



Saveurs & Traditions du Bocage

Bien manger, pour vivre mieux.

Semaine du 09 au 15 octobre 2023

LA SEMAINE DU GOÛT



Lundi

Verrine de betteraves
Rougail saucisses
Riz nature
Mini cabrette Rians
Prunes



Mardi

Taboulé libanais au
boulgour
Sticks de mozzarella panés
Salade verte
Yaourt local
Salade d'ananas aux épices



Mercredi

Jeudi

Céleri Comté noix
Filet de poulet au curry
brun
Carottes locales vapeur
Croc'lait BIO
Roulé chocolat maison



Vendredi

Terrine de porc
maison
Poisson à la provençale
Coudes au beurre
Tomme locale de Tauves
Poire



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.



● Produits laitiers ● Fruits & légumes ● Viandes Poissons (œufs) ● Féculents ● Produits sucrés

Semaine du Goût : 34^{ème} édition

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

Scannez et découvrez !



Pour savoir, téléchargez l'App Mobile gratuite sur votre téléphone



www.stb03.fr

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

☎ 04 70 51 45 10

