



Saveurs & Traditions du Bocage

Bien manger, pour vivre mieux.

Semaine du 12 au 18 octobre 2020

LA SEMAINE DU GOÛT

31^{ÈME}
ÉDITION

DU 12 AU 18 OCTOBRE 2020



Lundi

Céleri râpé moutarde de Charroux
Sauté de porc champignons
Gratin P de T marrons
Cantal
Liégeois fruits Andros

Mardi

Salade de riz d'automne
Bœuf laqué
Poêlée orangée
Yaourt local
Fruit

Mercredi

Jeudi

Velouté de potiron
Pâté aux P de T
Salade verte
Tomme grise
Mousse de marrons

Vendredi

Terrine maison
Dos de colin sauce armoricaine
Pâtes aux artichauts
Chambérat
Fruit

● Produits laitiers ● Fruits & légumes ● Viandes Poissons Œufs ● Féculents ● Produits sucrés

L'info de Steeby

Préparer de bons repas rapidement, c'est une question d'organisation ! Voici quelques astuces pour ne plus perdre de temps en cuisine. En effet, s'organiser, c'est la clé de la réussite ! Avant de se lancer dans l'élaboration d'une recette, prépare tous les ustensiles et les ingrédients nécessaires. Il faut aussi penser au temps de préchauffage du four (avec un adulte bien entendu) à allumer pendant l'étape de préparation. Une fois le plat préparé, il n'y a plus qu'à l'enfourner sans attendre.



Semaine du Goût : 31^{ème} édition

Evènement référent de la transmission et de l'éducation au Goût pour le grand public.
Bonne dégustation !

Produits d'automne

Rejoignez-nous sur facebook !
facebook

www.stb03.fr

ZI Porte Val de Cher ■ 6, rue de l'Industrie ■ 03410 Saint-Victor

☎ 04 70 51 45 10

