

Adalia

Période du lundi 08 juin 2020 au vendredi 20 juin 2020



Lundi 08 juin

Rôti aux herbes de provence

Gratin dauphinois

Ratatouille

Yogourt

Pain GRTA maison

La pomme de terre est originaire de la cordillère des Andes (Pérou), dans le sud-ouest de l'Amérique du Sud. Introduite en Europe vers la fin du XVIe siècle à la suite de la découverte de l'Amérique par les conquistadors espagnols.

Mardi 15 juin

Boulettes d'agneau

Polenta

Carottes aux épices

Fruit frais

Pain GRTA maison

Une épice est une matière organique d'origine végétale odorante ou piquante, que l'on utilise pour assaisonner les plats. Les épices peuvent être issues d'écorces (cannelle), de fleurs (safran, clou de girofle), de feuilles (thé, Thym), de fruits (poivre, aneth, moutarde), de bulbes (ail, oignon, gingembre) ou de graines (fenouil, coriandre). Wikipédia

Mardi 09 juin

Carottes râpées

Brochette de crevettes coco
curry

Riz aux épices

Légumes

Pâtisserie

Pain GRTA maison

Culture du riz



Mardi 16 juin

Pastèque

Cordon bleu de dinde

Pâtes

Gratin de légumes

Flan caramel

Pain GRTA maison

Pourquoi gratin ? Autrefois on grattait le fond, la croute qui avait attaché au plat. Au 19e siècle, le terme Gratin désignait la partie dorée supérieure d'un plat passé au four. Dès la fin du 19e siècle c'est aussi devenu une expression populaire qui désigne l'élite de la société.

Jeudi 11 juin

Concombre

Chili sin carne

Haricots verts et jaunes

Yogourt

Pain GRTA maison

Véganisme : Mode de vie consistant à ne consommer aucun produit issu des animaux ou de leur exploitation contrairement au végétarisme qui autorise la consommation d'œufs, miel et autres produits laitiers.

Vendredi 12 juin

Salade verte

Rôti de dinde tandoori

Pâtes

Brocolis

Fruit frais

Pain GRTA maison

Tandoori : Le tandoori est un mélange d'épices rouge brun utilisé dans la cuisine indienne.

