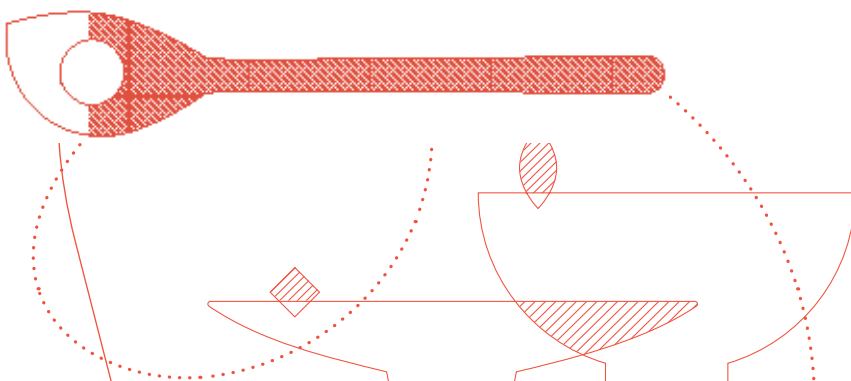




MENU

Menu festif

Noël gourmand !

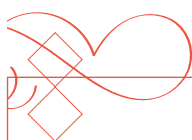


Rejoignez-nous !



Menu festif

Quelle plus belle manière de fêter la fin de l'année qu'en partageant un repas gourmand, préparé par toute la classe ! Noël, c'est la célébration de la générosité et de la solidarité : chaque élève revêt un tablier et met les mains à la pâte pour réaliser un menu aux ingrédients choisis, locaux, de saison et aux couleurs de Noël pour le plaisir des pupilles et des papilles !



Roulé de saumon aux herbes et fromage frais

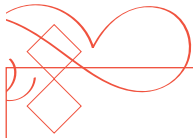
RECETTE POUR 4 PERSONNES

INGRÉDIENTS

4 tranches de saumon ou de truite fumée
(environ 140 g)
100 g de fromage frais
1 CS de fines herbes hachées
1 CC de jus de citron
Sel et poivre
Quelques feuilles de salade, mâche ou
chicorée (variétés résistantes au froid)
2 CS d'huile d'olive

RÉALISATION

1. Dans un bol, mélanger à l'aide d'une cuillère le fromage frais, les fines herbes et le jus de citron. Assaisonner de sel et de poivre.
2. À l'aide d'une cuillère, déposer sur la tranche de saumon une quenelle de crème aux herbes.
3. Rouler délicatement en respectant la forme cylindrique puis placer au réfrigérateur.
4. Au moment de servir, placer harmonieusement les feuilles de salade sur l'assiette, surmonter avec le roulé de saumon, terminer avec un trait d'huile d'olive.
5. Servir bien frais.



Étoile surprise en croûte

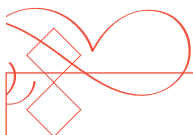
RECETTE POUR 4 PERSONNES

INGRÉDIENTS

300 g de filet de poulet sans peau
200 g de poireaux
3 CS de beurre
2 CS de vinaigre balsamique
Sel et poivre
1 œuf battu pour souder et dorer
1 CC de graines de sésame
4 CS de crème entière
300 g de pâte feuilletée détaillée en étoile ou autre forme
400 g de légumes de saison (céleri, rave, carotte, choux, courge, panais...)

RÉALISATION

1. Couper les filets de poulets en huit morceaux réguliers.
2. Laver et couper le poireau en fines tranches.
3. Laver et couper tous les autres légumes de la garniture.
4. Dans une poêle, faire revenir les morceaux de poulet avec une cuillerée de beurre durant trois minutes, assaisonner de sel et de poivre.
5. Dans la même poêle, cuire le poireau avec une cuillerée de beurre, jusqu'à ce qu'il soit bien fondant. Ajouter le vinaigre balsamique et la crème. Poursuivre la cuisson quelques minutes. Assaisonner de sel et de poivre.
6. Dorer le bord de quatre abaisses de pâte feuilletée, garnir avec le poireau puis les morceaux de volaille.
7. Recouvrir avec les quatre abaisses de pâte restantes et presser légèrement le tour pour souder les bords. Dorer la surface et inciser avec le dos d'un petit couteau. Saupoudrer avec les graines de sésame.
8. Cuire au four à 200C° pendant vingt minutes.
9. Durant la cuisson des surprises en croûte, placer tous les légumes taillés dans une casserole, ajouter une dernière cuillerée de beurre, un demi-verre d'eau, une petite cuillère de sucre et quatre pincées de sel. On appelle cela «glacer» les légumes.
10. Cuire à feu moyen durant six à huit minutes.
11. À la sortie du four, dresser les surprises en croûte accompagnées des légumes.



Parfait glacé à la cannelle

RECETTE POUR 4 PERSONNES

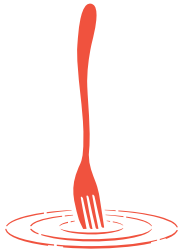
INGRÉDIENTS

2 œufs
4 CS de sucre
4 pincées de cannelle en poudre
2 dl de crème liquide
1 CC de cacao en poudre
Quelques châtaignes cuites

RÉALISATION

1. Dans un bol, fouetter l'œuf avec le sucre et la cannelle en poudre.
2. Dans un second bol, fouetter la crème.
3. Mélanger délicatement les deux préparations puis répartir dans quatre ramequins.
4. Placer au réfrigérateur pendant deux heures.
5. Au moment de servir, saupoudrer de cacao en poudre.
6. Décorez selon votre envie, avec quelques brisures de châtaigne cuites, des dés de poires pochées ou encore des quartiers de mandarines....

POUR LA PETITE HISTOIRE...



Les fêtes de fin d'année sont une occasion idéale pour innover et exprimer sa créativité en cuisine, tout en privilégiant des produits respectueux d'une alimentation saine et durable. Nous vous invitons à découvrir un menu spécialement conçu pour célébrer Noël, en harmonie avec les valeurs d'une alimentation responsable et joyeuse.

En vedette, un poisson d'exception venu des eaux nordiques : le saumon. Ce poissons migrateur, capable de passer de l'eau douce à l'eau salée, s'apprécie aussi bien cuit que fumé. Choisissez un saumon issu de la pêche durable.

On décroche les étoiles pour décorer les assiettes: la pâte feuilletée est facile à façonner et peut également être découpée à l'emporte-pièce. Avec la farce de votre choix, vous pourrez présenter de jolis chaussons aux formes variées, inspirés des plats en croûte, tradition bien connue des fêtes de fin d'année.

Pour terminer en beauté, nous vous proposons une touche parfumée : la cannelle ajoute une note féerique à votre dessert. Le parfait glacé surprendra vos papilles. et terminera le repas sur une note subtile et élégante.

Bonnes fêtes !

PETIT GLOSSAIRE QUI NE MANQUE PAS D'AIR...

Qu'est-ce qu'une quenelle ?

Le terme «quenelle» vient de l'allemand et signifie boulette de pâte. Pour faire de belles quenelles, il suffit de donner une forme oblongue à la préparation en la faisant rouler contre le bord du bol avec une cuillère.

Des légumes aussi bons que des bonbons !

En cuisine, glacer des légumes signifie leur donner un aspect brillant. Quand on les cuit, on y ajoute un peu de beurre, de sucre et d'eau, qui une fois évaporés formeront une pellicule brillante sur les légumes qui rappelle le caramel... Quel délice !

Le dessert plus que parfait...

Le parfait glacé mérite bien son nom, avec sa texture lisse et onctueuse, même une fois congelée. Explorez les contrastes en le servant avec un petit quelque chose de croquant!

Ce menu a été élaboré dans le cadre de nos ateliers de cuisine destinés aux classes de 3H à 8H, lors desquels nous invitons les enfants à explorer différentes facettes de l'alimentation au travers d'une approche pratique et ludique qui éveille leur curiosité et les sensibilise aux enjeux essentiels du bien manger.