

Avril
2025

API RESTAURATION

vous propose

sa Recette

Temps de
préparation :
50 minutes
Temps de
cuisson : 1
heure de
cuisson

Ingrédients
(pour 4 à 6 personnes) :

200g de farine
3 oeuf frais
100g de carottes
1 petit oignon
50g d'emmental
100g de petits pois surgelés
Sel
1 pincée de cannelle
100 ml de lait
1 sachet de levure chimique
1 cuillère à soupe d'huile
20cl de crème fraîche liquide
entière
ciboulette

Préparation de la recette :

- Laver les carottes et la ciboulette. Eplucher les carottes et l'oignon.
- Tailler les carottes en petits cubes de 5 mm environ. Ciseler l'oignon.
- Cuire à feu doux les carottes et l'oignon ciselé durant 10 min environ.
- Cuire les petits pois à l'eau bouillante.
- Dans un saladier, mélanger la farine, la levure, les oeufs, l'huile et le lait.
- Ajouter la cannelle, le sel, l'emmental et les légumes.
- Cuire à 180°C pendant 40 min dans un moule beurré et fariné.
- Fouetter la crème et ajouter la ciboulette.
- Au moment de servir, accompagner votre cake d'une pointe de chantilly.

Astuce:

Pour réussir votre chantilly, verser la crème entière bien froide dans un saladier conducteur de froid (métal ou verre) et le stocker au congélateur durant 10 min.

api

Conception CréApi

Soyons Complices

à tout âge

Les
Informations
du mois

Menus du 31 mars au 27
avril 2025



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.

03.20.08.44.60

SANS SEL AJOUTÉ

api

Menus du 31 mars au 27 avril 2025



Nous cuisinons avec des produits bio et labellisés, cette information est notée sur les étiquettes de vos repas.

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Semaine du 31 mars au 6 avril 2025	POTAGE D'ENDIVES SALADE DE HARICOTS BLANCS PAELLA <u>COMPOTE</u> SALADE DE FRUITS	SOUPE A L'OIGNON, CROUTONS ET FROMAGE CONCOMBRE SAUCE BULGARE JAMBON ROTI SAUCE MADERE SEMOULE RATATOUILLE <u>FRUIT DE SAISON</u> CREME DESSERT PRALINE	POTAGE DE TOMATES <u>CRUDITE</u> ROGNONS DE BOEUF SAUCE MOUTARDE POMMES RISSOLEES ET SALADE <u>COMPOTE</u> PUDDING DU CHEF	POTAGE DE CELERI COLESLAW PAVE DE POULET AUX CHAMPIGNONS PATES AUX PETITS LEGUMES <u>FROMAGE BLANC</u> CREME VANILLE	CREME DE LAITUE <u>CRUDITE</u> FILET DE LIEU SAUCE CREVETTES POMME DE TERRE VAPEUR POEELE DE LEGUMES <u>PETITS SUISSES</u> FRUIT DE SAISON	POTAGE JULIENNE DARBLAY CAROTTES RAPEES VINAIGRETTE AU PERSIL PALERON DE BOEUF SAUCE VIGNERONNE POMMES DE TERRE ROTIES HARICOTS BEURRE PERSILLES <u>SEMOULE AU LAIT</u> ENTREMETS PISTACHE DU CHEF	VELOUTE DE LEGUMES <u>CRUDITE</u> ROTI DE PORC AU MIEL POMMES ROSTI ET NAVETS GLACES <u>YAOURT</u> TARTE AUX FRUITS
Semaine du 7 avril au 13 avril 2025	CREME DE FENOUIL SALADE MIMOSA PATES A LA BOLOGNAISE ET FROMAGE RAPE <u>FRUIT DE SAISON</u> LIEGEOIS VANILLE	POTAGE BROCOLIS TOMATE VINAIGRETTE EMINCE DE DINDE AUX HERBES BOULGHOUR ET CAROTTES AU JUS <u>MOUSSE AU CAFE</u> FROMAGE BLANC SUCRE	VELOUTE DE LEGUMES VERTS CHOU FLEUR <u>VINAIGRETTE</u> POTJEVLEESCH POTATOES ET SALADE VINAIGRETTE <u>YAOURT</u> GATEAU AU CHOCOLAT DU CHEF ET CREME ANGLAISE	POTAGE CULTIVATEUR CELERI REMOULADE NORMANDIN AU VEAU SAVOYARD PUREE DE POMMES DE TERRE HARICOTS VERTS <u>YAOURT</u> FRUIT DE SAISON	CREME DE CAROTTES AU CUMIN <u>CRUDITE</u> BRANDADE DE MORUE SALADE VINAIGRETTE <u>FRUIT DE SAISON</u> PETITS SUISSSE	POTAGE DE LEGUMES POIREAU VINAIGRETTE POULET SAUCE NAPOLITAINE PENNES ET FROMAGE RAPEE <u>CREME DESSERT</u> FRUIT DE SAISON	POTAGE TOMATE ASPERGES VINAIGRETTE ROTI DE BOEUF FROID SAUCE BEARNAISE POMMES DUCHESSES ET BROCOLIS <u>FRUIT DE SAISON</u> TARTE ABRICOTS
Semaine du 14 avril au 20 avril 2025	POTAGE DUBARRY REPAS PROVENCE : <u>CRUDITE</u> DAUBE DE BOEUF A LA PROVENÇALE PATES ET FROMAGE RAPE <u>FRUIT DE SAISON</u> TROPEZIENNE	CREME DE CHAMPIGNONS BETTERAVES ROUGES A L'ECHALOTE PAUPIETTE DE VEAU A LA CREME PETITS POIS CAROTTES POMMES VAPEUR <u>COMPOTE</u> YAOURT DE LA FERME	POTAGE POIREAU POMMES DE TERRE MACEDOINE DE LEGUMES <u>VINAIGRETTE</u> ROTI DE DINDE SAUCE AUX OIGNONS +POMMES NOISETTES ET SALADE VINAIGRETTE <u>FRUIT DE SAISON</u> ENTREMETS AU CAFE DU CHEF	VELOUTE DE CAROTTES RADIS RAPE SAUCE FROMAGE BLANC SAUCISSE DE TOULOUSE SAUCE TOMATE HARICOTS BLANCS POMMES DE TERRE <u>COMPOTE</u> FROMAGE BLANC ET COPEAUX DE CHOCOLAT	POTAGE JULIENNE DARBLAY <u>CRUDITE</u> DOS DE COLIN SAUCE BEURRE BLANC RIZ SAFRANE SALSIFIS <u>COMPOTE</u> MOUSSE CITRON	POTAGE DE LEGUMES BROCOLIS <u>VINAIGRETTE</u> BOUDIN NOIR COMPOTE ECRASE DE POMMES DE TERRE <u>FLAN CHOCOLAT</u> FRUIT DE SAISON	POTAGE DE CELERI <u>CRUDITE</u> SAUTE D'AGNEAU AU THYM FLAGEOLETS POMMES DE TERRE <u>FRUIT DE SAISON</u> MOKA
Semaine du 21 avril au 27 avril 2025	CREME DE COURGETTES SALADE D'ASPERGES ROTI DE PORC FAÇON ORLOFF POMMES BOULANGERES ET HARICOTS VERTS <u>FRUIT DE SAISON</u> TARTE CHOCOLAT DE PAQUES	POTAGE DE LEGUMES <u>CRUDITE</u> SAUTE DE DINDE A L'ANCIENNE POMMES DE TERRE ET CAROTTES <u>MOUSSE AU CHOCOLAT</u> SALADE DE FRUITS	POTAGE AUX ASPERGES SALADE DE HARICOTS BEURRE CARBONNADE FLAMANDE POMMES SAUTEES ET SALADE VINAIGRETTE <u>FLAN NAPPE CARAMEL</u> YAOURT SUCRE	SOUPE A L'OIGNON, CROUTONS ET FROMAGE SALADE MEXICAINE SAUTE DE PORC AUX OLIVES SEMOULE RATATOUILLE <u>COMPOTE</u> FROMAGE BLANC AU COULIS	BOUILLON DE LEGUMES <u>CRUDITE</u> FILET DE MERLU SAUCE CURRY RIZ AUX PETITS LEGUMES <u>COMPOTE</u> ENTREMETS VANILLE DU CHEF	POTAGE PROVENCAL CHAMPIGNONS A LA CREME ESCALOPE DE POULET SAUCE FROMAGERE PATES ET FROMAGE RAPE <u>PETITS SUISSSES</u> FRAISES	POTAGE CRECY HOUMOUS ET TOAST ROTI DE VEAU AU ROMARIN GRATIN DAUPHINOIS CHOU ROMANESCO <u>FRUIT DE SAISON</u> GATEAU BASQUE

Lors d’une demande de remplacement, l’équipe de cuisine vous proposera selon le stock du steak haché au veau ou de l’émincé de volaille ou des boulettes au boeuf ou une cuisse de poulet ou des boulettes au veau