

# Menus des Mercredis : Février / Mars 2019

## MERCREDI 27 FÉVRIER

Taboulé

Sauté de boeuf sauce tomate

Duo brocolis / carottes

Camembert

Cocktail de fruits

## MERCREDI 06 MARS

Pamplémousse et sucre

Omelette sauce mornay

Semoule / Ratatouille

Carré fondu

Eclair chocolat

## MERCREDI 13 MARS

Salade verte

Carbonara

Pâtes

Carré de ligueil

Crème dessert chocolat

## MERCREDI 20 MARS

Surimi mayonnaise

Tartiflette

Petit moulé nature

Ile flottante

## RECETTE DU MOIS

### **Milk shake à la banane**

Pour 6 personnes : 2 bananes ~ 6 boules de glace à la vanille ~ le jus d'un demi citron ~ 1 verre de lait ~ 1 yaourt bulgare ~ 1 sachet de sucre vanillé

Eplucher les bananes et les couper en rondelles. Les mettre dans un mixeur avec le jus de citron. Ajouter le lait, la glace, le yaourt et le sucre vanillé. Mixer le tout. Répartir le milk shake dans quatre verres. Servir immédiatement.

### **Bon appétit !!**

*Petite astuce : Pour un milk shake plus exotique, remplace la glace vanille par un sorbet ananas ou noix de coco !*