



LES CASSEROLES
du café

Les Casseroles du Café
5180 Boul Bourque, Sherbrooke
(819) 842-4528 option 1
casserolles@groupemassawippi.com
www.casserollesducafe.com

Les Casseroles du Café
Marche à suivre – Menu du 17 au 22 juillet

À-côtés

Potage épinards et poires

- Réchauffer dans une casserole.

Bruschetta de tomates / Flatbread et miettes de chèvre (Gluten, lactose et œufs)

- Déposer la bruschetta de tomates sur le flatbread et ajouter les miettes de chèvre.
- Passer le tout au four à 350 de 8 à 10 minutes.

Gâteau fromage et mangues (Gluten, œufs et lactose)

- Déguster tout simplement.

Repas (Selon l'ordre suggéré pour la consommation)

Paella toute garnie : poissons, fruits de mer, poulet, saucisses / Mayo style rouille (Fruits de mer, gluten, œufs et lactose)

- Dans une casserole, mettre le riz et la garniture de protéines. Ajouter un peu d'eau ou de vin blanc. Réchauffer tout en remuant.
- Servir avec la mayo style rouille. Suggestion : Servir avec des morceaux de pain grillé.

Salade variété niçoise : végé-pâté, marinade de légumes, courge butternut rôtie, oeuf et émulsion au gingembre (Œufs)

- Mettre tout sauf le végé-pâté dans un saladier et bien mélanger.
- Mettre dans les assiettes et émietter le végé-pâté sur chacun des plats.

Burger Capitaine Compton : Galette de porc, chutney de pommes et romarin, chèvre, Hatley, mayo romarin et parmesan / Chips maison (gluten, œufs et lactose)

- Mettre le chutney de pommes sur la galette de porc et ajouter le mélange de fromages.
- Réchauffer au four à 350 de 15 à 20 minutes.
- Réchauffer légèrement vos pains.
- Assembler vos burgers, ajouter la mayo au romarin. Suggestion : Vous pouvez ajouter des tomates et de la laitue.
- Servir avec les chips.

BBQ : Pièce de porc buffalo / Quartiers de pommes de terre au four / Poivrons, oignons et carottes / Trempette au fromage bleu (Lactose)

- Faire cuire les filets de porc sur le BBQ à feu vif. Amener jusqu'à la cuisson désirée. Laisser reposer votre pièce de viande environ 15 minutes.
- Mettre les quartiers de pommes de terre ainsi que les légumes sur une plaque et faire réchauffer sur le BBQ ou au four.
- Trancher le filet de porc. Servir avec les légumes, les pommes de terre et la trempette au bleu.

Haut de cuisse de poulet érable et moutarde / Couscous israélien / Haricots jaunes / Sauce moutarde (Gluten)

- Mettre le ragoût de poulet au four à 350 de 15 à 20 minutes.
- Faites réchauffer votre couscous et vos haricots dans une casserole ou au micro-ondes.

Spaghetti garde-manger : chorizo, jambon, bacon et sauce tomates épicée / Pain à l'ail

- Cuire vos pâtes dans l'eau bouillante salée.
- Réchauffer la sauce et la garniture dans une casserole.
- Lorsque vos pâtes sont cuites, les ajouter au mélange de sauce et bien mélanger.

Bon appétit !