

Produits hors marché

10 oeufs

1l de lait

0.300kg sucre

0.100kg de farine

0.200kg de beurre

½ verre d'huile de tournesol

0.600kg de quinoa

huile d'olive

maïzena



Semaine du goût 2011

Les goûts sur le marché

Mardi

Départ sur le marché de Camaret sur Aigues

Nous devons trouver les produits suivants:

- Tomates
- Fromage de chèvre
- Courge
- les fruits de saison (pommes, figues, fruits secs...)
- oeufs
- citron
- orange
- champignons ???
- oignons
- échalotes
- ail

De retour à la crèche, nous observons et goûtons les produits que nous avons trouvés.

Jeudi

Confection du repas par les enfants de la crèche.

Un groupe d'enfants cuisine les

Tartes aux tomates et chèvre

Un autre groupe d'enfants cuisine un

Velouté de courge et quinoa aux champignons

Le troisième groupe d'enfants cuisine un

Clafoutis aux fruits de saison

A 16h00 goûter

avec le gâteau au chocolat de Benoît

Tarte aux tomates et chèvre

(4 personnes)

150 g de pâte sablée

4 tomates

1 oignon

1 gousse d'ail

1 branche de thym

1 feuille de laurier

1 chèvre doux

2 oeufs

huile d'olive

Maïzena

Mettre les ingrédients en cuisson pour faire un coulis de tomates

Étaler la pâte et saupoudrer de maïzena.

Mélanger les oeufs et le coulis puis verser sur la tarte.

Ajouter le chèvre couper en morceaux.

Cuire environ 35mn à 220°C.

Velouté de courge et quinoa aux champignons

(pour 4 pers.)

1 kg de courge muscade

2+1 gousses d'ail

50ml. d'huile d'olive

sel, poivre, muscade

1 branche de thym

100ml de crème

1 verre de quinoa

1 échalote

200g de champignons selon la saison

beurre

Couper en gros morceaux la courge et la faire revenir dans l'huile d'olive. Ajouter l'ail et les assaisonnements. Laisser cuire à couvert jusqu'à ce que la courge soit fondante.

Mixer la préparation finement et ajouter la crème.

Cuire le quinoa

Mettre à suer les champignons dans le beurre avec la gousse d'ail et ajouter au quinoa.

Déposer une quenelle de quinoa sur le velouté.

Déguster chaud.

Clafoutis aux fruits de saison

3 oeufs
300ml de lait
100g sucre
30g de farine
50g de beurre
50g de vergeoise blonde
huile de tournesol
2 pommes
2 poires
1 pincée de sel

Laver, éplucher et couper en cube les fruits et les mettre dans un moule.

Mélanger 2 oeufs, le sucre, la farine, l'huile et une pincée de sel. Verser sur les fruits et enfourner pendant environ 35 mn à 220°C. Pendant la cuisson, faire fondre le beurre, le sucre et ajouter 1 oeuf.

Verser la préparation sur le gâteau et remettre au four jusqu'à coloration.



Menu Aux goûts du marché

Apéritif

Jus de fruits (orange, clémentine, citron)

Tarte aux tomates et chèvre

Velouté de courge et quinoa aux champignons

Clafoutis aux fruits de saison

Goûter

Gâteau au chocolat



Menu Aux goûts du marché

Apéritif

Jus de fruits (orange, clémentine, citron)

Tartes aux tomates et chèvre

Velouté de courge et quinoa aux champignons

Clafoutis aux fruits de saison

Goûter

Gâteau au chocolat