



Côté saveurs !



Le petit journal de la cuisine
du collège.

Agenda :

Ce qui s'est déjà passé...

- ✓ Cette année encore les menus à thème reprennent du service. C'est ainsi que les élèves ont pu déjà apprécier un repas aux saveurs italiennes.
- ✓ Pendant toute la semaine avant les vacances, le self a revêtu son costume d'Halloween.



• A découvrir prochainement...

- Après une première belle expérience en 2021 /22, l'opération petit déjeuner va être renouvelée auprès des élèves de 6ème.



Nouveautés

Le self du collège Françoise Elie s'est doté d'un salade bar. Les entrées sont mises à disposition en bac et chaque élève peut ainsi se servir selon son appétit.

La recette du chef :

Géraldine Heluard, notre seconde de cuisine vous propose sa délicieuse recette d'automne :

Tartare de butternut crue à la pomme et au citron confit.

1 petite courge butternut (600g), 1 pomme acidulée (reinette), 1 citron jaune, 1 citron confit au sel, 1 poignée de roquette, 1/2 cuillère à café de paprika, 1/4 de cuillère à café de cannelle et 2 cuillère à soupe d'huile d'olive.

Couper la courge et la pomme en tout petits dés et les mettre dans un saladier. Presser le citron jaune sur le tartare. Couper le citron confit en quartiers, prélever la chair avec les pépins, réserver et tailler le zeste. Après avoir lavé la roquette, mettre de côté quelques feuilles pour la déco, hacher le reste et l'ajouter dans le saladier avec le paprika, la cannelle, l'huile et du poivre. Pressez la chair du citron confit dans un tamis fin pour récupérer un peu de saumure parfumée et l'incorporer au tartare. Placer le tartare au frais pendant 2h. Dresser selon votre convenance, saupoudrer vos tartares d'un peu d'épices, arroser d'un filet d'huile d'olive et décorer de feuilles de roquette