Bons petits plats pour toi et moi : emincé de poulet aux légumes printaniers

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse**

Band (Jahr): **19 (1989)**

Heft 5

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

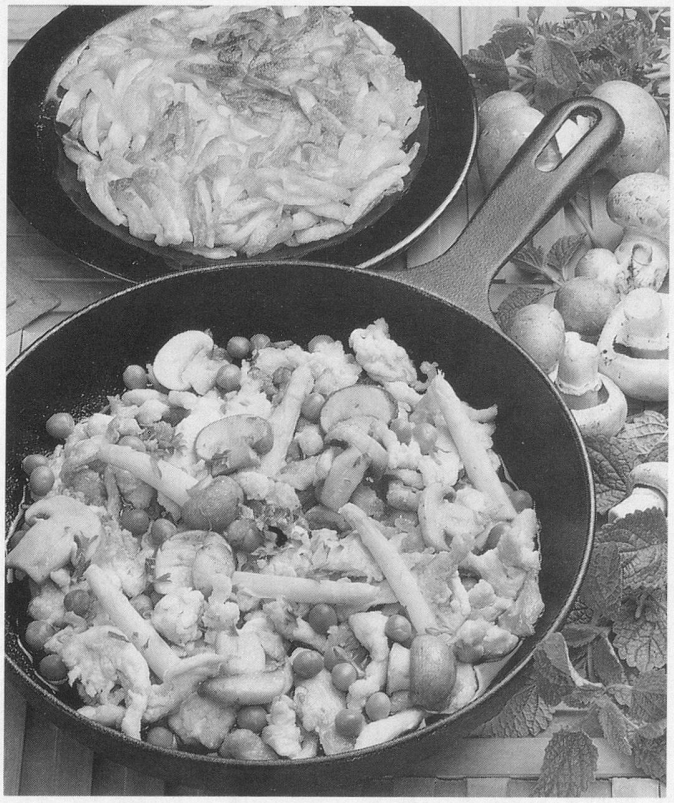
Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

BONS PETITS PLATS POUR TOI ET MOI

Emincé de poulet aux légumes printaniers



Un mets léger, qu'on appréciera tout particulièrement si on le prépare avec des asperges fraîches. En augmentant les quantités, c'est un repas idéal quand on reçoit.

Ingrédients

300 g de poulet émincé
1 petite boîte de pois
1 petite boîte de pointes d'asperges
100 g de champignons de Paris frais
1 cs de persil haché fin
1 dl de bouillon
sel, poivre blanc, condiment en poudre
2 cs de beurre
un peu de farine

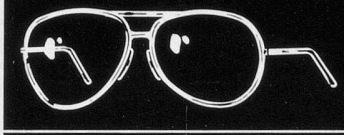
Saupoudrer la volaille émincée de farine et la faire revenir de toutes parts dans le beurre chaud. Ajouter les champignons émincés et étuver rapidement le tout.
Mouiller avec le bouillon et laisser cuire 10 minutes à petit feu. Incorporer alors les petits pois soigneusement égouttés et les pointes d'asperges coupées en deux. Rectifier l'assaisonnement et laisser chauffer le tout un moment.

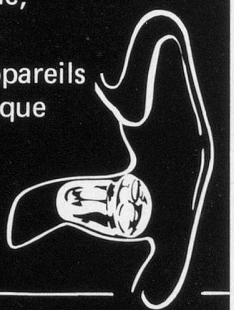
Servir sans attendre avec une galette de rösti dorée et croustillante.

MAÎTRE OPTICIEN + ACOUSTICIEN

Les seuls spécialistes, à Lausanne, de la VUE et de l'AUDITION.

Grand choix de lunettes et d'appareils d'aide auditive, dont l'Intra (coque invisible).



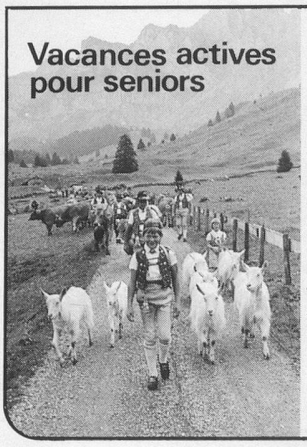


J.-P. SCHMID Tél. 021/23.49.33
Maître opticien - acousticien
Fournisseur de l'assurance invalidité
Petit-Chêne 38 – 1003 LAUSANNE

Famille
achète villa ou maison Lausanne et environs
Paiement comptant.

Ecrire sous chiffre à IB 83-06,
ASSA Annonces Suisses SA, Place Bel-Air 2,
1002 Lausanne ou tél. 021/24 07 58

Vacances actives pour seniors



Wildhaus
Charlessen PARADIES
...aux prix avantageux

Dans le lieu de vacances connu de la Suisse orientale Wildhaus – à une altitude idéale (1100 m), dans un climat sain, pratiquement libre de brume, une haute vallée vaste et découverte et une atmosphère rustique – vous découvrez des jours de vacances pleins de plaisir et de bien être avec notre hôtesse Margrit Koch. Les personnes avant dépassé la soixantaine jouissent de prix forfaitaires:
1 semaine en demi-pension avec participation au programme pour seniors, de **Fr. 337.– à Fr. 589.–** (selon la catégorie d'hôtel).
Dates: **du 10 juin au 1er juillet 1989**
du 19 août au 9 septembre 1989
Inscriptions et informations: Office du tourisme Wildhaus, 9658 Wildhaus
Tél. 074/5 27 27