



# Newsletter

newrest

Février 2022

## Les News



Février fut court mais bien rempli, malgré une baisse de fréquentation due à la pandémie.

Toutefois, le mois commença en célébrant le nouvel an chinois, année du tigre! Les élèves purent déguster un menu asiatique avec un poulet (local) au gingembre, de l'ananas rôti et bien entendu... des nems.

En poursuivant dans la même semaine, Ils apprécièrent les crêpes de la chandeleur, servies le jeudi 3 février pour que tous puissent en profiter.

Mardi 8 fut l'occasion de sensibiliser nos convives aux épices.

Sans oublier nos chers internes qui purent découvrir des quesadillas élaborées par nos soins.

## Les approvisionnements

### Valeyre

Les volailles servies ce mois provenait d'un producteur localisé dans la Loire.

### Agriagora

Nous avons préparé un sauté de carottes rouges et nous avons proposé des kiwis bio français,



## atypique

L'antigaspi qui soutient les producteurs français

## CPS

Cledor Primeurs Services



## Le Saviez-vous?

Au Moyen Age, la carotte sauvage est blanchâtre, coriace et fibreuse. Cependant, c'est un légume très consommé.

La carotte orange fut créée par les Hollandais en hommage à la Maison d'Orange, leur famille royale, ils croisent au XVIe siècle des variétés rouge et blanche. Cela deviendra plus tard la couleur standard de ce légume.

Nous avons donc offert aux élèves des carottes rouges, variété plus ancienne.



## Les animations

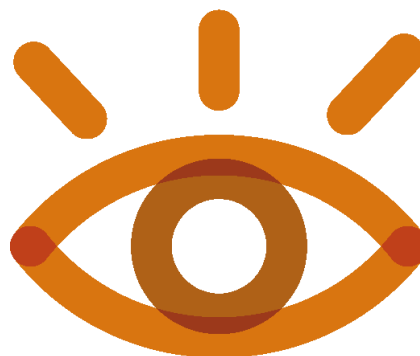
### LES EPICES

Mardi 8 février, les épices furent à l'honneur dans notre restaurant.

En effet, une grande partie des plats proposés étaient à base d'épices (qui ne piquaient pas!).

Le plat principal était une tajine aromatisé au raz el hanout et gâteau contenait de la cannelle.

Comme à notre habitude, une présentation colorée d'épices, décorait le comptoir.



**Dates à rappeler**

**Les bugnes seront à l'honneur le 1<sup>er</sup> mars**

## La recette du chef

### Quesadillas pour 4 personnes

#### Ingrédients :

500 g d'aiguillettes de poulet	350 g d'oignons émincés
200 g de champignons blancs	1 petite boîte d'haricots rouges
500 g de fromage râpé (du cheddar idéalement)	1 poivrons rouges
4 larges tortillas de blé	2 cuil à café d'épices mexicaines
7 c. à soupe d'huile de colza	sel fin et poivre noir du moulin
300g de coulis de tomate	

#### Méthode :

Faire revenir les oignons dans l'huile.

Ajouter les épices, puis le poulet, puis le poivron coupé en lamelles et les champignons émincées.

Incorporer le coulis de tomate ainsi que les haricots et faire réduire quelques minutes.

Saler et poivrer

Etaler cette préparation sur deux tortillas, puis recouvrir de fromage et recouvrir des deux autres,

Cuire au four (180°C) pour environ 8mn, ils doivent être croustillant et le fromage fondu.

Couper en quatre et servir aussitôt,

**Conseil: servir avec des dips tel qu'une salsa ou un guacamole.**

