Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 27 (1997)
Heft: 10

Artikel: Cuisine à lire
Autor: Chassot, Janine
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-827446

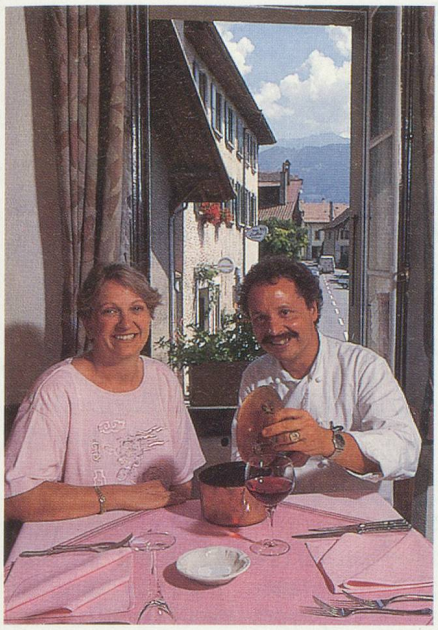
Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 03.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch



Véronique et Alain Freyre

Pour 28 francs, le chef vous propose deux entrées, deux plats et deux desserts à choix. De quoi se mettre l'estomac en fête lorsque les frimas reviennent avec leur cortège de bleus à l'âme.

Mais si vous tenez à goûter une cuisine plus modeste, on se fera un plaisir de vous servir, au café, des fondues, des médaillons de veau ou un risotto au gorgonzola qui fait partie des petites spécialités de la maison.

Tout le monde fréquente cet établissement dont la réputation déborde les frontières du canton. Du simple ouvrier au cadre de Nestlé, en passant par les profs d'école et les habitués du plat du jour. Les seniors l'apprécient tout particulièrement pour la qualité de l'accueil et sa cuisine légère.

Rémy Jottet

Photos Y. D.

Café du Centre
Route des 2-Villages 8
1806 St-Légier
Tél. 021/943 10 70.
Fermé dimanche soir et lundi.

Cuisine à lire

Parmi les nombreux ouvrages pratiques parus dans le domaine culinaire, nous en avons sélectionné deux qui retiendront sans doute votre attention.

Tout nouveau, tout moderne, un bouquin de cuisine pas comme les autres, puisqu'il comporte aussi des conseils aux consommateurs tout à fait dans la ligne de la Fédération romande des consommateurs qui a toujours préconisé de consommer les produits de saison, plus frais et moins chers.

Le livre intitulé «Cuisine rapide pour 2» propose des recettes simples, raffinées et originales, si l'on se réfère au sous-titre. Et c'est vrai! Il est souvent difficile de diviser par deux les proportions d'une recette prévue pour quatre personnes par exemple. Par contre, il est possible de multiplier les ingrédients par deux, d'où l'intérêt de ce livre.

Les recettes proposées sont en plus équilibrées, variées, faciles. Finies la monotonie et les carences alimentaires trop fréquentes chez les seniors (de récentes études le prouvent). Le livre contient des tableaux en couleurs des fruits et légumes de saison et un classement qui permet de retrouver toutes les recettes qui contiennent par exemple des tomates, des oranges ou des pommes de terre.

Très intéressantes aussi, les pages consacrées aux provisions de ménage pour... petit ménage. Pas trop, afin de ne rien gâcher. Des listes pour les achats hebdomadaires, pour 15 jours, pour un mois au plus. Où et comment les conserver? Quatre pages sont consacrées à des trucs et tuyaux pratiques, par exemple pour conserver et utiliser les très petits restes!

Ce livre fait partie de la collection «Cuisine de saison», que l'on trouve aussi dans certaines Migros.

Janine Chassot/FRC

«Cuisine rapide pour 2». Fr. 16.–. Limattdruck Spreitenbach. Tél. 0848 877 777.

Petit déjeuner plaisir

Ce petit livre illustré propose une série de recettes pour démarrer la journée d'un bon pied. Le petit déjeuner est le repas le plus important de la journée et nous souffrons généralement d'un manque d'imagination désespérant à l'heure de l'avaler.

Edité par l'Union centrale des producteurs suisses de lait, ce fascicule propose un choix de recettes appétissantes et originales, où le sucré alterne avec le piquant, le froid avec le chaud. Et puis, pour couronner le tout, on y trouve un tas d'idées pour agrémenter de superbes brunchs (repas complet qui allie petit déjeuner et repas de midi).

«Petit déjeuner plaisir». Fr. 15.–. Commandes au tél. 031/359 57 28.

Un petit déjeuner vitaminé

Photo Nestlé