



Côté saveurs !



Le petit journal de
la cuisine du collège.

N°7 Avril
2022

Agenda :

Ce qu'il s'est déjà passé...

L'animation autour des légumes, avec la participation des maraîchers du Pâtis, a rencontré un franc succès !! Voir article sur le site du collège.

La ronde des petits déjeuners pour les élèves 6ème.

A découvrir prochainement...

Initiation à la fabrication du pain avec la Boulangerie Coudray de Bréal pour les élèves de 6ème



Nouveautés

Le collège Françoise Elie et son service de restauration s'engage encore plus dans une démarche d'approvisionnements locaux. Après le pain, les légumes, désormais les glaces seront Bio et locales !



La recette du chef :

Le printemps est là et Anne Launay du Service gestion nous propose sa délicieuse recette de

Risotto aux asperges vertes

Pour 4 personnes :

400g de riz à risotto, 200/300g d'asperges fraîches, 1 oignon, 1,5l de bouillon de légumes, 80g de parmesan, beurre, huile d'olive, sel et poivre.

Couper vos asperges cuites en 4 et mettez les pointes de côtés. Épluchez puis coupez l'oignon en petits dés.

A feu doux, faites revenir l'oignon avec un filet d'huile d'olive. Ajoutez le riz quelques minutes pour le nacer.

Ajoutez progressivement le bouillon chaud en remuant régulièrement. Salez et poivrez à votre convenance.

Ajoutez avant la fin de cuisson les morceaux d'asperges (sauf les pointes) dans votre préparation.

Une fois le risotto cuit « al dente » ajoutez le parmesan et mélangez énergiquement afin d'obtenir un aspect moelleux.

Laissez reposer 5 min, le temps de faire revenir légèrement les pointes dans du beurre.

Dressez votre risotto dans vos assiettes avec les pointes d'asperges posées dessus.