

# QUOI DE NEUF CETTE SEMAINE ?

## LES LEGUMES D'HIVER

A chaque saison ses légumes !

En hiver et dans notre région, les agriculteurs récoltent encore beaucoup de légumes : betterave, la famille des courges, carotte, panais, pomme de terre, poireaux...

Certains se conservent en chambre froide.

Le poireau **bio** sera utilisé jeudi pour le velouté, et nous ferons un assortiment entre carotte **bio**, pané et haricot vert le mercredi.



## RECETTE : LA PAËLLA

**Origine** : Ce plat est une spécialité typique espagnole.

**Préparation** : Il existe de nombreuses variantes, en combinant ou non viandes, poissons et fruits de mer.

Commencer par dorer la viande, puis blanchir les oignons, ajouter les poivrons et les épices pour découpler les saveurs.

Puis ajouter le riz qui va cuire avec le jus des légumes.

Enfin, incorporer une tranche de chorizo et les fruits de mer pour compléter.

Notre paëlla sera au menu le jeudi !



DU 19 AU 23 JANVIER 2026



**Collectivités**  
Restauration Collective en circuit court depuis 1996