



## Recette de M. POJURE

### Tarte à la quetsche

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes

Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 250 g de pâte brisée
- 200 g de sucre semoule
- 800 g de quetsches,
- 50 g de semoule de blé très fine
- 1 sachet de cannelle en poudre (quelques grammes)

#### Préparation de la recette :

- Etendre la pâte brisée dans un moule à tarte (de préférence en métal pour faciliter la cuisson du fond) et piquer le fond à l'aide d'une fourchette.
  - Saupoudrer le fond de tarte avec 50 g de sucre.
  - Saupoudrer la semoule (qui absorbera l'excédent de jus) sur le fond de tarte.
  - Laver les quetsches. Couper les quetsches en deux dans le sens de la longueur.
  - Dénoyauter les quetsches.
  - Disposer les demi-quetsches sur le fond en commençant par le bord extérieur du moule, (pulpe vers le haut) sur la tarte en les serrant bien : ainsi, le jus ne coulera pas pendant la cuisson et la pâte restera plus croustillante.
  - Saupoudrer le tout avec 75 g de sucre.
  - Mettre au four chaud préchauffé à 220°C (thermostat 7/8) pendant 30 à 35 mn. Les quetsches doivent être légèrement caramélisées sans que la pâte ne soit brûlée.
  - Laisser tiédir ou refroidir, puis saupoudrer avec le reste de sucre et la cannelle en poudre avant de servir.
- Important :** pour éviter la surabondance de jus pendant la cuisson, n'oubliez pas de saupoudrer le fond de tarte avec la semoule de blé avant d'y disposer les quetsches.



**Menus**  
Du 1er septembre  
au 10 octobre 2014



**Les quetsches sont arrivées  
pour fêter la RENTREE !**

Tout au long de l'année, nous te ferons découvrir des produits de notre belle région.

A commencer par un fruit.

Le sais-tu ?

La quetsche d'Alsace est une magnifique variété de prune, propre à la Lorraine et à l'Alsace, au galbé ovoïde rondonillard et à la robe violet-forcé. A l'intérieur, sa chair jaune contraste et régale de sa douceur, de sa saveur sucrée.

Un délice à croquer !

Bonne rentrée !



Semaine 36  
Du 1er au 5 septembre

LUNDI

Sauté de veau aux herbes  
Petits pois et carottes  
Petits suisses  
Abricots au sirop

\*\* Croqu'tofu au fromage

MARDI

**C'est la rentrée!**

Spaghettis à la bolognaise  
**Salade verte**  
Gruyère râpé  
Pastèque

\*\* Spaghettis à la Napolitaine

MERCREDI

**Salade de tomates** et féta  
Émincé de bœuf au poivre  
**Riz**  
Haricots verts  
**Compote de pommes**

\*\* Flan de légumes

JEUDI

**Salade de pâtes**  
Dos de lieu au citron  
**Pommes de terre au bouillon**  
Épinards à la crème  
Crème dessert au chocolat

VENDREDI

**Salade de betteraves**  
Pilons de poulet  
à la provençale  
Duo de boulgour et quinoa  
**Fromage blanc au miel**

\*\* Pané végétarien  
à la provençale

Semaine 37  
du 8 au 12 septembre

**Grèce**

Salade à la Grecque  
(concombre, **tomates**,  
olives et féta)  
Moussaka  
Riz pilaf  
Yaourt à la grecque-sucre

\*\* Moussaka sans viande

Rôti de porc au miel  
Knepfles

**Carottes braisées**  
Fromage aux herbes  
Poire au sirop

\*/\*\* Omelette à la provençale

**Émincé de dinde** au jus  
Papillons à la tomate  
Yaourt nature

**Pêche**

\*\* Quiche aux légumes  
et salade verte

**Salade de carottes** au fromage  
Sauté d'agneau  
aux champignons  
Pommes de terre persillées  
**Raisins**

\*\* Poêlée de légumes

**Salade de blé**  
Poisson pané  
Légumes du soleil  
**Flan à la vanille**

Semaine 38  
du 15 au 19 septembre

**Légumes à croquer**

**Fromage blanc aux herbes**  
Émincé de poulet  
aux petits oignons  
Jardinière de légumes  
Salade de fruits

\*\* Croqu'tofu

Salade fromagère  
Filet de colin à la tomate  
Pépinettes  
**Céleri aux herbes**  
Fruit de saison

Hachis Parmentier maison  
**Salade mêlée**  
au vinaigre balsamique  
Fromage à tartiner  
Crème dessert au chocolat

\*\* Parmentier de légumes

**Alsace**

Salade de cervelas \*  
Galette de pommes de terre  
Fromage blanc aux herbes  
**Quetsches d'Alsace**

\*/\*\* Œufs à la vinaigrette

Salade de tomates et maïs  
Bœuf bourguignon  
Purée de pommes de terre  
Petits suisses - sucre

\*\* Pâtes farcies au fromage



Semaine 39  
du 22 au 26 septembre

Lasagnes

**Salade verte** - vinaigrette

Comté

**Pomme**

\*\* Lasagne ricotta épinards

**Repas automne**

Velouté de légumes  
Bœuf mode  
Purée de potiron (*Pdt bio*)  
**Fromage blanc à la cannelle**

\*\* Pané végétarien

Saumon grillé  
aux herbes et citron  
Farfalles / Poêlée champêtre  
Petit suisse  
Éclair à la vanille

Œufs à la florentine  
**Pommes de terre au bouillon**  
Camembert  
**Raisin**

Salade de concombre et féta  
Tomate farcie  
Riz pilaf  
Kiwi  
\*\* Gratin de tomates et courgettes

Semaine 40  
du 29 au 3 octobre

Poule au pot  
Légumes du pot  
Pommes de terre  
Munster à la coupe  
Banane

\*\* Potée végétarienne

**Salade de carottes**  
Filet de merlu au curry  
Gratin de légumes  
Crème dessert au chocolat

**Salade d'endives** et fromage  
Rôti de bœuf à l'échalote  
Blé / **Céleri braisé**  
Ile flottante

\*\* Omelette aux herbes

Spaghettis à la carbonara  
**Salade verte**  
Brie  
Salade de fruits

\*\* Gratin de pâtes au saumon

**Repas végétarien**

**Salade de betteraves crues**  
et maïs  
**Croqu'tofu au fromage**  
**Semoule / Ratatouille**  
Yaourt aux fruits

Semaine 41  
du 6 au 10 octobre

**Salade coleslaw**  
Palette à la diable  
Pommes de terre sautées  
Flan à la vanille

\* Rôti de dinde à la diable  
\*\* Quiche au fromage  
et salade verte

Saucisse de volaille grillée  
Coquillettes / **Haricots verts**  
Fromage aux herbes  
Salade d'ananas

\*\* Pané végétarien toscane

Steak haché de bœuf  
Gnocchis à la tomate  
Babybel  
**Orange**

\*\* Gnocchis à la romaine  
Salade verte

Galantine de volaille  
Cornichons  
Filet de colin meunière  
**Purée / Carottes Vichy**  
**Pomme**

\*\* Salade de cœurs de palmier

Omelette piperade  
Gratin de pâtes au brocoli  
Edam  
Beignet au chocolat

Produits issus de l'agriculture biologique

Fruits et légumes de saison

Produits locaux

\*Repas sans porc

\*\*Repas sans viande

Menus susceptibles de varier selon les approvisionnements