

RESTAURANT SCOLAIRE DE GIGNAC

Du 06 au 31 janvier 2025

RECETTE DU



CHEF!

Pour 4 personnes :

- 600g de sot-l'y-laisse de dinde
- 1 oignon
- 250 g d'abricots secs
- 50 g de sucre
- 30 g de beurre
- 1 c. à café de poudre de cannelle
- 1/2 c. à café de poudre de gingembre
- 1 c. à café de grains de coriandre
- 1 c. à café de grains de cumin
- piment d'Espelette
- huile d'olive/sel, poivre

Préparation:

1. Préparer les abricots
 - Dans une casserole, mettre les abricots secs avec le sucre, la cannelle, le beurre et un demi-verre d'eau.
 - Porter à ébullition, puis cuire à feu doux pendant quelques minutes. Réserver.
2. Préparer la viande et les épices
 - Éplucher et ciseler l'oignon.
 - Faire chauffer l'huile d'olive dans une cocotte, puis y faire revenir l'oignon.
 - Ajouter le gingembre, le cumin, et la coriandre.
 - Saler et poivrer les sot-l'y-laisse de dinde, les ajouter dans la cocotte, et les faire revenir jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
3. Assembler et mijoter
 - Ajouter les abricots avec leur sauce dans la cocotte, puis un verre d'eau.
 - Laisser mijoter à feu doux jusqu'à ce que la sauce devienne sirupeuse.
4. Finaliser et servir

JE REPERE LES LOGOS



JE COMPREND LES COULEURS

- PRODUIT LAITIER
- LEGUMES ou FRUIT
- PLAT PROTIDIQUES
- DESSERT

Du 06 au 10 janvier

Du 13 au 17 janvier

Du 20 au 24 janvier

Du 27 au 31 janvier

LUNDI

Chou chinois
Parmentier de canard
Camembert
Fruit de saison

Oeufs mimosa
Riz au curry et petits pois
Emmental
Fruit de saison

Bouillon de vermicelles
Filet de colin meunière
Haricots verts persillés
Emmental
Fruit de saison

Salade de betteraves
Rouille de seiche
Riz
Yaourt aromatisé
Fruit

MARDI

Salade de lentilles
Navarin d'agneau
Jardinière de légumes
Yaourt aromatisé
Galette des rois

Pamplemousse
Emincé de bœuf grillé
Tagliatelles
Brie
Flan pâtissier

Friand au fromage
Œufs pochés
Epinards au kiri
Yaourt au sucre
Fruit de saison

Bouillon de vermicelles
Flan aux brocolis
Salade verte
Chanteneige
Compote

MERCREDI

Potage de légumes
Cocktail de fruits de mer
Riz
St Paulin
Crème praliné

Charcuterie cornichons
Gratin de poisson
Purée de carottes
Fromage blanc
Crème de marrons

Carottes râpées
Carbonade de bœuf
Farfalles
Camembert
Liégeois chocolat

Salade de fonds d'artichauts
Blanquette de veau
Pomme de terre vapeur
Cantal
Fruit de saison

JEUDI

Quiche au fromage
Semoule de blé dur
Légumes couscous
Fromage blanc
Fruit de saison

Salade verte
Boulettes d'agneau
Ebly aux petits légumes
Vache qui rit
Compote de pommes

Avocat au surimi
mayonnaise
Joue de porc & Lentilles
Fromage blanc
Fruit

Salade verte
Cassoulet garni
Petit suisse
Crêpe au sucre

VENDREDI

Céleri rave rémoulade
Poulet rôti
Frites
St Moret
Compote

Velouté de courge
Tartiflette
Yaourt
Fruit

Chou-fleur vinaigrette
Brandade de morue
St Moret
Tarte aux pommes

Coleslaw
Sauté de dinde à l'abricot
Pâtes torsades
Gouda
Flanby

