

# sa Recette

Temps de  
préparation : 1 h  
Temps de cuisson  
: 45 min

## Ingrédients

(pour 4 à 6 personnes) :

- 2 pâtes feuilletées
- 200 g d'andouille
- 2 pommes golden
- 4 oeufs
- 25 cl de crème entière liquide
- 20 cl de cidre
- 1 camembert
- 20 g de beurre doux
- 1 oignon
- 1 botte de persil plat

## Tourte extrêmement normande

### Déroulé de la recette :

- Laver et éplucher les pommes et l'oignon puis en faire une brunoise
- Faire revenir l'oignon dans le beurre puis y ajouter les pommes
- Faire revenir quelques minutes puis déglacer le tout avec le cidre
- Préchauffer le four à 180°C
- Mélanger 3 oeufs et la crème liquide puis assaisonner
- Mettre une première pâte dans le moule à tarte, la piquer et y déposer l'andouille coupée en cubes puis le mélange pommes/oignons
- Verser l'appareil à quiche
- Recouvrir avec la deuxième pâte en scellant les bords puis badigeonner avec le jaune d'oeuf pour que la pâte dore pendant la cuisson
- Enfourner 45 min

# Soyons Complices

à tout âge

Les  
Informations  
du mois

Menus du 26 septembre  
au 30 octobre 2022



**Vous pouvez bénéficier de repas pauvre en sel ou pauvre en sucres. Vous êtes intéressé(e) ?**

**Contactez le CCAS pour la communication des menus et demandez conseil à votre médecin.**

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE	Remplacements
<b>Semaine du 26 septembre au 02 octobre 2022</b>	VELOUTE DE LEGUMES SALADE DE HARICOTS BEURRE <b>EFFILOCHE DE PORC LABEL AU MAROILLES</b> POMMES DE TERRE PERSILLEES ET FONDUE DE POIREAU BRIE YAOURT SUCRE	POTAGE DE TOMATE BETTERAVES ROUGES PAVE DE POULET A L'ORIENTALE POTATOES ET SALADE TOMME NOIRE TARTE AUX FRUITS	POTAGE POIREAUX POMMES DE TERRE SALADE D'AGRUMES PATES A LA BOLOGNAISE GOUDA CREME DESSERT VANILLE	BOUILLON DE LEGUMES VERMICELLES OEUF DUR MAYONNAISE LANGUE DE BOEUF SAUCE GRIBICHE POMMES DE TERRE ET LEGUMES DU POT MAROILLES POMME AU FOUR	CREME DE CHAMPIGNONS LENTILLES VINAIGRETTE <b>FILET DE COLIN MSC SAUCE BEURRE BLANC</b> RIZ PILAF ET ENDIVE BRAISEE COMTE MOUSSE CHOCOLAT	VELOUTE DE CAROTTES TARTE AU THON SAUTE DE PORC SAUCE FORESTIERE FLAGEOLETS ET HARICOTS VERTS EMMENTAL SALADE DE FRUITS	POTAGE DE LEGUMES TERRINE DE CAMPAGNE ET CONDIMENTS CANETTE SAUCE A L'ORANGE POMMES DE TERRE DAUPHINES SALSIFIS AU BEURRE ST NECTAIRE TARTE AU CITRON	EMINCE DE VOLAILLE
<b>Semaine 03 au 09 octobre 2022</b>	VELOUTE DE LEGUMES VERTS HARICOTS VERTS VINAIGRETTE POTJEVLEESCH POMMES SAUTEES ET SALADE LIVAROT POIRE AU CARAMEL	POTAGE DE BROCOLIS SALADE DE COEUR DE PALMIER <b>POULET LABEL AU CIDRE</b> GRATIN DE CHOU FLEUR ET POMMES DE TERRE TOMME BLANCHE CREME DESSERT PRALINE	CREME DE POTIRON BLANC DE POIREAU VINAIGRETTE SAUTE DE BOEUF AUX OIGNONS POMMES DE TERRE ROTIES ET HARICOTS BEURRE PERSILLES TOMME NOIRE SEMOULE AU LAIT	POTAGE SAVEURS D'AUTOMNE SALADE COLESLAW TOMATE FARCIE SAUCE TOMATE RIZ <b>CHAOURCE AOP</b> FROMAGE BLANC SUCRE	POTAGE DE CELERI SALADE A LA FETA <b>FILET DE MERLU MSC A LA PROVENÇALE</b> POMMES DE TERRE AUX HERBES ET GRATIN DE TOMATE/COURGETTE CHEVRE TROPEZIENNE	POTAGE DE NAVETS CAROTTES RAPEES VINAIGRETTE AU PERSIL PATES A LA CARBONARA ROQUEFORT FRUIT DE SAISON	POTAGE DE LEGUMES TERRINE DE POISSON ET TOAST <b>ROTI DE PORC LABEL AU THYM</b> POMMES DE TERRE GRENAILLE ET NAVETS AU MIEL CANTAL TARTE BOURDALOUE	OMELETTE
<b>Semaine du 10 au 16 octobre 2022</b>	POTAGE DE TOMATE FRIAND <b>EMINCE DE VOLAILLE LABEL A LA BIERE</b> POMMES DE TERRE ET GRATIN DE BROCOLIS MAROILLES SALADE DE FRUITS EXOTIQUES	POTAGE DUBARRY MACEDOINE DE LEGUMES ANDOUILLETTE A LA MOUTARDE POMMES RISSOLEES ET SALADE VERTE MORBIER TARTE POMME RHUBARBE	VELOUTE DE POIREAUX POMMES DE TERRE BETTERAVES ROUGES VINAIGRETTE STEAK HACHE DE VEAU SAUCE BRUNE PATES GOUDA CREME DESSERT PISTACHE	POTAGE CULTIVATEUR CHOU FLEUR SAUCE COCKTAIL SAUTE DE DINDE AUX PRUNEAUX CAROTTES AUX OIGNONS ET PUREE ROUY FRUIT DE SAISON	POTAGE DE LEGUMES MORTADELLE ET CONDIMENTS <b>FILET DE LIEU MSC SAUCE VIN BLANC</b> RIZ CREOLE ET POEELE FORESTIERE BLEU PETITS SUISSES SUCRES	VELOUTE DE PETITS POIS CELERI REMOULADE TARTIFLETTE SALADE EDAM CREME DESSERT CARAMEL	POTAGE JARDINIERE DE LEGUMES MAQUEREAU AU VIN BLANC ROTI DE BOEUF SAUCE POIVRE POMMES ROSTIES ET HARICOTS PLATS A L'AIL CAMEMBERT TARTE AU CHOCOLAT	PANE FROMAGER
<b>Semaine du 17 au 23 octobre 2022</b>	POTAGE DE POTIRON BROCOLIS SAUCE TARTARE CARBONADE FLAMANDE <b>BOEUF LABEL</b> POMMES SAUTEES ET SALADE VERTE CHEVRE FRUIT DE SAISON	VELOUTE DE CAROTTES CHAMPIGNONS A LA GRECQUE AIGUILLETES DE VOLAILLE AU CURRY PETITS POIS ET POMMES VAPEUR BRIE FROMAGE BLANC AUX FRUITS	POTAGE POIREAUX POMMES DE TERRE SALADE AUVERGNATE (BETTERAVES ROUGES, NOIX ET BLEU) POTEE DE CHOU (SAUCISSE FUME) PORT SALUT LA FLOGNARDE (GATEAU AUX POMMES)	POTAGE SAINT GERMAIN MACEDOINE DE LEGUMES MAYONNAISE PATES AU JAMBON ET AUX CHAMPIGNONS MUNSTER CREME SPECULOOS	SOUPE DE LEGUMES DUO DE SAUCISSONS ET CONDIMENTS <b>FILET DE HOKI MSC SAUCE CREME</b> COEUR DE BLE ET EPINARDS PYRENEES LIEGEOIS AU CHOCOLAT	CREME DE CHAMPIGNONS TABOULE A LA MENTHE BOUDIN NOIR ECRASE DE POMMES DE TERRE ET COMPOTE SAINT PAULIN COMPOTE POMME FRAISE	POTAGE DE CELERI TOAST AU FROMAGE DE CHEVRE PINTADE SAUCE AUX OIGNONS POMMES DE TERRE CROQUETTE ET PANAIS SAUTES TOMME DE SAVOIE ECLAIR AU CAFE	NORMANDIN DE VEAU
<b>Semaine du 24 au 30 octobre 2022</b>	POTAGE LENTILLES SALADE MEXICAINE BOURGUIGNON <b>BOEUF LABEL</b> PUREE ET HARICOTS VERTS CAMEMBERT LIEGEOIS A LA VANILLE	POTAGE BROCOLIS CAROTTES RAPEES AU CITRON PORC DEMI SEL LENTILLES AU JUS ET POMMES DE TERRE MORBIER TARTE COCO	SOUPE A L'OIGNON, CROUTONS ET FROMAGE MOUSSE DE FOIE ET CONDIMENTS ROTI DE DINDE SAUCE A L'ANCIENNE RIZ PILAF ET CHOUX DE BRUXELLES GOUDA MOUSSE AU CAFE	POTAGE DE LEGUMES SALADE DE HARICOTS BEURRE AUX OIGNONS ENDIVE A LA FLAMANDE EMINCE DE POMMES DE TERRE CHAOURCE SALADE DE FRUITS	BOUILLON DE LEGUMES BETTERAVES ROUGES VINAIGRETTE MOULES EN GRATIN POMMES RISSOLEES TARTARE YAOURT SUCRE	VELOUTE DE NAVETS CROISILLON CHAMPIGNONS WATERZOI DE VOLAILLE POMMES DE TERRE ET SES LEGUMES EDAM FRUIT DE SAISON	POTAGE D'APERGES PAMPLEMOUSSE AU SURIMI <b>PORC LABEL A L'ANANAS</b> GRATIN DAUPHINOIS ET POEELE DE CAROTTES COMTE TARTE AU FLAN	CERVELAS OBERNOIS

API RESTAURATION  
vous propose

# sa Recette

Temps de  
préparation :  
20 minutes  
Temps de cuisson :  
35 minutes

## Ingrédients (pour 4 personnes) :

400 g de potimarron  
300 ml de lait demi écrémé  
4 oeufs  
1 gousse de vanille  
Sel  
Poivre  
Beurre doux

## Flan de potimarron à la vanille

### Préparation de la recette :

- Préchauffer le four à 180°C
- Laver, éplucher et couper le potimarron en cubes.
- Le faire cuire à la vapeur durant 25 minutes environ, puis le réduire en purée à la fourchette ou avec l'aide d'un robot.
- Dans un saladier, mélanger le lait, avec les oeufs, le sel et le poivre.
- Récupérer les graines de la gousse de vanille et les verser dans le mélange puis ajouter la purée de potimarron.
- Répartir la préparation dans 4 ramequins préalablement beurrés.
- Incorporer la purée de potimarron au reste de la préparation.
- Mettre au four durant 35 minutes environ.

api

Conception CréaApi

# Soyons Complices

à tout âge

Les  
Informations  
du mois

Menus du 31 octobre au  
27 novembre 2022



*Vous pouvez bénéficier de repas pauvre en sel ou pauvre en sucres. Vous êtes intéressé(e) ?*

*Contactez le CCAS pour la communication des menus et demandez conseil à votre médecin.*



# Menus du 31 octobre au 27 novembre 2022



Rouge, Bleu  
Blanc Coeur, AOC  
ou



MSC ou  
Pêche  
Durable

Sous réserve de  
l'approvisionnement

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE	Remplacements
<b>Semaine du 31 octobre au 06 novembre 2022</b>	POTAGE POIREAUX SALADE DE FOND D'ARTICHAUT EN VINAIGRETTE PALETTE A LA DIABLE PUREE ET CHOU ROUGE ROUY CREME AU CHOCOLAT	CREME DE CELERI OEUF MIMOSA SAUTE DE VEAU SAUCE GRAND MERE POMMES ROSTIES ET POEELE DE FEVES ST NECTAIRE CHOU CHANTILLY ET CAMEL	POTAGE DE TOMATE SALADE COMPOSEE LASAGNES A LA BOLOGNAISE BRIE COMPOTE	POTAGE CULTIVATEUR CELERI REMOULADE BOULETTES D'AGNEAU AUX EPICES LEGUMES TAJINE ET SEMOULE TOMME NOIRE PETITS SUISSES AUX FRUITS	VELOUTE DE LEGUMES VERTS FEUILLETE AU FROMAGE FILET DE COLIN MSC SAUCE PERSIL RIZ ET FONDUE DE POIREAUX COULOMMIERS LIEGEOIS CAFE	POTAGE DUBARRY SALADE AUX CROÛTONS POULE AU POT POMMES DE TERRE ET SES LEGUMES FOURNOLS FRUIT DE SAISON	POTAGE BUTTERNUT TOAST DE RILLETES DE PORC ROTI DE BOEUF SAUCE ECHALOTE POMMES DE TERRE PAILLASSON ET NAVETS ROTIES ROQUEFORT TARTE AUX FRUITS	ROTI DE DINDE
<b>Semaine du 07 au 13 novembre 2022</b>	POTAGE CHAMPIGNONS CAROTTES VINAIGRETTE CHOUROUTE PYRENEES SALADE DE FRUITS	POTAGE DE LEGUMES VERTS SALADE D'AGRUMES OMELETTE AUX HERBES POMMES SAUTEES ET SALADE CHEVRE RIZ AU LAIT	POTAGE CULTIVATEUR SALADE AU GOUDA SAUTE DE VOLAILLE LABEL FAÇON COQ AU VIN SALSIFIS EN GRATIN ET POMMES DE TERRE GOUDA YAOURT SUCRE	POTAGE DE NAVETS SALADE COLESLAW ROGNONS DE BOEUF A LA MOUTARDE POMMES DE TERRE RISSOLEES ET SALADE FOURME D'AMBERT FRUIT DE SAISON	SOUPE DE LEGUMES GOUGERE AU FROMAGE SAUMON MSC SAUCE VIERGE GRATIN DAUPHINOIS ET BROCOLIS TOMME DE SAVOIE PARIS BREST	VELOUTE DE CELERI CHOU ROUGE AUX POMMES PATES AU JAMBON ET AUX CHAMPIGNONS EMMENTAL FROMAGE BLANC AUX FRUITS	BOUILLON VERMICELLES PATE EN CROUTE ET CONDIMENTS SAUTE DE VEAU A L'ANCIENNE POMMES DE TERRE NOISETTES ET PETITS POIS AUX OIGNONS LIVAROT ECLAIR A LA VANILLE	EMINCE DE VOLAILLE
<b>Semaine du 14 au 20 novembre 2022</b>	POTAGE LENTILLES HARICOTS BLANCS VINAIGRETTE EMINCE DE VOLAILLE LABEL SAUCE REBLOCHON PATES ROQUEFORT FRUIT DE SAISON	POTAGE DE LEGUMES VERTS RADIS NOIR AU FROMAGE BLANC JAMBON SAUCE MADERE POTATOES ET SALADE CAMEBERT CROISSON ABRICOTS	VELOUTE D'ASPERGES SALADE MIMOSA PARMENTIER DE POTIRON SALADE TOMME NOIRE MOUSSE AU CHOCOLAT	POTAGE DE LEGUMES MACEDOINE DE LEGUMES CASSOULET POMMES DE TERRE SAINT PAULIN PETITS SUISSES AUX FRUITS	SOUPE DE LEGUMES CELERI REMOULADE FILET DE POISSON MEUNIERE MSC SAUCE TARTARE POMMES DE TERRE VAPEUR ET CAROTTES BLEU CREME DESSERT CAMEL	CREME DE CAROTTES DUO DE CHOUX POULET LABEL SAUCE SUPREME POMMES DE TERRE ROTIES ET POEELE DE LEGUMES EDAM FRUIT DE SAISON	POTAGE DUBARRY GRATIN DE POISSON POT AU FEU POMMES DE TERRE ET LEGUMES DU POT SAINT NECTAIRE CHOU CHANTILLY ET CHOCOLAT	OMELETTE
<b>Semaine du 21 au 27 novembre 2022</b>	VELOUTE SAVEURS D'HIVER SALADE DE HARICOTS BEURRE ENDIVE AU GRATIN POMMES DE TERRE BRIE YAOURT SUCRE	POTAGE DE TOMATE BETTERAVES ROUGES POULET AU BLEU POMMES SAUTEES ET SALADE BUCHE DU PILAT BEIGNET CHOCOLAT	POTAGE POIREAUX ET POMMES DE TERRE SALADE D'AGRUMES PATES A LA BOLOGNAISE GOUDA LIEGEOIS VANILLE	BOUILLON VERMICELLES OEUF DUR MAYONNAISE LANGUE DE BOEUF SAUCE TORTUE POMMES DE TERRE ET LEGUMES DU POT MAROILLES POMME AU FOUR	CREME DE CHAMPIGNONS CAROTTES RÂPÉES VINAIGRETTE FILET DE MERLU MSC SAUCE BONNE FEMME RIZ PILAF ET FONDUE DE POIREAU COMTE MOUSSE CAFE	VELOUTE DE CAROTTES PIZZA SAUTE DE PORC A L'ANCIENNE POMMES DE TERRE VAPEUR ET HARICOTS VERTS EMMENTAL SALADE DE FRUITS	POTAGE DE LEGUMES PATE BRETON ET CONDIMENTS CANETTE SAUCE AUX 4 EPICES POMMES DE TERRE DAUPHINES ET SALSIFIS AU JUS CANTAL TARTE COCO	EMINCE DE VOLAILLE