

TRUCS & ASTUCES POUR UTILISER LES RESTES.

ASTUCE 1 :

Pour ne pas jeter les restes de légumes et de viandes, on pense aux quiches, aux gratins, aux soupes ou on hache le tout façon "hachis parmentier".

ASTUCE 2 :

Pour utiliser les fruits abîmés, on les cuit pour faire une compote tutti-frutti ou on mixe le tout pour un smoothie vitaminé !

ASTUCE 3 :

Pour ne pas jeter le pain, on utilise le pain rassis en le grillant pour faire des croûtons pour la soupe ou des mouillettes pour les oeufs à la coque. On en profite pour faire un dessert gourmand, pudding ou pain perdu.

UNE SAISON...UNE RECETTE

Le Pain perdu et sa compotée de pommes

Ingrédients pour 4 personnes : 4 pommes, un peu d'eau, 1 oeuf, 10 cl de lait, 2 c.à s. de sucre, 4 tranches de pain et un peu de beurre.



Laver, éplucher et couper les pommes en cubes. Les mettre dans une casserole avec un fond d'eau ; Laisser compoter 15 min à feu doux.



Battre l'oeuf avec le lait et le sucre. Tremper les tranches de pain dans la préparation.



Faire dorer les tranches de pain à la poêle avec le beurre.

Astuce

Pour cette recette, pensez à utiliser du pain un peu rassis et des pommes abîmées que vos enfants n'auraient pas mangé.



NOVEMBRE-DÉCEMBRE 2017

Soyons Complices à table !

Ensemble,
réduisons les déchets

PLUS C'EST
PETIT
PLUS C'EST
JOLI

ÉDITO

Participons tous
à la Semaine Européenne
de Réduction des Déchets !

Toujours engagé dans la lutte contre le gaspillage alimentaire, API Restauration participe comme chaque année à la **Semaine Européenne de Réduction des Déchets**, événement coordonné en France par l'ADEME et le Ministère de la Transition Energétique et Solidaire.

Elle a lieu cette année du **18 au 26 novembre 2017**. Nous mènerons à cette occasion **des actions de sensibilisation** à la réduction des déchets alimentaires et d'emballage dans nos restaurants.

Nous continuerons aussi à développer nos engagements pour **favoriser le tri sélectif, le recyclage et la valorisation des déchets** qui sont autant de bonnes pratiques à appliquer et à partager au quotidien, pour tendre toujours plus vers le « **Zéro Déchet** ! ».

Salutations gourmandes,
Le pôle nutrition.

Rencontres
Durables

Plus d'info sur <http://evenements.developpement-durable.gouv.fr>

api

Conception O'MAP



lundi 13 novembre	mardi 14 novembre	jeudi 16 novembre	vendredi 17 novembre
SALADE VERTE	COLESLAW	MACEDOINE DE LEGUMES	SALADE MARCO POLO
ACCRA DE POISSON	SAUCISSE FUMEE	ROTI DE BŒUF SAUCE DIJONNAISE	ŒUFS
GRATIN DE CHOUX FLEURS	POMMES VAPEUR	RIZ PILAF	A LA FLORENTINE
CARRE FRAIS	CANCOILLOTTE	PETIT SUISSE	CAMEMBERT
MUESLIA U CHOCOLAT	COMPOTE POMMES-MYRTILLES DU CHEF	FRUIT DE SAISON	FRUIT DE SAISON

lundi 20 novembre	mardi 21 novembre	jeudi 23 novembre	vendredi 24 novembre
SURMI SAUCE AURORE	SALADE AU VINAIGRE DE FRAMBOISE	CAROTTES A L'ORANGE	VELOUTE DE COURGES AU CURCUMA
TORTELLINI LA VIANDE	CHOUROUTE	POULET	FILET DE POISSON SAUCE BEURRE BLANC
SAUCE FROMAGERE	GARNIE	A LA BASQUAISE	RISOTTO
ST NECTAIRE	CHANTENEIGE	TARTARE	PETIT SUISSE
FRUIT DE SAISON	CREME DESSERT	CAKE POIRES-CANNELLE (FARINE)	FRUIT DE SAISON

lundi 27 novembre	mardi 28 novembre	jeudi 30 novembre	vendredi 01 décembre
CELERI REMOULADE	BETTERAVES SAUCE BULGARE	DUO DE CAROTTES SAUCE CITRON	ŒUF MAYONNAISE
TARTE AUTHON	STEAK HACHE AU JUS	PAUPIETTE DE VEAU A L'ESTRAGON	SPAGHETTIS
DUO DE FLEURETTE	SEMOULE	CRUMBLE DE COURGETTES	A LA CARBONARA
BRIE	EMMENTAL	FROMAGE BLANC	YAOURT
BRASSE AUX FRUITS + MADELEINE	FRUIT DE SAISON	GATEAU BASQUE	FRUIT DE SAISON

Menu de la team

lundi 04 décembre	mardi 05 décembre	jeudi 07 décembre	vendredi 08 décembre
PATE DE FOIE + CORNICHONS	SALADE DE RIZ	CHOU ROUGE AUX RAISINS	BETTERAVES VINAIGRETTE
LASAGNES	CORDON BLEU	ROTI DE PORC SAUCE PROVENCALE	PAVE DE POISSON ET SON CRUMBLE AU PAIN D'EPICES
DU CHEF	PRINTANIERE DE LEGUMES	HARICOTS BEURRE	CŒUR DE BLE
CAMEMBERT	PETIT SUISSE	EMMENTAL	TOMME GRISE
FRUIT DE SAISON	FRUIT DE SAISON	FLAN PATISSIER	FRUIT DE SAISON

lundi 11 décembre	mardi 12 décembre	jeudi 14 décembre	vendredi 15 décembre
COLESLAW	HARICOTS VERTS SAUCE ECHALOTE	CHOU LA FRANCOMTOISE	CREPE FOURREE
CASSOLETTE DE POISSON	TAJINE D'AGNEAU	GARDIANE DE BŒUF	OMELETTE A LA CIBOULETTE
RIZ THAI	SEMOULE	POELEE DE CAROTTES	PUREE DE COURGETTES
CANTAFRAIS	PETIT SUISSE	MIMOLETTE	YAOURT
COMPOTE DE POMMES	FRUIT DE SAISON	GATEAU AUX PEPTITES DE CHOCOLAT	FRUIT DE SAISON

Menu de la team

lundi 18 décembre	mardi 19 décembre	jeudi 21 décembre	vendredi 22 décembre
RADIS	DUO DE CHOUX AUX RAISINS	DUO DE TOAST	CŒURS D'ARTICHAUTS VINAIGRETTE
STEAK HACHE SAUCE ECHALOTE	EMINCE DE VOLAILLE SAUCE A L'ANCIENNE	ROTI DE DINDE SAUCE MANDARINE	FILET DE COLIN SAUCE DUGLERE
POMMES VAPEUR	SALSIFIS PERSILLES	POMMES DUCHESSE	RIZ CREOLE
BRIE	CARRE PRESIDENT	DUO DE FROMAGE	YAOURT
FRUIT DE SAISON	MOUSSE AU CHOCOLAT	DESSERT DE NOEL DU CHEF	FRUIT DE SAISON

Repas de Noël

L'équipe d'Api restauration vous souhaite une belle année 2018



lundi 08 janvier	mardi 09 janvier	jeudi 11 janvier	vendredi 12 janvier
SALADE DE POMMES DE TERRE	JULIENNE DE BETTERAVES	SALADE VERTE VINAIGRETTE	VELOUTE DE LEGUMES
DOS DE COLIN A L'HUILES D'OLIVES	AIGUILLETES DE VOLAILLE SCE CURRY	TARTIFLETTE	BLANQUETTE DE DINDE
CHOUX FLEURS	SEMOULE AUX PETITS LEGUMES	DU CHEF	CAROTTES
CHANTENEIGE	YAOURT		ST MORET
FRUIT DE SAISON	FRUIT DE SAISON	FRUIT DE SAISON	GALETTE DES ROIS

