



## Les entrées du mois

**Charlotte de queues de crevettes fraîches, vinaigrette passion**

8,90 € la portion froide de 150 g

**Terrine pressée de volaille « Perjo » en marinade de coq au vin**

8,90 € la portion froide de 180 g

**Salade de bœuf charolais et légumes macérés au curry**

8,90 € la portion froide de 200 g

**Œufs froids pochés en marinière de hareng saur**

7,50 € la portion froide de 200 g

10 €  
Le thermomètre  
de cuisine  
(-30° à +280°)



## Pièces entières et cocottes

**Le gigot d'agneau de lait entier mariné et rôti aux aromates**

35 € la portion de 0,8 kg avec jus. Plat chaud sans légumes pour 3/4 personnes.

**La Paella au riz Bomba, poulet, calmars, gambas et chorizo**

48 € la portion de 1,5 kg. Plat chaud complet à partir de 4 personnes (et au-delà).

**La pintade entière en fricassée sauce douce au bleu d'Auvergne**

35 € la portion de 1 kg. Plat chaud sans légumes pour 4 personnes.

**Le filet mignon de cochon entier en robe de pounti aux pruneaux**

35 € la portion de 1 kg. Plat chaud sans légumes pour 5/6 personnes.

Une carte courte mais 100% maison.

Chaque plat peut être réalisé à l'unité, à l'exception, toutefois, des préparations ci-dessus (pièces entières et cocottes)

## Le menu de Pâques

(Seul ce menu sera proposé les 4 et 5 avril)

Trois amuse-gueules

\*\*\*

Traditionnel foie gras de canard mariné au rhum vieux  
ou Terrine pressée de poissons de lac, vinaigrette d'herbes

\*\*\*

et/ou Bouillabaisse aux poissons de saison

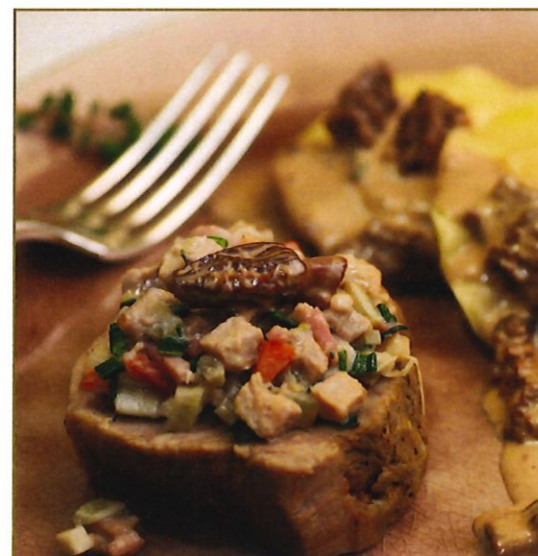
\*\*\*

Deux préparations de pigeonneau, cuisse farcie et filet à l'étouffé  
ou Épaule d'agneau confite, frottée aux épices

\*\*\*

Composition de cinq petites pâtisseries

39€ le menu deux plats, amuse-gueules et pâtisserie  
ou 49€ 3 plats amuse-gueules et pâtisserie



## Le coin des légumes (Portions chaudes)

**Le potage de légumes de saison mixés**

3,50 € la portion d'1/2 litre ou 6,90€ le litre (soit respectivement 2 et 4 bols)

**Les pommes de terre « Boulangère » de Madame Elise**

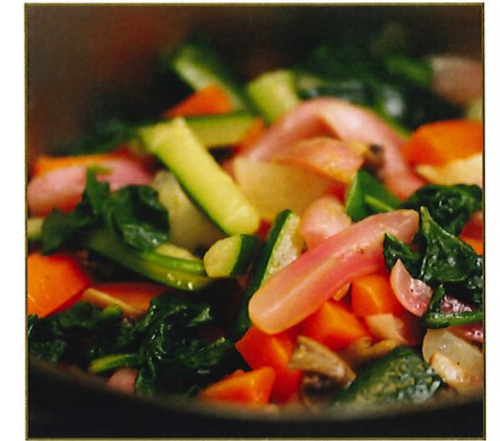
4,90 € la portion de 290 g

**Le mélange de légumes de saison**

4,90 € la portion de 290 g

**Le couscous de légumes et bouillon safrané**

4,90 € la portion de 390 g



## Les poissons du mois (Plats complets)

**Conchiglioni de lieu aux crevettes**

9 € la portion chaude à gratiner avec légumes de 250 g

**Filet de Lieu jaune, brandade de haddock**

12 € la portion chaude avec légumes de 220 g

**Filet de Merlu simplement poêlé, jus d'arêtes au fenouil**

11 € la portion chaude avec légumes de 250 g

**Escalope de sandre en chausson, petite farce de cèpes séchés, sauce bonne femme**

19 € la portion chaude avec légumes de 220 g



Notre Poisson « Cooked in pack »

Ce procédé de pré-cuisson du poisson dans son emballage vous garantit un produit naturel, cuit à point, vierge de tout artifice.



## Les viandes du mois (Plats complets)

**Chou fondant de lapereau compoté, jus à l'huile de noix**

12 € la portion chaude avec légumes de 290 g

**Traditionnelle Lasagne de canard confit**

10 € la portion chaude avec légumes de 250 g

**Parmentier de bœuf Mironton et mousseline de légumes**

10 € la portion chaude avec légumes de 250 g

**Paleron de veau cuit fondant, jus truffé à l'armagnac**

19 € la portion chaude avec légumes de 280 g





## Plats cuisinés « Au Bain-marie »

Castel-Hôtel 1904  
17 rue du Castel  
63390 Saint-Gervais-d'Auvergne  
Téléphone : 04 73 85 70 42  
Messagerie : au-bain-marie@orange.fr

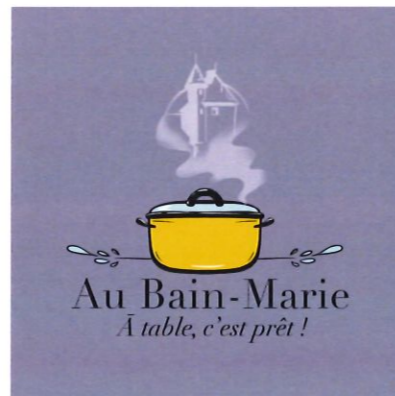


Expédition partout en  
France Métropolitaine

Les photos sur Au-Bain-Marie.fr

## Le bain-marie : le meilleur procédé pour se régaler en famille ou entre amis.

Plusieurs à table, il est souvent compliqué de mettre en œuvre vos repas sans générer une montagne de vaisselle et un champ de bataille dans la cuisine de la maison. Les plats cuisinés « Au-Bain-Marie » permettent d'aborder ces événements en toute quiétude. Une marmite d'eau chaude, un thermomètre, des ciseaux et le tour est joué. En plus, c'est délicieux. Tous les conseils vous seront fournis lors de votre livraison. Attention, il s'agit de produits frais à stocker au réfrigérateur. Remise en température douce sans dessèchement, dans le respect du produit.



Du 25 février  
au 11 avril 2021

ANNÉE 2021 • N°4



Plats cuisinés « Au Bain-marie » - L'atelier du Castel-Hôtel 1904

## La feuille de chou

## Et si on allait vers les beaux jours...

Il faut tenir bon, les beaux jours arrivent. Une dernière carte de mi-saison avant le coup d'envoi du printemps. Vous découvrirez la carte de mars en pages intérieures ainsi que le menu de pâques qui arrive le 4 avril.

Une fabrication toujours 100% maison, des méthodes de préparations traditionnelles: un fourneau, des marmites, des casseroles, de bons produits et du savoir-faire. Le tout, sans colorant ni conservateurs évidemment. Vos plats sont réalisés à la commande dans le respect des

mesures d'hygiène et de sécurité alimentaire.

Retrouvez les recettes illustrées à partir du 1<sup>er</sup> mars sur notre site [au-bain-marie.fr](http://au-bain-marie.fr) à partir du 15 janvier.

Commandez 72H  
à l'avance.

04.73.85.70.42

[au-bain-marie@orange.fr](mailto:au-bain-marie@orange.fr)

Les plats, une fois conditionnés, se conservent suivant les préparations de 3 à 7 jours au frais.

Portions individuelles :  
chacun fait son choix !



Les pommes Darphin

## POMMES DE TERRE DARPHIN

500g de pommes de terre,  
huile,  
100g de beurre,  
Sel et poivre.

Chauffez fortement une poêle bien propre antiadhésive. Versez un trait d'huile puis une grosse noix de beurre. Posez aussitôt les pommes de terre dans la poêle (ne les jetez pas dans la poêle, attention aux brûlures). Puis tassez les à l'aide d'une pelle de cuisine. Baissez le feu et dorez 10 minutes avant de retourner la galette (soit en la faisant sauter, soit en la retournant sur assiette avant de la glisser à nouveau dans la poêle). Ajoutez des par-celles de beurre tout autour de la galette. Comptez à nouveau 10 mn de cuisson. C'est prêt!

## POMMES DE TERRE CLERMONTOISES

### Ingrédients

16 pommes de terre à chair ferme,  
200g de cantal jeune,  
100g de beurre,  
Muscade râpée,  
Sel et poivre.

Éplucher et laver les pommes de terre. Les cuire à l'eau (15g par litre d'eau) 25 à 30mn. Les égoutter et les placer dans un plat à rôtir beurré. Appuyer légèrement sur les pommes de terre pour qu'elles s'affaissent. Les faire sécher 10mn à four doux. (150°)

Dans une casserole, chauffer la crème avec une pointe de muscade râpée. Napper les pommes de terre et parsemer de Cantal émietté. Gratiner à four chaud. Servir en accompagnement d'une viande grillée, d'un rôti ou d'un plat mijoté en sauce.

## Histoire de pommes de terre par Jean-Yves Andant

Elle est découverte en Amérique du Sud sous le nom de papas (on parle de Patatas pour les patates douces découvertes en même temps et aussi sur ce continent). Ramenée en Espagne par les conquistadors, elle sera la nourriture des pauvres et des soldats. Par sa ressemblance avec la truffe elle sera baptisée Trufalo en Espagne

(Truffe, en langue d'Oc, a donné son nom à la Truffade auvergnate). Les nobles délaissent la pomme de terre au profit de légumes plus goûteux, choux, navets, oseille ou encore asperge et artichaut. Ce sont les fameux Tiercos de l'infanterie espagnole transportent la pomme de terre à travers les guerres européennes et notamment en Allemagne durant la guerre de trente ans. La pomme de terre s'y répand de même qu'en Italie et en Suisse. Un livre imprimé à Zurich donne une recette de pain de pommes de terre : 1/3 de pommes de terre et 2/3 de froment, un ancêtre de la pomme Dauphine. La Prusse de Frédéric II le Grand développe la culture de la pomme de terre. Etant prisonnier en Prusse, Parmentier, pharmacien militaire français découvre ce légume. Libéré, il la fera connaître à la cour de Louis XVI. Difficile à adopter par les Français, son essor débutera avec la disette de 1789. Ce légume sera essentiel pour l'Europe menacée par les famines. Elle mettra longtemps à devenir un produit de consommation courante. La pomme de terre cultivable européenne est originaire de l'île de Siloé au Pérou. La Chine est de loin le premier producteur mondial (environ 100 millions de tonnes). La France arrive au dixième rang (environ 7 millions de tonnes) derrière l'Allemagne et la Pologne. Par ailleurs la frite ne serait pas une invention Belge mais bien française, élaborée dans les années révolutionnaires, à Paris, sous le nom de pommes Pont-Neuf. Madame Meringot en fait état dans un ouvrage datant de 1794.

POUR COMMANDER

04.73.85.70.42

Remise de 5 %  
par tranches  
de 150 € d'achats

cumulable avec  
d'autres promotions  
personnalisées

Service de livraison  
à domicile  
dès 50€ d'achats  
pour les codes postaux  
suivants :

03420 - 03600

63119 - 63360 - 63700

63000 - 63140 - 63200

63230 - 63260-63330

63380 - 63390 - 63400

63410 - 63440 - 63460

63530 - 63640 - 63560

63770 - 63780

Et expédition partout en  
France métropolitaine\*.

\* pour les plats cuisinés  
« Au bain-Marie »

## SOMMAIRE

- Nouveaux plats de poissons
- Engouement pour les légumes
- Un menu spécial pour Pâques

## Radio Casserole

Bientôt Pâques et le retour de l'agneau traditionnel et du chevreau. ça sent le printemps et avec lui une réouverture des restaurants que nous espérons ardemment. Nous guetons également le retour au jardin et notons un engouement des français pour les légumes dont la consommation a progressé fortement cette année. Le confinement a favorisé les

travaux pratiques en cuisine, juste continuité des choses depuis l'intégration du repas gastronomique français au patrimoine immatériel de L'Unesco. Cela ne nous empêche nullement de craquer pour un bon jambon-beurre, la traditionnelle baguette de nos boulangers est en lice pour rejoindre ce prestigieux label. Bonne chance à elle.