

Adalia

Période du lundi 23 novembre 2020 au vendredi 04 décembre 2020



Lundi 23 novembre

Cordon bleu de volaille (Suisse)
Riz basmati
Carottes vichy GRTA
Liegeois chocolat
Pain maison GRTA

Si tes projets portent à un an, plante du **riz** ; à vingt ans, plante un arbre ; à plus d'un siècle, développe les hommes. (proverbe chinois)

Lundi 30 novembre

Salade de betterave cuite
Tofu au curry
Cornette
Green mix légumes
Gaufre
Pain maison GRTA

«Pirate... Doryphore... **Moule à gaufre!** Attends que je te déplume, espèce de chouette mal empaillée!» La formule du capitaine Haddock a marqué des générations de bédéphiles. Cette injure ne cache pas l'œuvre du dessinateur Hergé mais celle de la maladie de la variole qui faisait des ravages. Les malades qui en réchappaient avaient le corps, le visage couvert de cicatrices, creusé. Les patients étaient alors associés à des moules à gaufres.

Mardi 24 novembre

Amérique centrale

Salade de maïs
Seco de pollo (Suisse)
Quinoa
Poêlée de légumes tex mex
Ananas
Pain maison GRTA

Le quinoa est une plante cultivée depuis plus de 5 000 ans sur les hauts plateaux d'Amérique du Sud. Comme la pomme de terre ou le maïs, le quinoa était à la base de l'alimentation des civilisations d'Amérique du sud.

Mardi 01 décembre

Turquie

Kebab de volaille (Suisse)
Boulgour
Crudités assorties
Pain pita
Compote de pomme à la cannelle maison

Le terme **kebab**, emprunté à l'arabe : كباب, kabāb, signifie « grillade », « viande grillée » et désigne différents plats à base de viande grillée dans de nombreux pays ayant généralement fait partie des mondes ottoman et perse (dont l'Inde du Nord) (Wikipedia)

Jeudi 26 novembre

Gratin de pâtes au jambon (Suisse)
Bâtonnière de légumes frais GRTA
Flan caramel
Pain maison GRTA

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 03 décembre

Salade verte
Filet de colin Tempura
Riz blanc
Fondue de poireaux
Clémentine
Pain maison GRTA

Le ou la **tempura** est un assortiment de beignets, à la fois très savoureux et très digeste, populaire au Japon depuis le XVII^e siècle.

Vendredi 27 novembre

Salade de radis noir
Filet de saumon sauce curry
Gnocchis sautés
Poêlée de légumes anciens
Fruit frais
Pain maison GRTA

Le savais-tu ? Il y a longtemps les **radis**, légumes peu chers, accompagnaient les boissons dans les bars (à la place des cacahuètes actuellement) Le radis noir se récolte en automne.

Vendredi 04 décembre

Menu de la Saint Nicolas

Filet de poulet (Suisse) aux agrumes
Cœur de blé
Légumes gourmands forestière
Brioche Saint Nicolas
Pain maison GRTA

Saint-Nicolas, patron de la ville de Fribourg, est connu pour être le protecteur des enfants. Evêque turc de Myre ayant vécu au IV^e siècle, il se serait fait connaître par sa charité et sa bienveillance, notamment envers les enfants dont il était un fervent défenseur.