



N°/Page		N°/Page		N°/Page		N°/Page	
Muffins aux poires et Baileys	9/11	Pizza	8/26	Salade printanière avec morilles farcies	3/21	Chaussures polies	3/25
Omelette sur plaque aux myrtilles	7/11	Quiche aux légumes	6/26	Sauce aux scorsonères	3/9	Chutney, conservation	2/25
Pavés de séré aux fraises	5/11	Tourte croustillante	7/26	Sauce tomate-maïs	3/9	Coings, congélation	9/25
Petits choux à l'orange	2/11			Soufflé au basilic	6/5	Congélateur, gain de place	6/24
Petits choux au thé	2/11	<b>SAUCES / DIPS/ TARTINADES</b>		Soufflé polenta-champignons	9/22	Coquetiers, pas assez	2/25
Petits choux stracciatella	2/10	Coulis de canneberges	2/23	Soupe aux cours	5/21	Couvercles récalcitrants	1/25
Pie aux groseilles à maquereau	7/11	Guacamole	7/20	Soupe de betteraves et mousse coco	10/17	Couvert à dessert	2/24
Pommes en chemise	1/11	Mayo, légère	10/20	Soupe pomme-courge	8/8	Cresson, faites-le pousser!	8/24
Pommes en croûte	1/10	Mousse de maquereau	2/20	Spaghettis aux olives	2/5	Décongeler rapidement	6/25
Pommes en jupons	1/12	Pesto au cresson	3/9	Tatin aux carottes	5/6	Dénoyer les olives	6/24
Pommes en pyjama	1/11	Rôti de porc et beurre au cresson	3/22			Ecorce de citron pour faire briller	4/25
Savarin au gingembre	5/10	Sauce à l'ail	10/21	<b>VIANDE</b>		Epices pressées	3/24
Tarte à l'Ovo	9/15	Sauce au curry	10/21	Bouf braisé uranais	2/17	Emincé, morceaux choisis	8/24
Tarte au vin	3/17	Sauce au thon	10/21	Brochette attaque	6/21	Etoiles à la cannelle, congélation	10/24
Tarte aux groseilles rouges	6/10	Sauce aux olives	10/21	Brochettes de lard roulé	1/17	Fanes délicieuses	5/25
Tartellettes glacées en pâte à choux	2/12	Sauce aux scorsonères	3/9	Brochettes sur salade de haricots	9/18	Fleurs aromatiques	7/24
Tortillas poisson-épinards	4/8	Sauce cocktail	10/21	Carpaccio de bouf bouilli	7/7	Fond de pâte au sec	4/24
Tsourekia (Brioche grecque)	3/11	Sauce express pour pâtes	10/24	Cordons-bleus à la courge	8/5	Fruits surgelés pour gâteaux	3/25
		Sauce tomate-maïs	3/9	Côtelettes et salade de tomates	6/18	Garniture moelleuse	9/24
		Sauce verte	10/21	Croquettes suisses	6/20	Gélatine, solution	7/24
<b>POISSONS / FRUITS DE MER</b>				Emincé à la zurichoise	7/17	Germes croquants	1/24
Aspic de petites féras	4/17			Enchiladas au romsteck	7/22	Gingembre pressé	2/25
Chips de patate douce et guacamole	7/20	<b>SOUPES / POTAGES</b>		Entrecôtes de chevreuil flambées	9/21	Gousses de vanille souples	3/24
Croquettes	3/22	Minestrone ticinese	1/17	Escalopes match	6/22	Haleine fraîche	6/25
Friture de petites féras	4/17	Soupe aux cours	5/21	Filet de veau et chutney aux oranges	2/22	Herbes sauvages en cuisine	3/25
Galettes Parmentier au poisson	5/8	Soupe aux marrons	9/5	Filet en croûte	10/19	Herbes, sécher les restes	8/24
Galettes Parmentier au poisson	5/8	Soupe de betteraves et mousse coco	10/17	Fondue chinoise	10/20	Jardin au balcon	5/25
Gratin de poisson	9/9	Soupe de courgettes	7/5	Goulache aux cervelas	2/5	Lame bien affûtée	8/24
Lasagnes courge et poisson	8/8	Soupe de tomate froide aux crevettes	7/21	Méli-mélo de Soleure	9/17	Mignardises	10/25
Merlan sur salade de lentilles	4/20	Soupe pomme-courge	8/8	Paillard de veau en manteau de rösti	7/17	Mille-feuille mise à plat	1/25
Moules au Roquefort	4/21			Pain de viande aux noix	9/7	Miroirs recouverts de buée	7/24
Omble sur lit de courge	1/20	<b>VÉGÉTARIEN</b>		Paupiettes de fromage d'Italie	2/8	Mixer sans taguer	2/24
Petits rouleaux de poisson	10/5	Asperges en papillote	4/8	Pizza poêlée à la viande	5/8	Moule à charnière chemisé	9/24
		Bâtonnets au gruyère	4/5	Ragoût d'agneau	1/22	Moules à kouglof, remplir	3/24
		«Bloder» mariné	8/21	Romsteck en croûte de sel	9/17	Nappe sans faux plis	8/24
<b>POMMES DE TERRE</b>		Bols de poivrons	6/6	Rosbif piqué	5/21	Noix, stockage	9/25
Salade de pommes de terre à l'ail des ours	4/17	Boules de polenta	7/5	Rôti de l'armailli	8/22	Noix, vite grillés	1/24
Salade Parmentier aux haricots	7/9	Burger aux marrons sur chou rouge	9/8	Rôti de porc et beurre au cresson	3/22	Oufs, poids	7/25
Salade Parmentier aux haricots	7/9	Chips de patate douce et guacamole	7/20	Rouleaux de jambon cru	8/20	Oufs, jaunes et blancs restants	10/25
Surprise du four	4/15	Chou-pomme tex-mex	6/6	Rouleaux de viande au couscous	7/8	Pain croustillant	7/25
Tartare de crevettes	10/18	Croûtes à la raclette	1/9	Salade cervelas et fromage	6/17	Papier à cuisson décoratif	7/24
Tortillas poisson-épinards	4/8	Croûtes aux légumes	1/6	Salade de viande hachée	7/5	Parmesan, coupeaux	9/25
Tranches de cake au poisson	1/8	Goulache courge-marron	8/9	Terrine de gibier	9/20	Pâte vite levée	1/25
		Légumes en corbillons de pommes de terre	5/22			Petits pains avec poudre à lever	3/25
<b>SALADES / SALADES-REPAS</b>		Muffins de nouilles	10/3	<b>VOLAILLES</b>		Planchette, détacher	5/24
Salade cervelas et fromage	6/17	Muffins magiques	2/15	Blancs de poulet farcies	4/9	Poche à douille au frigo	8/24
Salade de betteraves aux cacahuètes	9/6	Omelette à la courge	8/7	Chicken-Nuggets	4/5	Pommes, quelle variété	1/25
Salade de boulgour aux asperges	4/3	Parmigiana	7/18	Coquelets farcis	4/22	Porte-thermomètre	9/24
Salade de haricots à l'orange	2/7	Pâtes de fin de saison	8/18	Courge et poulet sous la cloche	8/5	Radis à la mandoline	5/24
Salade de penne au poulet	7/6	Penne aux morilles	5/18	Magrets de canard, sauce à l'artichaut	4/23	Râper du chocolat	10/25
Salade de tomates aux olives	5/20	Pesto au cresson	3/9	Poulet aux noisettes	9/3	Repassage express	1/24
Salade de viande hachée	7/5	Pizza aux herbes	5/5	Poulet stroganoff	10/5	Résiné sur les doigts	9/25
Salade en corolle	3/8	Pizza cottage cheese-oignon	2/5			Réveillon sans stress	10/25
Salade iceberg farcie	6/3	Polenta avec feta au miel	2/9	<b>TRUCS ET ASTUCES</b>		Romarin, doux parfum	6/24
Salade Parmentier aux haricots	7/9	Quiche safranée au brocoli	10/7	Acier chromé contre les odeurs	2/25	Sauce de salade en réserve	7/25
Salade printanière avec morilles farcies	3/21	Raviolis géants aux épinards	2/3	Ail amer	4/24	Sauce en cubes	8/24
		Risotto aux betteraves	2/8	Arrosage à la carte	6/25	Savons, conservation	3/24
<b>SANS GLUTEN</b>		Riz aux cacahuètes	3/18	Avocat, tranches	4/24	Smoothies, pas seulement bons à boire	7/24
Barres au muesli	9/26	Riz printanier	4/5	Bandes de pâte, transport	2/24	Soupe, transport	4/24
Bâtonnets pour l'apéro	3/26	Rondelles fenouil-feta	5/5	Biscuits tendres	1/24	Tarte sans fautes	2/24
Cake au citron	2/26	Salade de boulgour aux asperges	4/3	Boules de glace dans le congélateur	5/24	Tomates sous la couette	6/24
Écus au chocolat	10/26	Salade de pommes de terre à l'ail des ours	4/17	Cake sans beurre	4/25	Tulipes et jonquilles, jamais ensemble	4/24
Knöpfli au curry	1/26	Salade de tomates aux olives	5/20	Cakes humides	7/25	Ventouses qui tiennent longtemps	4/25
Nouilles au sarrasin	4/26	Salade en corolle	3/8				
Pain au teff	5/26						