

Adafia

Période du lundi 09 novembre 2020 au vendredi 20 novembre 2020



Lundi 09 novembre

Japon

Samosa végété
Haut de cuisse de poulet (Suisse)
Teriyaki
Riz blanc
Poêlée de légumes asiatiques
Fruit frais
Pain maison GRTA

La cuisine japonaise en japonais Nihon ryōri (日本料理?) est constituée de poissons, de riz ou de nouilles, de légumes et d'algues, généralement assaisonnés avec des condiments locaux.

Lundi 16 novembre

Salade verte
Chili sin carne
Riz
Flan chocolat
Galette de blé

Cortés revient en Espagne en 1528. Il rapporte des produits inconnus : tomate, haricot blanc, pomme de terre, maïs, piment, tabac et **chocolat**. Il dit alors à Charles V : « Une tasse de cette précieuse boisson permet à un homme de marcher un jour entier sans manger. »

Mardi 10 novembre

Jambon à l'os (Suisse) sauce moutarde
Mousseline de pomme de terre
Légumes andalous
Yogourt
Pain maison GRTA

Longtemps boudée par les consommateurs français, la **pomme de terre** est réservée en premier lieu à la nourriture des cochons et des animaux de la ferme. Ce n'est qu'au XVIII^e siècle que le pharmacien Parmentier arrive à séduire les palais français.

Mardi 17 novembre

L'Autriche

Salade de betterave cuite
Wiener schnitzel (escalope dinde (France) viennoise)
Spätzle
Gemüse
Apfelstrudel
Pain maison GRTA

Les **spätzle** ou spätzli, sont une préparation culinaire de pâtes de la région rassemblant l'Allemagne du Sud, la Suisse, l'Italie alpine, l'Autriche de l'ouest et l'Alsace-Moselle. Spätzle, diminutif de Spatzen (« moineaux »). On doit ce nom au fait que, lorsque les spätzle sont cuits et mis dans une assiette, cela ressemble à un nid de moineau.

Jeudi 12 novembre

Le menu décalé : tour du monde en 1 jour

Grèce Spanakopita
Asie Emincé de poulet curry
Amérique du sud Quinoa
Suisse Carotte genevoise
Canada Pancake sirop d'érable
Inde Pain Naan

Petit voyage gustatif pour **découvrir les saveurs du monde**. La cuisine est comme un livre. Plonge toi dedans et part à la découverte de fabuleuses histoires. Comme les livres tu voyages à travers le monde. A toi de laisser ton imagination pour créer de fabuleuses recettes.

Jeudi 19 novembre

L'Asie

Salade de chou chinois
Crevettes coco curry
Riz
Brocolis
Orange
Pain maison GRTA

Fruits colorés et souvent acidulés, les agrumes sont originaires d'Asie, notamment d'Indonésie, de Chine, d'Inde ou du Japon. Les agrumes sont cultivés depuis des millénaires. Citron, **orange**, pamplemousse, main de boudha, Lime, Yuzu, Ugli...

Vendredi 13 novembre

Salade verte GRTA
Filet de truite sauce hollandaise
Riz sauvage
Epinard
Yogourt de saison
Pain maison GRTA

Merci Popeye : « c'est moi Popeye le marin, et si je leur rentre dans le lard, c'est grâce aux épinards ». Le héros de dessin animé a même sa statue ! Elle a été érigée après la crise économique de 1929. L'**épinard** a en effet sauvé les États-Unis de la disette !

Vendredi 20 novembre

Amérique

Hamburger de bœuf (Suisse)
Potatoes au four
Crudités
Compote

Un **hamburger**, est un sandwich d'origine allemande, composé de deux pains de forme ronde généralement garnis de steak haché et de crudités, salade, tomate, oignon, cornichon, de fromage, et de sauce. (Wikipédia)