Cooking!***

Ensuite je vais mettre le mesclun sur chaque assiette. Nous on aime beaucoup ceci, alors j'en mets pas mal. Il vaudrait mieux le \_\_\_\_\_, voilà.

Ensuite, je vais disposer les tomates autour, comme ça, un peu pour l'autre salade quand-même, et voilà... Bien.

Ensuite je vais disposer les quarts d'oeufs, comme ça, alors un oeuf par salade et \_\_\_\_\_ l'autre salade, voilà.

Ensuite je vais disposer les lanières de poivron vert, un peu comme ça... Je commence à avoir \_\_\_\_\_, on n'a pas encore déjeuné...

Ensuite, je vais mettre les feuilles de basilic, comme ça, sur la salade.

Après je vais mettre le thon, très important, et je vais le mettre carrément au milieu. Et vous voyez qu'il y a beaucoup de protéines dans cette salade. C'est très sain. C'est aussi sain que délicieux.

Après je vais parsemer la salade de ciboule, comme ça et comme ça, et pour finir, les \_\_\_\_\_ noires. Comme ça et puis comme ça.

Et voilà, ça y est, vous avez 2 salades niçoises individuelles qui sont prêtes à \_\_\_\_\_. Mais n'oubliez pas votre vinaigrette de Épisode 1, parce que vous allez verser la vinaigrette là-dessus, et je vous promets que ça va être délicieux. \_\_\_\_\_ tout le monde, et bon appétit!



## Advanced Cloze Passage

Bonjour tout le monde et bienvenue à Learn French While Cooking! Je m'appelle Nina et aujourd'hui je vous présente Tom. C'est mon fiancé et aujourd'hui il m'aide beaucoup avec le caméscope et aussi avec \_\_\_\_\_ . Bonjour tout le monde! Merci beaucoup chéri! De rien. Et comme promis aujourd'hui on va faire une salade Niçoise.

Avant de la préparer, je vais parler un petit peu de son histoire. Tout \_\_\_\_\_ , son nom. En fait, son nom révèle son origine. La salade vient de Nice, une très jolie ville sur la \_\_\_\_\_ dans le sud de la France. Et c'est pour ça que ça s'appelle la salade niçoise. Deuxièmement, il faut savoir que la salade a beaucoup évolué \_\_\_\_\_ sa création. La salade a commencé très simplement et au 19ème siècle Escoffier a décidé de rajouter des légumes cuits. Quelle scandale!

Aujourd'hui il y a toujours beaucoup de débat \_\_\_\_\_ parce que les puristes pensent que la salade niçoise ne devrait pas avoir de légumes cuits. Je vous laisse choisir ce que vous voulez faire chez vous mais aujourd'hui nous, nous allons faire une salade plutôt traditionnelle sans légumes cuits.

Aujourd'hui on va préparer 2 salades individuelles une pour Thomas et une pour moi. Et, voici tout ce qu'il vous faut pour faire la salade. Il vous faut du \_\_\_\_\_ , du basilic, des tomates cerise, des olives noires, un poivron vert, une gousse d'ail, des ciboules, des oeufs durs, une boîte de thon, un ouvre-boîte pour ouvrir la boîte de thon et des assiettes, un couteau tranchant et une planche à découper.

Alors pour \_\_\_\_\_ les oeufs, voici ce dont vous avez besoin. Vous avez besoin d'une casserole, bien sûr. Vous aurez besoin



### *Learn French While Cooking!*

d'une écumoire, des \_\_\_\_\_ à mesure, des oeufs, bien sûr, un bol, de l'huile ordinaire, du vinaigre ordinaire et du sel.

Et pour les oeufs, tout le monde est d'accord sur 2 aspects très très importants: premièrement, les oeufs \_\_\_\_\_ être à température ambiante. Si vous voulez durcir les oeufs, sortez vos oeufs au moins une semaine avant de les faire \_\_\_\_\_. Comme ça, c'est beaucoup beaucoup plus facile à les écaler.

Alors, vous avez aussi besoin de l'eau chaude. Et ça c'est une bouilloire électrique, et je suggère si vous n'en avez pas, que vous en achetiez une, parce que c'est hyper pratique dans la cuisine.

Et maintenant je vais faire bouillir de l'eau.

Quand l'eau est \_\_\_\_\_, vous allez la verser dans la casserole, comme ça, et il faut mettre suffisamment d'eau pour couvrir les oeufs. Ensuite il faut mettre du feu, comme ça, un feu fort, et maintenant il faut attendre jusqu'à ce que ça bouille à gros bouillons. En attendant, on va \_\_\_\_\_ les autres ingrédients. On va mettre une cuillerée de sel, comme ça, on va mettre une cuillerée d'huile, voilà, et ensuite on va mettre 2 cuillerées de vinaigre ordinaire.

Et maintenant, elle est sur le point de bouillir à gros bouillons comme vous pouvez voir. Maintenant, vous voyez que l'eau bouille à gros bouillons. Vous allez prendre l'écumoire, et très \_\_\_\_\_ mettre les oeufs, un par un, dans l'eau bouillante. Voilà le premier, et voilà le deuxième et vous allez les faire cuire pendant 10 minutes.

Alors préparez le bol avec de l'eau très très froide. Parce que, après les 10 minutes, vous allez \_\_\_\_\_ les oeufs et les mettre dans l'eau froide tout de suite.

Alors maintenant j'attends les dernières secondes de cuisson pour les mettre dans l'eau froide. Je me prépare avec l'écumoire. Combien de secondes? Je regarde... Allez, ça y est, c'est fini. Je vais les retirer, doucement, je vais les mettre dans l'eau froide, comme ça, et vous



### *Learn French While Cooking!*

pouvez les laisser, je ne sais pas, quelques minutes pour les \_\_\_\_\_.

Ce qu'on veut faire maintenant, c'est arrêter la cuisson. Et toutes les 2 minutes, peut-être, vous allez changer l'eau. Maintenant elle est toujours assez froide, mais maintenant, quand-même, je vais la changer. Bon.

Faites ça 2 ou 3 fois toutes les 2 minutes, et voilà, vous avez des oeufs durs très facile à écaler.

\_\_\_\_\_, comme vous voyez, on a fait pas mal de travail ici. On a découpé les tomates en 2, on a écalé des oeufs durs et puis on les a découpés en quarts, on a découpé le poivron vert en lanières, on a découpé la ciboule en petits \_\_\_\_\_, j'ai aussi ouvert la boîte de thon. Et maintenant je vais vous montrer ce que vous allez faire avec la gousse d'ail.

Prenez votre couteau tranchant comme ça, et puis écraser la gousse d'ail comme ça. Et vous voyez comment la peau s'enlève très facilement. Bien. Avec la gousse d'ail, vous allez \_\_\_\_\_ les 2 assiettes, avec la gousse d'ail, et c'est comme ça que vous aurez le saveur de l'ail dans votre salade. Je pense que ça va être délicieux.

Ensuite je vais mettre le mesclun sur chaque assiette. Nous on aime beaucoup ceci, alors j'en mets \_\_\_\_\_. Il vaudrait mieux le finir, voilà.

Ensuite, je vais disposer les tomates autour, comme ça, un peu pour l'autre salade quand-même, et voilà... Bien.

Ensuite je vais \_\_\_\_\_ les quarts d'oeufs, comme ça, alors un oeuf par salade et pour l'autre salade, voilà.

Ensuite je vais disposer les lanières de poivron vert, un peu comme ça... Je commence à avoir faim, on n'a pas encore déjeuné...



### ***Learn French While Cooking!***

Ensuite, je vais mettre les feuilles de basilic, comme ça, sur la salade.

Après je vais mettre le thon, très important, et je vais le mettre \_\_\_\_\_ au milieu. Et vous voyez qu'il y a beaucoup de protéines dans cette salade. C'est très sain. C'est aussi sain que délicieux.

Après je vais parsemer la salade de ciboule, comme ça et comme ça, et pour finir, les olives noires. Comme ça et puis comme ça.

Et voilà, ça y est, vous avez 2 salades niçoises individuelles qui sont prêtes à manger. Mais n'oubliez pas votre vinaigrette de Épisode 1, parce que vous allez verser la vinaigrette là-dessus, et je vous promets que ça va être délicieux. Merci tout le monde, et bon appétit!





## *Learn French While Cooking!*

### **Transcript**

Bonjour tout le monde et bienvenue à Learn French While Cooking! Je m'appelle Nina et aujourd'hui je vous présente Tom. C'est mon fiancé et aujourd'hui il m'aide beaucoup avec le caméscope et aussi avec l'éclairage. Bonjour tout le monde! Merci beaucoup chéri! De rien. Et comme promis aujourd'hui on va faire une salade Niçoise.

Avant de la préparer, je vais parler un petit peu de son histoire. Tout d'abord, son nom. En fait, son nom révèle son origine. La salade vient de Nice, une très jolie ville sur la Côte d'Azur dans le sud de la France. Et c'est pour ça que ça s'appelle la salade niçoise. Deuxièmement, il faut savoir que la salade a beaucoup évolué depuis sa création. La salade a commencé très simplement et au 19ème siècle Escoffier a décidé de rajouter des légumes cuits. Quelle scandale!

Aujourd'hui il y a toujours beaucoup de débat là-dessus parce que les puristes pensent que la salade niçoise ne devrait pas avoir de légumes cuits. Je vous laisse choisir ce que vous voulez faire chez vous mais aujourd'hui nous, nous allons faire une salade plutôt traditionnelle sans légumes cuits.

Aujourd'hui on va préparer 2 salades individuelles une pour Thomas et une pour moi. Et, voici tout ce qu'il vous faut pour faire la salade. Il vous faut du mesclun, du basilic, des tomates cerise, des olives noires, un poivron vert, une gousse d'ail, des ciboules, des oeufs durs, une boîte de thon, un ouvre-boîte pour ouvrir la boîte de thon et des assiettes, un couteau tranchant et une planche à découper.

Alors pour durcir les oeufs, voici ce dont vous avez besoin. Vous avez besoin d'une casserole, bien sûr. Vous aurez besoin d'une écumoire, des cuillères à mesure, des oeufs, bien sûr, un bol, de l'huile ordinaire, du vinaigre ordinaire et du sel.

Et pour les oeufs, tout le monde est d'accord sur 2 aspects très très importants: premièrement, les oeufs doivent être à température



### ***Learn French While Cooking!***

ambiante. Si vous voulez durcir les oeufs, sortez vos oeufs au moins une semaine avant de les faire cuire. Comme ça, c'est beaucoup beaucoup plus facile à les écaler.

Alors, vous avez aussi besoin de l'eau chaude. Et ça c'est une bouilloire électrique, et je suggère si vous n'en avez pas, que vous en achetiez une, parce que c'est hyper pratique dans la cuisine.

Et maintenant je vais faire bouillir de l'eau.

Quand l'eau est bouillante, vous allez la verser dans la casserole, comme ça, et il faut mettre suffisamment d'eau pour couvrir les oeufs. Ensuite il faut mettre du feu, comme ça, un feu fort, et maintenant il faut attendre jusqu'à ce que ça bouille à gros bouillons. En attendant, on va rajouter les autres ingrédients. On va mettre une cuillerée de sel, comme ça, on va mettre une cuillerée d'huile, voilà, et ensuite on va mettre 2 cuillerées de vinaigre ordinaire.

Et maintenant, elle est sur le point de bouillir à gros bouillons comme vous pouvez voir. Maintenant, vous voyez que l'eau bouille à gros bouillons. Vous allez prendre l'écumoire, et très doucement mettre les oeufs, un par un, dans l'eau bouillante. Voilà le premier, et voilà le deuxième et vous allez les faire cuire pendant 10 minutes.

Alors préparez le bol avec de l'eau très très froide. Parce que, après les 10 minutes, vous allez retirer les oeufs et les mettre dans l'eau froide tout de suite.

Alors maintenant j'attends les dernières secondes de cuisson pour les mettre dans l'eau froide. Je me prépare avec l'écumoire. Combien de secondes? Je regarde... Allez, ça y est, c'est fini. Je vais les retirer, doucement, je vais les mettre dans l'eau froide, comme ça, et vous pouvez les laisser, je ne sais pas, quelques minutes pour les refroidir.

Ce qu'on veut faire maintenant, c'est arrêter la cuisson. Et toutes les 2 minutes, peut-être, vous allez changer l'eau. Maintenant elle est toujours assez froide, mais maintenant, quand-même, je vais la changer. Bon.



### ***Learn French While Cooking!***

Faites ça 2 ou 3 fois toutes les 2 minutes, et voilà, vous avez des oeufs durs très facile à écaler.

Entre-temps, comme vous voyez, on a fait pas mal de travail ici. On a découpé les tomates en 2, on a écalé des oeufs durs et puis on les a découpés en quarts, on a découpé le poivron vert en lanières, on a découpé la ciboule en petits morceaux, j'ai aussi ouvert la boîte de thon. Et maintenant je vais vous montrer ce que vous allez faire avec la gousse d'ail.

Prenez votre couteau tranchant comme ça, et puis écraser la gousse d'ail comme ça. Et vous voyez comment la peau s'enlève très facilement. Bien. Avec la gousse d'ail, vous allez frotter les 2 assiettes, avec la gousse d'ail, et c'est comme ça que vous aurez le saveur de l'ail dans votre salade. Je pense que ça va être délicieux.

Ensuite je vais mettre le mesclun sur chaque assiette. Nous on aime beaucoup ceci, alors j'en mets pas mal. Il vaudrait mieux le finir, voilà.

Ensuite, je vais disposer les tomates autour, comme ça, un peu pour l'autre salade quand-même, et voilà... Bien.

Ensuite je vais disposer les quarts d'oeufs, comme ça, alors un oeuf par salade et pour l'autre salade, voilà.

Ensuite je vais disposer les lanières de poivron vert, un peu comme ça... Je commence à avoir faim, on n'a pas encore déjeuné...

Ensuite, je vais mettre les feuilles de basilic, comme ça, sur la salade.

Après je vais mettre le thon, très important, et je vais le mettre carrément au milieu. Et vous voyez qu'il y a beaucoup de protéines dans cette salade. C'est très sain. C'est aussi sain que délicieux.

Après je vais parsemer la salade de ciboule, comme ça et comme ça, et pour finir, les olives noires. Comme ça et puis comme ça.



### *Learn French While Cooking!*

Et voilà, ça y est, vous avez 2 salades niçoises individuelles qui sont prêtes à manger. Mais n'oubliez pas votre vinaigrette de Épisode 1, parce que vous allez verser la vinaigrette là-dessus, et je vous promets que ça va être délicieux. Merci tout le monde, et bon appétit!