

# LE COIN DE LA PAUSE

**BULLETIN QUOTIDIEN POUR RESTER EN LIEN MAIS AUSSI TESTER, CREER, LIRE...**

## Cuisine party !

Recettes proposées par le groupe échange de savoirs du Centre Socioculturel .

### Poisson sauce poivron

#### Ingrédients :

300 g de filet de poisson blanc  
 1 poivron jaune  
 20 cl de crème  
 fleurette  
 Huile d'olive  
 Sel et poivre



#### Préparation :

Assaisonner un coté des filets avec l'huile, le sel et le poivre. Rouler les filets et les maintenir avec un cure dent. Enfourner à 180° pendant 20 min.

#### Pendant la cuisson préparer la sauce :

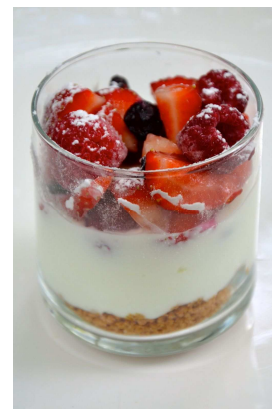
Vider et tailler le poivron en un vingtaine de morceaux. Verser la crème dans une casserole y ajouter les poivrons. Faire cuire à feu moyen pendant 20 min. Mixer le tout et assaisonner.

Servir le poisson accompagné de riz ou pomme de terre, le tout nappé de sauce.

### Coupe gourmande

#### Ingrédients :

200 ml de lait  
 100 g de sucre  
 2 œufs  
 20 g de Maïzena  
 70 g de mascarpone  
 1 paquet de palets bretons  
 Fruits



#### Préparation :

Faire bouillir le lait avec la moitié du sucre.

Dans un saladier mélanger le reste du sucre avec les œufs jusqu'à ce qu'il blanchisse. Incorporer la maïzena et un peu de lait chaud afin de tempérer la préparation. Verser le tout dans la casserole de lait chaud. Faire cuire jusqu'à ébullition en remuant au fouet. Laisser tiédir et ajouter la mascarpone. Mettre au frais.

Dans le fond d'une coupe écraser un palet breton, verser la crème froide et terminer par des fruits frais.

### Solutions des anagrammes

NARINES	Elles nous servent à respirer		BALLE
RETRAITE	Elle pouvait se prendre à 60 ans		MIRACLES
PARISIEN	Habitant de la capitale française		BANQUE
RECENT	N'est pas ancien		ROSE
SOURIRE	Il éblouit le visage		ERUPTION