

A la table des gourmands – du lundi 19 août au vendredi 13 septembre 2024



Lundi 19 août <i>Bonne rentrée</i>	Mardi 20 août	Jeudi 22 août <i>Le Japon</i>	Vendredi 23 août 
Emincé de bœuf (Suisse) Stroganof Spätzli Panaché de légumes GRTA Nectarine	Wraps poulet (Suisse) à la mexicaine Crudités GRTA et maïs Sauce yogourt Compote pomme abricot	Salade mêlée GRTA Filet de truite (France) teriyaki Riz nature Carottes GRTA rôties aux épices Prune	Pastèque Penne sauce pesto rosso Haricots verts Yogourt framboise
Le teriyaki est une technique de cuisine japonaise. Elle consiste à faire mariner ou à laquer diverses viandes, poissons ou tofu dans une sauce sucrée à base de soja. Le mot japonais renvoie à une manière de cuisiner un plat. En effet, teriyaki (照り焼き) est composé de : teri (照り), pour "lustrer" et yaki (焼き) signifiant "griller"			
Lundi 26 août 	Mardi 27 août	Jeudi 29 août 	Vendredi 30 août <i>Visite en Espagne</i>
Omelette Sauce tomate Cœur de blé Bâtonnière de légumes Fruit frais	Salade verte GRTA Steak haché de bœuf (Suisse) Sauce aux baies roses Mousseline de pommes de terre Brocolis Yogourt nature	Betterave crue râpée GRTA Tortellini ricotta épinard Sauce napolitaine Courgette GRTA Mousse au chocolat	Concombre GRTA Emincé de poulet (Suisse) au chorizo (Espagne) Riz blanc Poêlée andalouse Fruit frais
<i>Focus sur la courgette :</i> 1 Quelle est la saison pour récolter les courgettes : a.) de mai à septembre b.) de novembre à janvier c.) de septembre à décembre 2 La courgette peut se consommer : a.) seulement crue b.) seulement cuite c.) crue et cuite. Le savais tu ? 36 % du territoire genevois est en surfaces agricoles utiles soit un total de 10'050 hectares et 389 exploitations agricoles. La prochaine fois que tu fais tes courses observe le rayon légumes et trouves les courgettes. Attention il y a des pièges. Elles ne sont pas toujours longues ni toujours vertes. A toi de jouer. Réponses 1a et 2c			
Lundi 02 septembre	Mardi 03 septembre <i>Jeune genevois</i>	Jeudi 05 septembre	Vendredi 06 septembre
Tomates cerises GRTA Filet de poulet (Suisse) sauce moutarde Boulgour pilaw Carottes GRTA Tam Tam caramel	Salade de courgettes râpées GRTA Sauté de porc (Suisse) genevoise Spätzli Haricots jaunes Tarte aux pruneaux		Mélange mêlée et crudités GRTA Filet de Colin d'Alaska Fish & Chips Potatoes Ratatouille Yogourt abricot
<i>Le Jeûne genevois est un jour férié spécifique à Genève. Il est fixé au jeudi qui suit le premier dimanche de septembre.</i> <i>A Genève, traditionnellement, des tartes aux pruneaux sont préparées ce jour-là. Elles constituaient initialement le seul repas de la journée, qu'il était possible de préparer la veille.</i>			
Lundi 09 septembre 	Mardi 10 septembre	Jeudi 12 septembre <i>Made in USA</i>	Vendredi 13 septembre 
Radis, pain maison et beurre Farfalle à la bolognaise de lentilles Compote de pommes à la cannelle	Salade de haricots verts Emincé poulet (suisse) au curry et ananas Riz blanc Fruit frais	Hamburger avec pain buns maison Bœuf suisse, gouda, sauce relish, crudités : Salade verte GRTA, tomate GRTA, carotte GRTA Potatoes Glace à l'eau	Risotto au grana padano Tian de légumes Pomme GRTA

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 ».