

MENU

Juin 2019



Cerises

Le réveil sonne, il est six heures
J'ouvre ma fenêtre.
Du soleil plein les yeux
Des chants d'oiseaux plein les oreilles.
Une pie, deux mouettes, un merle et quelques tourterelles
S'en vont à tire d'ailes parler d'amour au bleu du ciel
Le même décor s'offre
Griottes qui rougissent, lilas qui fleurissent
Il est bientôt début juin et je n'ai pas encore écrit!
Alors ce matin juste après le marché
Me voici avec mes quelques mots,
Mes mains qui sentent encore le basilic
Ma bouche ensanglantée de cerises
Mes nerfs tendus par le café
Ma tête aux abois
Mon corps dans l'élan du printemps
Mon âme en vadrouille dans mes rêves
Mes envies au beau fixe
Alors vite quelques mots sur la page blanche loin des soucis
Quelques mots d'espoir et d'amitié pour ceux qui en ont besoin
Quelques mots pour dire vive la vie
Et pour dire merde au désespoir !

Michel Ernest
21 mai 2019

**POUR LE MOIS DE JUIN 2019
VOUS TROUVEREZ TOUS LES JOURS AU MAGASIN :**

SALADE ET HORS D'ŒUVRES :

Salade Niçoise, Chief'salad, plus les salades du jour

Dont un grand choix sans gluten, sans lactose ou Vegan

Céleri rémoulade, Macédoine fraîche, Carottes rapées, Pan Bagna
Salade de fruits de mer, Gambas marinées à la Provençale, Taboulé.

Timbales de saumon, Darnes de saumon, Mayonnaise, Avocats au crabe

Matjes et harengs, Saumon fumé de Norvège, Foie gras d'oie truffé

PLUS NOTRE CHARCUTERIE TRADITIONNELLE

ET NOTRE RAYON DE VIANDES FRAICHES DE PORC, AGNEAU ET BŒUF

et à l'honneur ce mois-ci

le jambon persille de bourgogne et les caillettes ardechoises

PLATS CUISINÉS :

Petits légumes du marché, Poissons du marché, Gratin Dauphinois,

Lasagne à la Bolognaise, Coquille St Jacques, Bouchée à la reine

Ratatouille, courgettes et tomates farcies, Roastbeef, Rôti de porc, Poulets rôtis

Gratin de légumes de printemps, épinards à la crème, Gâteau de verdure.

PÂTISSERIE AU MAGASIN TRAITEUR :

Salée : Quiches assorties, Pissaladière, Tourte aux blettes, Tourte aux courgettes,

Coca, Pissaladière, Gougères au comté, Petits pâtés Lyonnais, Tarte à la tomate.

Sucrée : Gâteau Basque, Clafoutis aux fruits de saison, Crumble aux fruits de saison,

Bostock à la fleur d'oranger, Rocher à la noix de coco, Financier,

Crème caramel et Crème brûlée et un petit gâteau du Portugal le « PASTEIS DE NATA ».

SANS OUBLIER NOTRE GRAND CHOIX DE PATISSERIES FINES

AU MAGASIN PATISSERIE AVEC CE MOIS-CI A L'HONNEUR :

LE « SOLEIL LEVANT » AUX FRAISES ET YUZU

SAMEDI 1^{er}

Langoustes fraîches sur commande • Jambon braisé, sauce mère, épinards à la crème • Petits farcis de Provence • Tartare de saumon • Canard aux pêches • Lotte à la plancha • Gigot d'agneau • Pommes viennoises • Gâteau de polenta aux épinards • Croquettes de maïs • Riz blanc • Pâté en croute chaud parisien.

DIMANCHE 2

Lapin aux olives • Rôti de veau • Haricots verts • Gratin dauphinois aux morilles • Poisson du marché.

MARDI 4

Artichauts barigoule • Pléiade de farcis. • Emincé de volailles aux champignons des bois • Moussaka à la Crétoise • Pommes coin de rue • Riz Thaï.

MERCREDI 5

Navarin d'agneau printanier • Langue de bœuf sauce piquante • Hachis Parmentier • Haricots verts au beurre • Gratin de brocolis à la crème de parmesan • Poisson du marché.

JEUDI 6

Acras de morue et boudins antillais • Coquelet tandouri • Sauté de veau aux carottes • Couscous • Raviolis cuisinés • Gratin d'aubergines • Riz thaï • Chop suey de légumes.

VENDREDI 7

Petite friture • Brochette de Saint Jacques et scampis • Beignets de calamars • Coulubiach de saumon • Goujonnette de Sébaste • Dos de cabillaud rôti sur la peau • Aïoli • Epaule d'agneau confite.

SAMEDI 8

Cuisses de grenouilles en persillade • Cochon de lait rôti • Osso bucco • Navarin de lotte aux petits légumes • Croquettes de maïs • Saucisson de Lyon en brioche • Petits farcis cocktail • **Langouste fraîche sur commande**

DIMANCHE 9

Rôti de veau • Lapin aux herbes de Provence • Canard aux pêches • Gnocchis à la romaine • Haricots verts • Croquettes de maïs • Poisson du marché • **Langouste fraîche sur commande**

MARDI 11

Calamars à l'américaine • Carré de porc à la moutarde, miel et sauge • Croquettes de volaille "Pojarsky" • Gâteau d'aubergines aux saveurs estivales • Céleris braisés .

MERCREDI 12

Tête de veau sauce gribiche • Rougail saucisses comme à la Réunion • Riz parfumé Thai • Hachis Parmentier • Aubergines parmigiana • Haricots verts.

JEUDI 13

Petits farcis de Provence • Acras de morue et boudins antillais • Epaule d'agneau confite • Couscous • Raviolis cuisinés • Pastilla marocaine • Gratin de macaronis.

VENDREDI 14

Tartare de saumon • Calamars farcis • Colin froid et tomates macédoine • Goujonnette de Sébaste • Cabillaud rôti sur la peau • Aïoli • Riz blanc • Poivrons farcis • Gratin de légumes et ravioles à la crème de parmesan.

SAMEDI 15 - Langouste fraîche sur commande

Canard à l'orange • Lotte à l'américaine • Blanquette de veau • Agneau rôti et pommes sautées • Tomates aux légumes • Croquettes de maïs • Riz pilaw • Pommes viennoises • «Saumon à l'unilatérale, sauce à l'oseille » • Pâté en croute chaud parisien.

DIMANCHE 16 - C'est la fête des pères !

Langoustes et homards sur commande • Rôti de veau • lapin aux cèpes • Gratin dauphinois • Haricots verts au beurre • Croquettes de maïs • Salade de crabe • Et les gâteaux décorés pour la circonstance.

MARDI 18

Piperade Basquaise • Salade de boeuf thaï à la citronnelle • Poitrine de veau farcie et rôtie • Poulet basquaise • Pléiade de farcis • Riz thaï • Aubergines farcies • Tomates aux légumes.

MERCREDI 19

Langue de bœuf sauce piquante • Epaulé d'agneau confite • Parmentier de canard • Carottes au cumin • Courgettes niçoises au basilic • Chop suey de légumes.

JEUDI 20

Acras de morue et boudins antillais • Curry d'agneau • Moussaka à la crétoise • Couscous • Raviolis en sauce • Riz créole Pastilla marocaine • Tomates à la provençale.

VENDREDI 21

Salade de crabes • Quiche aux fruits de mer • Dorade rôties aux graines d'anis • Poivrons farcis • Emincé de volaille en persillade • Goujonnette de Sébaste • Cabillaud rôti • Colin froid mayonnaise • Lasagne de légumes Riz créole • Jeunes courgettes sautées au basilic.

SAMEDI 22

Jambon braisé, sauce Xeres, épinards à la crème • Coquelet tandouri • Gigot au pistou et ses gnocchis • Lotte à l'américaine • Cailles aux raisins. Paëlla • Croquettes de maïs • Riz créole • Saucisson de Lyon en brioche • **Langoustes et homards sur commande**

DIMANCHE 23

Lapin à la moutarde • Rôti de veau • Canard à l'orange • Croquettes de maïs • Haricots verts • Gnocchis de pommes de terre.

MARDI 25

Emincé de porcelet à la chinoise • Tajine de poulet au citron • Boulgour aux raisins • Pléiade de farcis • Riz cantonais • Artichauts barigoule.

MERCREDI 26

Boudins noirs et andouillettes rôtis Epaulé d'agneau confite • Tête de veau sauce gribiche • Cannellonis de blettes • Purée tradition • Froufrou de légumes.

JEUDI 27

Acras de morue et boudins antillais • Rougail saucisse comme à la réunion • Couscous • Lasagnes de légumes • Tomates aux légumes • Riz parfumé.

VENDREDI 28

Salade de crabes • Beignets de scampis • Filet de mostelle à la provençale • Cabillaud rôti • Goujonnette de Sébaste • Aïoli • Curry de volaille • Clafoutis de légumes • Tomates et fenouils rôtis.

SAMEDI 29

Osso bucco à la Milanaise • Tartare de saumon • Canard aux griottes • Daube de joue de bœuf • Lotte à la plancha • Gigot d'agneau • Pommes viennoises • Croquettes de maïs • Riz blanc • Pâté en croute chaud parisien • **Langoustes fraîches sur commande**

DIMANCHE 30

Lapin aux olives • Rôti de veau • Haricots verts • Gratin dauphinois aux morilles • Poisson du marché.

Chers clients bonjour,

Qu'est-ce qu'elles sont agréables les douces journées de juin.
C'est le mois du bel été qui vient, il est bon de savoir en profiter
Chez nous la cuisine est faite pour être à la fois goûteuse et légère

Ce qui permet de se régaler sans pour autant être surchargé !
Aubergines, tomates, poivrons, courgettes, framboises, mangues,
melons, pêches, abricots, amandes, groseilles

se pressent aux portes de nos ateliers
où nous les utiliserons avec notre talent et notre savoir-faire !
Régalez-vous bien, chers amis clients et au mois prochain.

Bien amicalement,

Michel Ernest

LE PRALIN

04 93 34 30 55

7, bd Albert 1^{er}

ANTIBES

Notre agent sur Antibes

Retrouvez notre boutique en ligne sur www.ernest-traiteur.com

Ouvert du mardi au vendredi de 8h30 à 19h00

Les samedis de 8h à 19h00

Dimanches et jours fériés de 8h30 à 12h30 - Fermé le lundi

Traiteur : 04 93 06 23 00 - Pâtisserie : 04 93 06 23 03

52 et 53 bis rue Meynadier - 06400 Cannes - www.ernest-traiteur.com