



Lundi 29 mars 2021	Mardi 30 mars 2021	Mercredi 31 mars 2021 CENTRE DE LOISIRS	Jeudi 1 avril 2021	Vendredi 2 avril 2021 TERROIR VAUVERT
Tarte aux 3 fromages Pané de poisson Haricots verts Petit suisse nature Fruit de saison	Batavia Haut de cuisse grillé Torsade Rapé Compote	Potage de légumes Tielle à la sétoise Salade océane Flan au caramel	Quinoa en folie Œufs gratinés sce aurore de St Laurent d'aigo Choux fleurs persillés Yaourt à la vanille au lait entier des Alpes Madeleine	Charcuterie de notre terroir Gardianne de taureau de nos pâturages Riz des canards de St Gilles Fromage du trident Fraise à la croq de Gallician
Lundi 5 avril 2021 FERIE	Mardi 6 avril 2021	Mercredi 7 avril 2021 CENTRE LOISIRS LOCAL	Jeudi 8 avril 2021 MENU DU NORD	Vendredi 9 avril 2021
	Feuille de chêne Quenelle béchamel Petit pois aux oignons Tomme des Pyrénées Salade de fruit	Asperges des sables en vinaigrette Agneau grillé de Gallician Pommes de terre grenaille Fromage Fraise à la croq de Gallician	Méli-melo de salades Veau à la normande Haricots beurre persillés Gouda Tarte à la normande	Pizza Poisson frais selon arrivage Poêlée méridionale Yaourt Fruit de saison
Lundi 12 avril 2021	Mardi 13 avril 2021 LOCAL	Mercredi 14 avril 2021 CENTRE DE LOISIRS	Jeudi 15 avril 2021 BIO	Vendredi 16 avril 2021 ORIENTAL
Choux rouge en vinaigrette Saucisse grillée aux herbes de Gallician Carottes des sables à la crème Yaourt d'Ardèche Lunette à la myrtille	Salade verte à l'huile d'olive de Gallician Brandade de Nîmes et purée de pomme de terre Fromage Purée de fruit du Pays d'Arles	Macédoine mayonnaise Croissant garni Salade carnaval Crème brûlée	Salade de betteraves aux amandes Ravioli aux légumes du soleil Tomme de vache Fraise à la croq de Gallician	Salade aux raisins secs Sauté d'agneau au curry Semoule Agrumes au sirop
Lundi 19 avril 2021 CENTRE DE LOISIRS	Mardi 20 avril 2021 CENTRE DE LOISIRS	Mercredi 21 avril 2021 CENTRE DE LOISIRS	Jeudi 22 avril 2021 CENTRE DE LOISIRS	Vendredi 23 avril 2021 CENTRE DE LOISIRS
Salade verte Bœuf stroganoff Ebly Fromage Pomme au four	Jambon blanc au beurre et cornichons Escalope de dinde au court bouillon Brocolis sauce mornay Yaourt Fruit de saison	Avocat vinaigrette Moules marinières Frites Sundae au caramel beurre salé	Cocktail de crudités Risotto d'asperges Camarquais Fromage de nos pâturages Fraise de Gallician	Radis au beurre sel Poisson frais selon arrivage Haricots plats persillés Fromage Cake au pépite de chocolat

Origine des viandes : France Appellation d'origine contrôlée ou protégée : Produits issus de l'agriculture biologique : Produits issus d'un ESAT : (Etablissement de soin et d'aide par le travail)

Fait maison : Produits local ou de proximité : Circuit court : Direct producteur : Poisson frais :

En cas de problèmes d'approvisionnement ou de problèmes techniques, les menus pourront être modifiés

Monsieur BRESUN est un producteur d'asperges des sables sur la commune d'Aigues Mortes.

Elles sont récoltées à partir de fin Mars et jusqu'au mois de Mai, et sont cultivées dans les terres sablonneuses.

L'asperge blanche voit à peine le soleil d'où sa couleur, si on la laisse un peu plus elle est violette et ensuite quelques jours après elle devient verte car elle a profité du soleil quelques jours de plus.

Quelques variétés : La Grolim, la Vitalyn, la Maxin et la Rambo...



Angélique cultive des fraises sur le hameau de Gallician depuis 2016. Elles sont cultivées en pleine terre, sous serre non chauffée. La période de récolte commence début Mars jusqu'à mi Juin. Elles sont plantées vers le 10 décembre pour une cueillette vers le 10 mars. Elle a pour projet de passer en HVE (Haute Valeur Environnementale) ce qui garantit les pratiques agricoles utilisées sur l'exploitation et préserve l'écosystème naturel en réduisant au minimum la pression sur l'environnement (sol, eau, biodiversité). Le conditionnement est 100% recyclable.

Quelques variétés de sa production : La Clery et la Dream.



Recette Risotto d'asperges Camarquais

Pour 4 personnes : Sel, Poivre, 300g de Riz Canard des Rizières, une botte d'Asperges vertes fines, 50g de beurre, 1 oignon ou 2 échalottes, 15cl de vin blanc, 1L de bouillon de Légumes, 100g de Parmesan
Cuisson : 30min

- Préparer les asperges en cassant le bas de l'asperge d'un coup sec, les peler si nécessaire
 - Couper en tronçons en réservant les pointes
 - Faire fondre le beurre et y mettre à suer les échalottes ou l'oignon finement coupés
 - Ajouter les asperges sans les pointe et faire cuire doucement pendant 5 min
- Ajouter le riz et remonter le feu, ajouter le vin blanc, le bouillon de légumes chaud en 3 fois que l'on ajoute à chaque fois qu'il est absorbé
 - Le riz ne doit pas être croquant mais crémeux, ne pas trop salé, bouillon, vin et fromage le feront
- A mi-cuisson on ajoute les pointes d'asperges. Goûter pour vérifier la cuisson du riz et poivrer, puis verser le parmesan râpé fin et une noix de beurre et bien mélanger pour qu'ils fondent
 - Servir très chaud