

Quel est le délai de conservation du foie gras?

- Pour le foie gras frais (cru) : 10 jours
- Pour le foie gras mi-cuit : 1 à 2 semaines au réfrigérateur
- Pour le foie gras en conserves (stérilisé) : 1 ans minimum (jusqu'à 5 ans). De plus il s'agit pour les conserves d'une DLUO (date conseillée) et non pas d'une DLC (date limite). C'est à dire qu'il peut être consommé après la date sans problème.
- S'il s'agit de conserves « Fait Maison », vous pouvez sereinement les garder au moins 1 ans.

LES INFOS

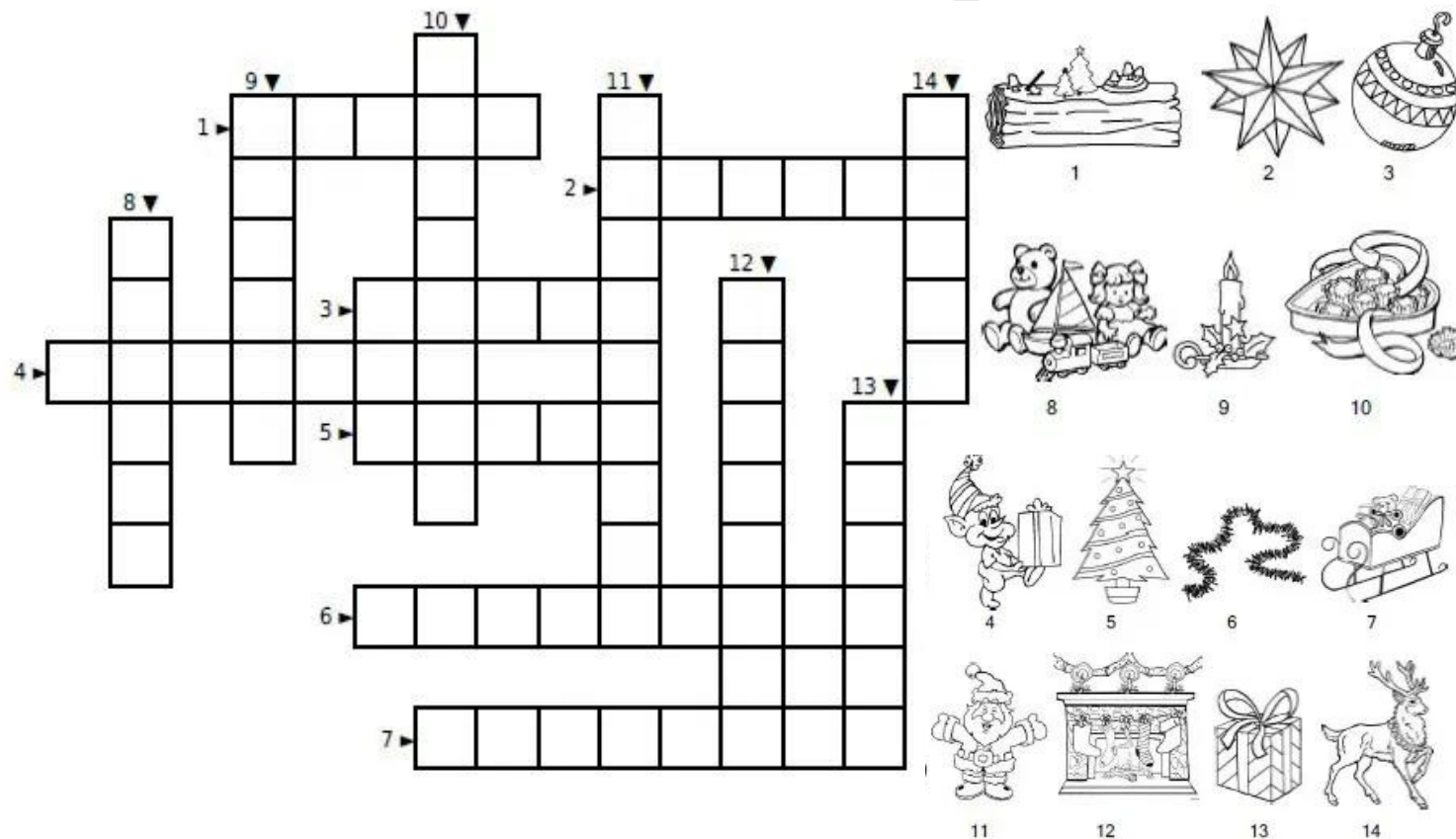
Pourquoi fait-on un tel festin à Noël ?

L'origine du festin de Noël nous vient de la religion chrétienne. Pour célébrer la venue du Christ, la période précédant Noël était marquée par une période de "jours maigres". On ne mangeait alors pas de viande. La veille de Noël, avant de se rendre à la messe de nuit, il était d'usage de ne manger qu'un peu de pain, un bouillon de poisson ou de légumes et un verre d'eau. De retour de l'église, le "repas gras" était alors de mise, pour faire suite au long office de la nuit et à la route faite pour revenir de l'église. "Repas gras" que l'on appelait également le Réveillon !



JEUX

Sudoku, mots fléchés, rébus, mots mêlés



RECETTE DU MOIS

Tarte choux blanc, bacon et miel Préparation pour 4 personnes



- 1 pâte brisée
- 400 g de chou blanc
- 100 g de bacon
- 1 c.à soupe de miel
- 2 œufs
- 20 cl crème fraîche
- 1 oignons
- 10 g beurre

- Préchauffez le four à 180°C
- Émincez le chou blanc, et plongez-le dans une casserole d'eau bouillante salée pendant 10 à 15 min environ. Égouttez.
- Pendant ce temps, émincez l'oignon et faites-le revenir dans le beurre.
- Ajoutez les lanières de chou, mélangez. Ajoutez le miel et mélangez de nouveau.
- Étalez la pâte brisée et foncez-la dans un moule à tarte
- Répartissez le bacon et ajoutez la préparation au chou.
- Dans un bol, battez les œufs avec la crème, salez, poivrez.
- Versez ce mélange sur la garniture.
- Enfournez pour 25 min.
- Dégustez

Quels sont les meilleurs mois pour manger des huîtres?

Même si aujourd'hui il est possible de consommer des huîtres tout au long de l'année, il existe tout de même une saisonnalité à ce mollusque des mers.

Traditionnellement, vous pouvez consommer des huîtres de septembre à avril. Comment retenir cette période? C'est très simple, pendant les mois contenant un "r", vous pouvez en manger. Pendant les quatre mois restant (de mai à août), les huîtres se reproduisent. On parlera à ce moment d'huîtres "laiteuses". Pendant ces 4 mois, elles libèrent naturellement ce lait dans la mer.

Manger des huîtres, quelle que soit la saison, voici les règles à respecter

Quelle que soit l'huître que vous choisissiez, il est impératif qu'elle soit fermée lorsque vous l'achetez ou, si elle est un peu entrouverte, elle doit se refermer lorsque vous la touchez.

Une fois que vous avez ouvert votre huître, elle doit baigner dans son eau et se rétracter sous une pointe de couteau ou avec un peu de citron. Une huître sèche ou dégageant une odeur suspecte doit immédiatement être jetée.

☎ 04 84 25 35 71 (siège social)

✉ contact@lemarmiton.net
lemarmitontraiteur@gmail.com
 🌐 www.lemarmiton.net



Menu
 Décembre
 2022

Les menus sont établis sous réserve de modifications ; toute annulation à moins de 72h hors week-end et hors jours fériés avant la date de passage sera facturée.

SEMAINE 48

	lundi 28 nov	mardi 29 nov	mercredi 30 nov	jeudi 01 déc	vendredi 02 déc	samedi 03 déc	dimanche 04 déc
M	Pois chiche à la Grecque Poulet aux navets et miel	Salade de surimi, avocat Choucroute Alsacienne*	Taboulé Bœuf asiatique Brocolis Kiri	Tarte thon/tomate/fromage frais Chipolatas* Ratatouille Cantal	Salade de pâtes multicolores Gratin de Cabillaud aux poireaux Carré demi-sel	Coleslaw Tajine de poissons aux légumes et citrons confits Fraidou Fruit	Rillettes* Gratin chou de bruxelles au bacon*
1	Gouda Fruit	Bonbel Yaourt nature	Compote	Fruit	Baba au rhum	Fruit	Vache qui rit Chausson aux pommes
S	Velouté de brocolis coco	Potage crêcy	Potage cresson	Velouté de panais et chou-fleur	Velouté de champignons	Soupe de lentilles	Crème de volaille
S+	Croque monsieur de dinde	Wrap aux légumes	Quiche poulet/poireaux	Bruchetta à l'italienne *	Tarte endives et noix	Tomate farcie	Parmentier saumon/épinard
	Mousse chocolat au lait	Riz au lait	Yaourt Grec	Mousse crème de marrons	Yaourt aromatisé	Crème dessert praliné	Velouté fruit
	Poivrons marinés/pignons Blanquette de veau Riz	Salade de blé/ anchois Rôti de porc à l'ail et carottes *	Salade concombre au yaourt Gnocchis au butternut/carotte	Betteraves, fêta et noix Poulet au citron vert Purée de patate douce Cantal	Macédoine de légumes frais Bœuf Bourguignon Pomme de terre grenaille Carré demi-sel Baba au rhum	Lentilles en salade Blanquette dinde/marrons/potiron Riz camarguais Fraidou Fruit	Salade courgettes et raisins secs Paupiette de dinde sse roquefort Tagliatelles Vache qui rit Chausson aux pommes

SEMAINE 49

	lundi 05 déc	mardi 06 déc	mercredi 07 déc	jeudi 08 déc	vendredi 09 déc	samedi 10 déc	dimanche 11 déc
M	Salade maïs et haricots rouges Poitrine de veau Tomates provençales Camembert Fruit	Radis beurre Choucroute Alsacienne*	Céleri remoulade Cassoulet*	Carottes rapées à l'ananas Chili con carne Riz Bleu Fruit	Betterave en meunotte Boudin noir* Purée de panais Chantaillou Clafoutis aux fruits	Salade de fève, feta Endives au jambon*	Pâté de campagne* Sauté de dinde miel curry Chou blanc au sésame Petit moulé Tarte pommes/rhubarbe
1	Potage dubarry	Tome noire Fromage blanc	Carré frais Compote	Riz Bleu Fruit	Purée de panais Chantaillou Clafoutis aux fruits	Comté Fruit	Tarte pommes/rhubarbe
S	Potage dubarry	Soupe printanière	Velouté de céleri	Crème de brocolis/noisettes	Velouté de carottes	Velouté de navet	Soupe de tomate
S+	Tortilla aux champignons	Beignets de légumes	Gratin de pâtes au brocolis	Clafoutis petits pois, jambon,kiri	Crumble poulet/courgettes	Courgette farcie	Tarte tatin à la tomate
	Flan lacté chocolat	Mousse au citron	Petit-suisse	Liégeois café	Yaourt sucré	Crème dessert vanille	Petit-suisse aux fruits
	Poireaux vinaigrette Cuisse de pintade à l'orange Purée Pdt éclat de châtaigne Camembert Fruit	Pois chiche en salade Fricadelle de bœuf à la crème Salsifis en persillade Tome noire Fromage blanc	Petits pois, tomates et chèvre Poulet pané Fondue d'endives Carré frais Compote	Cake carotte cumin Poulet à la moutarde Poêlée de champignons Bleu Fruit	Salade de riz au crabe Hoki au basilic Poêlée 4 légumes Chantaillou Clafoutis aux fruits	Choux fleur en salade Pot au feu	Champignons crus/tomates confites Steak de requin Pdt grenaille à l'ail Petit moulé Tarte pommes/rhubarbe

SEMAINE 50

	lundi 12 déc	mardi 13 déc	mercredi 14 déc	jeudi 15 déc	vendredi 16 déc	samedi 17 déc	dimanche 18 déc
M	Cœur d'artichaut Pâtes au saumon/épinards	Cœur de palmier Gardianne de taureau Riz de camargues Tome blanche Yaourt nature	Salade pdt au thon Emincé de poulet Navets glacés Rondelé Compote	Tarte betterave/chèvre Jambonneau * Blettes Cantadou fruit	Salade de lentilles * Saucisse de Toulouse* Haricots-verts Six de Savoie Crème catalane	Endives, pommes, noix, roquefort Sauté de porc à la bière* Semoule Edam Fruit	Trio de poivrons Saucisse de volaille Poêlée de panais Froy Beignet chocolat
1	Gouda Fruit	Velouté de panais	Velouté de petit pois	Velouté de courgettes	Velouté de brocolis/poireaux	Velouté poireaux/pois cassés	Velouté d'asperge
S	Potage crecy	Velouté de panais	Velouté de petit pois	Velouté de courgettes	Velouté de brocolis/poireaux	Velouté poireaux/pois cassés	Velouté d'asperge
S+	Encornet à la provençale	Galette complète*	Feuilleté chèvre fondu	Omelette aux oignons/Pdt	Tortelloni ricotta épinard	Tarte chou blanc/bacon/miel *	Quiche aux poireaux
	Liégeois chocolat	Crème dessert praliné	Petit-suisse	Mousse café	Crème brûlée	Liégeois vanille	Yaourt nature
	Taboulé quinoa BIO Boulettes de bœuf BIO Carottes Vichy BIO Gouda BIO Fruit	Nems de volaille Lapin farcie Epinards massala Tome blanche Yaourt nature	Salade verte au fromage Côte de porc charcutière* Flageolets * Rondelé Compote	Concombre Lasagnes au bœuf Cantadou Fruit	Carottes rapées mimosa Curry de saumon Riz Six de Savoie Crème catalane	Salade de pâtes aux asperges Cuisse de poulet Brocolis Edam Fruit	Rosette beurre* Tielle à la Sétoise Salade composée Froy Beignet chocolat

SEMAINE 51

	lundi 19 déc	mardi 20 déc	mercredi 21 déc	jeudi 22 déc	vendredi 23 déc	samedi 24 déc	dimanche 25 déc
M	Salade chou rouge à l'orange Palette de porc à la diable* Petit-pois à la Française* Mimolette Compote	Terrine de légumes Rissollette de veau Purée de patate douce Comté Fromage blanc	Tarte fine Saint-Jacques miel/curry Fondant de poulet farci aux cèpes Gratin pdt/fagot légumes Fromage à la coupe Buchette pâtissière	Cake au thon Paupiette de dinde Aubergines à la Parmigiana Tartare Fruit	Betterave ravigote Hachi-parmentier	Salade de courgettes Navarin d'agneau	Terrine forestière Chausson dinde bolognaise Carottes Boursin Paris-Brest
1	Velouté de navet	Soupe à l'oignon	Velouté de bolet	Velouté de céleri	Soupe de lentilles	Velouté de carottes	Velouté de cresson
S	Velouté de navet	Soupe à l'oignon	Velouté de bolet	Velouté de céleri	Soupe de lentilles	Velouté de carottes	Velouté de cresson
S+	Tomate farcie au taboulé	Croqu'œuf à la dinde	Feuilleté de Noël	Crêpe aux fruits de mer	Falafel de pois chiche	Crispy de blé	Wrap au poulet
	Petit-suisse	Crème brûlée	Clémentines	Mousse au citron	Yaourt aux fruits	Crème dessert caramel	Yaourt aromatisé
	Coquillettes mâche mimosa Bœuf potiron et olives	Salade riz/saumon/brocolis Emincé de pois et de blé Navets à la crème Comté Fromage blanc	Tarte fine Saint-Jacques miel/curry Fondant de poulet farci aux cèpes Gratin pdt/fagot légumes Fromage à la coupe Buchette pâtissière	Salade Coleslaw Crozés Savoyard* Tartare Fruit	Blé à la Niçoise Thon à la tomate Côtes de blette Saint moret Marbré Italien	Cervelas * Aiguillette de canard Purée céleri/marrons/oignons Saint paulin Fruit	Macédoine de légumes frais Rôti de porc * Gnocchis champignons/épinards Boursin Paris-Brest

SEMAINE 52

	lundi 26 déc	mardi 27 déc	mercredi 28 déc	jeudi 29 déc	vendredi 30 déc	samedi 31 déc	dimanche 01 janv
M	Salade tomates mozzarella Paëlla *	Cœur de palmier Bourguignon de joue de bœuf Pdt Grenaille Bleu Yaourt nature	Salade haricots vert Alouette de bœuf Varoise Polenta à la tomate Vache qui rit Compote	Salade Napolitaine Paupiette de veau chasseur Flageolets Tome noire Fruit	Salade de pois chiche Poulet Brocolis et poivrons sautés	Feuilleté volaille/pomme Sauté de chevreuil Poêlée courges/girolles Fromage à la coupe Montagne exotique	Mousse de canard Boulettes de bœuf oignons Tian de courgettes mozza Brebicrème Tarte chocolat
1	Emmental Fruit	Velouté de courgettes	Velouté de potiron	Velouté de champignons	Crème de volaille	Bisque de homard	Velouté de cresson
S	Potage dubarry	Velouté de courgettes	Velouté de potiron	Velouté de champignons	Crème de volaille	Bisque de homard	Velouté de cresson
S+	Crumble butternut chorizo *	Quiche au chou fleur	Croissant jambon/emmental*	Courgette farcie	Calamars à la romaine	Tarte tatin pomme/canard	Chou farci/riz
	Crème dessert chocolat	Liégeois vanille	Mousse au citron	Mousse chocolat au lait	Crème dessert caramel	Clémentines	Yaourt à la Grecque
	Salade Auvergnate Wok de nouilles au canard et noix de cajou Emmental Fruit	Panibuns Aile de raie Poêlée de légumes au pesto Bleu Yaourt nature	Nems Effiloché d'agneau Haricots beurre Vache qui rit Compote	Tarte reblochon et pommes Filet mignon au lard * Poêlée méridionale Tome noire Fruit	Tartare de légumes Tartiflette *	Feuilleté volaille/pomme Sauté de chevreuil Poêlée courges/girolles Fromage à la coupe Montagne exotique	Céleri remoulade maison Tagliatelles à la citrouille/jambon cru Brebicrème Tarte chocolat

SEMAINE 52