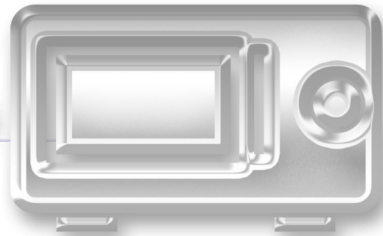


Voici les menus que la Cuisine de St Quentin te propose pour les prochains mercredis avec une idée recette à réaliser avec tes amis !!



### Mercredi 04 Janvier 2017

Pizza fromage  
Paupiette de veau  
Légumes du pot  
Cocktail de fruits

### Mercredi 11 Janvier 2017

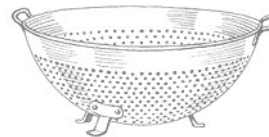
Œuf dur mayonnaise  
Fricadelle de bœuf  
H. vert / H. beurre  
Compote de pommes

### Mercredi 18 Janvier 2017

Salade verte  
Parmentier de canard  
Chou à la crème

### Mercredi 25 Janvier 2017

Terrine de campagne  
Normandin sauce chasseur  
Mijoté de légumes  
Pomme



### Riz cantonais

*Pour 4 personnes : 250g de riz basmati ~ 3 œufs ~ 2 tranches de jambon blanc ~ 100g de petits pois cuits (1 tasse) ~ beurre ~ sel et poivre*

Dans une casserole, faire cuire le riz en suivant les indications sur le paquet. Ajouter les petits pois 3 minutes avant la fin de cuisson. Dans un bol, casser les œufs, saler, poivrer et les battre en omelette. Faire cuire l'omelette dans une poêle, comme une crêpe, avec un peu de beurre. Lorsqu'elle est cuite, la couper en fines lanières. Puis, couper le jambon en fines lanières également. Egoutter le riz et les petits pois. Les verser dans un saladier, puis ajouter les lanières de jambon et d'omelette. Servir chaud.

**Bon appétit bien sur !**

*Astuce du chef : Sers ton riz cantonais dans des petits bols individuels.*



Voici les menus que la Cuisine de St Quentin te propose pour les prochains mercredis avec une idée recette à réaliser avec tes amis !!



### Mercredi 25 Janvier 2017

Terrine de Campagne  
Normandin sauce chasseur  
Mijoté de légumes  
Pomme

### Mercredi 01 Février 2017

Pizza fromage  
Hoki sauce américaine  
Riz  
Fromage blanc sucré

api

### Mercredi 08 Février 2017

Céleri rémoulade  
Rôti de porc  
Epinard / Pdt  
Ile flottante

## Vacances D'Hiver

### Flan aux courgettes

*Pour 6 personnes : 1 pâte brisée ~ 4 courgettes ~ 4 cL d'huile d'olive  
~ 25 cL de lait ~ 250g de crème fraîche ~ 2 œufs ~ 2 jaunes d'œufs ~  
basilic ~ sel et poivre*

Préchauffer le four à 220°C (th.7). Pendant ce temps, laver les courgettes, les couper en rondelles sans les éplucher. Ciseler le basilic. Dans une poêle, faire chauffer l'huile d'olive, puis faire revenir les rondelles de courgettes. Saler, poivrer et parsemer de basilic. Laisser refroidir. Dans un grand saladier, mélanger le lait et la crème, ainsi que les œufs et les jaunes d'œufs. Remuer l'ensemble au fouet et assaisonner avec du sel et du poivre. Dérouler la pâte brisée dans un plat à tarte en laissant le papier de cuisson. Mettre les courgettes froides sur la pâte et recouvrir de la préparation. Cuire pendant 25 minutes. Servir bien chaud

**Bon appétit bien sur !**