

A table – du lundi 18 septembre au vendredi 22 septembre 2023

« Les légumes racines » Thème « semaine du goût Suisse et Fourchette Verte »

Lundi 18 septembre 2023 <i>Semaine du goût</i>	Mardi 19 septembre 2023 <i>Semaine du goût</i>	Mercredi 20 septembre 2023 <i>Semaine du goût</i>	Jeudi 21 septembre 2023 <i>Semaine du goût</i>	Vendredi 22 septembre 2023 <i>Semaine du goût</i>
 Radis boule Pâtes sauce tomate Fromage râpé Poêlée de légumes racines Pomme GRTA Le radis est souvent consommé cru. Toutes les parties de la plante sont comestibles, bien que soit plus consommé. La peau et la chair du radis peuvent être de différentes couleurs, dont la plus courante est le rouge. Certaines variétés peuvent être bicolores, roses, violettes, vertes, blanches ou noires.	 Salade mêlée GRTA Omelette Purée de pomme de terre et betterave Duo de carotte orange GRTA et racine de persil Yogourt nature au sucre suisse (Issu de la culture de la betterave sucrière) La betterave est une plante surtout cultivée pour sa racine. On distingue trois sortes de betteraves : la betterave potagère, la betterave fourragère et la betterave sucrière. Cette dernière est très intéressante car elle permet, entre autres, la production de sucre mais aussi de carburant !	Concombre Colin Fish and chips Riz pilaw Purée de carotte et panais Fruit frais Savez-vous que le panais fait partie des légumes les plus anciens? Les peuples du bassin méditerranéen consommaient le panais bien longtemps avant notre ère. En Grèce et en Italie il était notamment reconnu comme un diurétique et avait la propriété de supprimer ou de diminuer la fièvre. Au Moyen Âge, le panais est devenu un des ingrédients principaux de la majorité des recettes médiévales. Néanmoins la bourgeoisie le considérait « mauvais » pour la santé. Après avoir été oublié pendant longtemps, ce légume fait un grand retour en cuisine aujourd'hui.	Salade de radis noir vinaigrette sésame Filet de poulet (Suisse) sauce Chimichurri Poêlée de navets GRTA au miel Pâtes Gâteau à la carotte Le navet ou rave, est cultivée comme plante potagère ou fourragère pour sa racine parfois allongée, conique ou arrondie... Il est consommé comme légume. Sa couleur varie entre jaune pâle, blanche, grise ou noire, bicolore rose-blanc... Le navet est quelquefois plus ou moins sucrée, d'autres fois piquante et un peu âcre.	Hachis parmentier de patate douce (Bœuf Suisse) Trio de crudités racines (Carotte GRTA, céleri GRTA, betterave crue GRTA) Fruit frais La patate douce est une plante vivace dont la culture se fait dans les régions tropicales et subtropicales telles que l'Amérique Centrale, le Pérou ou les Philippines. Elle est cultivée pour ses tubercules comestibles. Selon les variétés, la pelure et la chair de la patate douce peuvent être blanches, jaunes, orange ou pourpre.
Cette semaine du goût aura une saveur particulière cette année. Le thème tourne autour des légumes racines. Nous souhaitons vous faire goûter ces légumes souvent méconnus. Des légumes de nos campagnes qui prenaient une place importante dans la culture alimentaire de vos parents et grands-parents. Cette semaine, rendez visite, appelez vos grands parents et dites-leur si vous avez aimé ces légumes. Ces légumes font partis de notre histoire et certaines fois nous les appelons les « légumes oubliés ». Ils sont souvent riches en couleurs, en vitamines et en variétés. Alors ouvrez vos papilles, fourchette à la main et régalez vous avec ces légumes aux saveurs surprenantes. Nous vous souhaitons un bon appétit et de belles découvertes.				

Tous les jours, notre pain fait maison GRTA accompagne le repas, sauf lorsqu'un pain spécial est indiqué.

« L'astérisque (*) signifie que le plat ne répond pas aux exigences du Label Fait Maison ».

« Pour des raisons sanitaires, nous recourons à des fonds et bouillons industriels ne répondant pas aux exigences du Label Fait Maison ».

