

# Newsletter



Fromente - Saint François  
Ecole, Collège  
L'Institut de la Gastronomie - 49370 Saint-Denis-de-la-Rivière

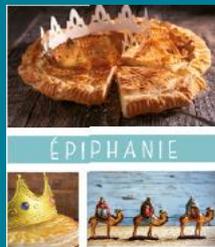
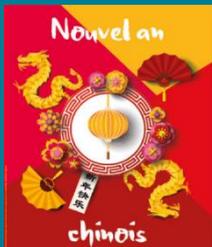
LA LETTRE D'INFORMATION DE VOTRE RESTAURANT

Ce mois-ci...



## Les Animations

- Epiphanie, Chandeleur
- Nouvel an chinois



Un vrai succès !

Des moments festifs et gourmands pour agrémenter le quotidien



## Les Produits locaux

Favoriser les filières courtes et les produits frais

Dans les champs de la région...

Les produits bons et sains se trouvent souvent à quelques pas de nos cuisines.

Nous sensibilisons les convives à la saisonnalité, la fraîcheur et les bienfaits nutritionnels des produits locaux.

- Pommes Golden, Royal gala et Red chief de St Genis Laval (69)
- Oignons, tomates, choux blanc et betteraves de Miribel (01)
- Carottes de Vesines (01)
- Celeri rave de Manziat (01)
- Poires de Contamine Sarzin (74)



## Le « Fait maison »

Le savoir-faire et l'implication de nos équipes

- MOUSSE STRACCIATELLA
- MOELLEUX FROMAGE BLANC ET VANILLE
- PAIN DE LEGUMES
- POTAGE DE CHOUX FLEURS
- SMOOTHIE BANANES ET POMMES
- RAITA DE CONCOMBRE
- PANNA COTTA AUX FRAMBOISES RIZ AU LAIT A LA BANANE
- SMOOTHIE A LA MANGUE ET VANILLE
- CAKE BRISURE DE DAIM
- CHEESECAKE AUX SPECULOOS

Donner le meilleur aux élèves !

## La recette du mois

### Crêpes (6pers)

Dans un saladier, versez la farine et les œufs. Puis progressivement ajoutez le lait tout en mélangeant avec votre fouet. Ajoutez la pincée et le sucre

Laissez reposer la pâte à crêpe si possible une heure

Faites chauffer une poêle, une fois chaude, versez un peu de beurre pour graisser la poêle

Versez une demi-louche de votre pâte à crêpe et faites cuire 1 à 2 minutes par face

Voilà vos crêpes sont prêtes, vous pouvez maintenant les déguster

### Ingrédients

- Farine 150g
- Lait 300g
- Œuf 2 pièces
- Sel 1g
- Sucre 20g

Accompagnement au choix

**Bon appétit !**

**A**  
venir

Tout est rond tout est bon – Jeudi 22 mars 2019

# Newsletter

LA LETTRE D'INFORMATION DE VOTRE RESTAURANT



Fromente - Saint François  
Ecole, Collège  
L'Institut Chrétien - 40200 Saint-Denis-les-Martins

## Epiphanie 2019



## Chandeleur 2019



**L'EQUIPE ELIOR ENSEIGNEMENT A VOTRE SERVICE !**

# Newsletter

LA LETTRE D'INFORMATION DE VOTRE RESTAURANT



Fromente - Saint François  
Ecole, Collège  
Lycée de Clermont - 63071 Saint-Denis-les-Mines

Cours de cuisine des 6ème- Mercredi 16 Janvier 2019



## CONFECTION DE LA GALETTE DES ROIS



**L'EQUIPE ELIOR ENSEIGNEMENT A VOTRE SERVICE !**

# Newsletter

LA LETTRE D'INFORMATION DE VOTRE RESTAURANT



Fromente - Saint François  
École, Collège  
L'Institut de la Gastronomie - 40200 Saint-Denis-les-Bois

Nouvel an chinois – Jeudi 7 février 2019



**L'ÉQUIPE ELIOR ENSEIGNEMENT À VOTRE SERVICE !**

# Newsletter

LA LETTRE D'INFORMATION DE VOTRE RESTAURANT



Fromente - Saint François  
École Collège  
Lycée de Champagne - 51270 Saint-Denis-lès-Val

Cours de cuisine des 6ème- Mercredi 13 février 2019



**L'EQUIPE ELIOR ENSEIGNEMENT A VOTRE SERVICE !**