

Newsletter



Fromente - Saint François
Ecole, Collège
L'Institut de la Gastronomie - 49370 Saint-Denis-la-Plaine (47)

LA LETTRE D'INFORMATION DE VOTRE RESTAURANT

Ce mois-ci...



Les Animations

☐ Au resto à la plage



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

- TERRINE DE SARDINES
- TARTELETTE FRUITS ROUGES
- SMOOTHIE BANANE ET FRAISE
- SOUPE FROIDE ANDALOUSE
- CAKE AU MIEL
- MOELLEUX AUX FRAMBOISES
- PANNA COTTA AUX FRAMBOISES
- PAIN DE LEGUMES
- CAKE AUX DEUX AMADES
- ORANGES AUX DEUX EPICES
- TARTE FEUILLETEE AUX FRAISES
- CHARLOTTE AUX FRAISES EN VERRINE
- ŒUF EN NEIGE AU CARAMEL

Donner le meilleur aux élèves !

La recette du mois

Terrine de sardines (6pers)

Mélanger les œufs avec le fromage blanc

Ajouter la semoule fine, la ciboulette hachée, l'ail et le sel fin.

Mélanger à part les sardines avec l'huile de la boîte

Mélanger tout l'ensemble
Cuire dans une terrine à cake graissée environ 50 minutes à 160°C

Vérifier la cuisson à l'aide d'une pointe de couteau

Réserver au frais

Servir en tranche accompagné d'une sauce à l'aneth et d'un morceau de citron

Ingrédients

- 160g de fromage blanc
- 2 Œufs
- 1 boîte de sardines à l'huile
- 50g de semoule fine
- ail et ciboulette
- Sel

Bon appétit !

A venir

Rentrée 2019 - 2020

Newsletter

LA LETTRE D'INFORMATION DE VOTRE RESTAURANT



Fromente - Saint François
Ecole, Collège
L'Institut Champagnon - 49200 Saint-Denis-la-Plaine

Au resto à la plage – 23 et 24 mai 2019



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 - 40271 Saint-Denis-la-Plage

Au resto à la plage – 23 et 24 mai 2019

ENTREES

Pain de sardines
Gaspacho à la tomate
Wraps crudités
Salade niçoise
Tomate farcis au thon

PLATS

Gratin de moules
Beignets de calamars
Hot dog
Frites
Ratatouille

DESSERTS

Beignets chocolat-noisette
Tartelettes framboise-mangues
Duo de glaces chocolat-vanille
Churros
Melon jaune



L'EQUIPE ELIOR ENSEIGNEMENT A VOTRE SERVICE !

Newsletter

LA LETTRE D'INFORMATION DE VOTRE RESTAURANT



Fromente - Saint François
École, Collège
Lycée de Champagne - 40200 Saint-Denis-les-Bois

Cours de cuisine – Mercredi 12 juin 2019



L'EQUIPE ELIOR ENSEIGNEMENT A VOTRE SERVICE !

Newsletter

LA LETTRE D'INFORMATION DE VOTRE RESTAURANT



Fromente - Saint François
Ecole, Collège
L'Institut Charron - 40200 Saint-Denis-les-Pots

Autour de la fraise – Jeudi 20 juin 2019



L'EQUIPE ELIOR ENSEIGNEMENT A VOTRE SERVICE !