JUIN

2020

CE MOIS DE JUIN est dédié à l'amour et au bonheur 🥰 Envoyez vos histoires de choses qui vous sont arrivées et qui vous ont donné une lueur chaleureuse. Envoyez à l'adresse ci-dessous et citez « BESTDAY » et votre histoire pourrait être présentée dans notre prochain bulletin.
- lemoulinq@gmail.com

# 🏘 LMQ NEWSLETTER

## Présentation : Le Mans

Le Mans, une ville dans le nord-ouest de la France, n'est pas seulement un endroit à visiter pour sa célèbre Course de 24 Heures en voiture, il a un riche fond historique, étant la maison préférée de la famille Plantagenet, les comtes d'Anjou, de Touraine et du Maine. Une ville ancienne avec des murs romains et le vieux quartier merveilleusement préservé se trouve à l'ombre de la magnifique cathédrale.

Prenez le temps de vous promener dans la Galerie égyptienne du Musée de Tessé. Si vous n'avez pas encore pu faire le pèlerinage pour voir les chambres funéraires dans les pyramides de Gizeh, Egypte, vous serez impressionné par la réplique ici à la galerie. Nous pouvons honnêtement dire que c'est le joyau de la couronne du musée.

**source: france voyage**

## Lockdown Musings…

C'est avec émerveillement que je réalise combien de pâtes ma famille a reçu depuis ce confinement. Nous adorons les grosses pâtes « conchiglioni » et les linguines. Quand ils étaient petits, mes enfants adoraient utiliser les pâtes grasses comme les poches de pitta sur les pâtes bolognaise nuit, qui était toujours un lundi (n'importe qui d'autre a « mis » jours de repas?) pour ramasser la bolognaise. *Soit dit en passant, j'ai un voisin dont les petits-enfants refusent de manger autre chose que des pâtes penne et qui doit être blanc. Bizarre !*

Quoi qu'il en soit, je m'écarte un peu du sujet. Cette idée de manger autant de pâtes m'avait été transmise lorsque j'ai préparé le dîner pour ma famille hier soir. Le temps dehors avait été glorieux et bien que nous n'ayons pas tout à fait envie d'avoir juste une salade froide, je ne pouvais pas être pris la peine de rester dans la cuisine pour les âges préparant un plat de fantaisie non plus. Nous avons aussi commencé à essayer de manger moins de viande, alors, en réfléchissant - et avec un réfrigérateur rempli de légumes - j'ai décidé de faire une version de ma « linguine de jardin ». Parce que je suis une personne tellement gentille, lol, je vais partager cette recette avec vous - je l'ai appelé « linguine de jardin » car il utilise beaucoup de légumes (je sais, pas très imaginatif !).

Ce sont juste des montants approximatifs et la plupart des articles peuvent être substitués à ce que vous pourriez avoir dans vos propres armoires. Il n'y a pas de mal / droit ici alors allez-y. Les quantités que j'ai énumérées donnera trois portions généreuses (et je dois dire ici que ce repas a été précédé par une grande assiette de rouleaux d'été vietnamiens faits maison avec une sauce merveilleuse trempette afin que nous n'étions pas affamés faim au moment où j'ai fondu. Si vous voulez cette recette aussi, appeler moi).

270g linguine

1 c. à soupe d'huile végétale
1 gros oignon rouge
2 gousses d'ail, coupées en dés
1 grosse carotte, râpée
1 gros brocoli, coupée en bouquets
1 poivron rouge, coupée en lanières
Sel et poivre

Sauce:

2 c. à soupe de sauce aux huîtres
2 c. à soupe de sauce hoisin
2 c. à soupe d'huile de sésame grillée

Faire la sauce en plaçant tous les ingrédients ensemble dans un petit bol et mélanger. Mettre sur un côté.
Vous pouvez aussi préparer votre passoire dans l'évier pour égoutter les pâtes une fois qu'elles sont cuites.
Placer une grande casserole d'eau avec une cuillère à thé de sel sur la plaque de cuisson et porter à ébullition. Une fois bouillie, ajouter les linguines. Faire bouillir environ 10 minutes.
Pendant la cuisson des linguines : ajouter l'huile végétale dans un grand wok et réchauffer à feu moyen. Une fois que l'huile est chaude, ajouter l'oignon et l'ail et cuire pendant 6 minutes, en remuant afin qu'il ne brûle pas.
À ce stade, je devrais ajouter que si vous ne voulez pas grincer brocoli - vous savez ce que je veux dire, il est dans votre bouche et vous essayez de mordre dedans et il grince, uurrgh! - Je vous suggère alors de faire bouillir/cuire à la vapeur votre brocoli pendant 2 minutes avant de l'ajouter au mélange final.
Une fois que l'oignon et l'ail sont cuits, ajouter la carotte et cuire le mélange pendant encore 1 minute, en remuant de temps en temps.
Vos pâtes doivent être cuites maintenant; égoutter, puis remettre dans le moule et ajouter la sauce
Mélanger les pâtes dans la sauce et couvrir d'un couvercle.
Ajoutez votre brocoli égoutté à votre wok et ajoutez ensuite les pâtes. Remuez tout pour que tous les légumes soient également couverts dans la sauce.
Savourez 😉

## Tu veux des vacances ??

Avec les restrictions actuelles de voyage en place, voici quelques liens utiles pour vous de déterminer la distance que vous voyagerez à venir et passer du temps avec nous venez et ne pas avoir à vous soucier de la distance sociale. Tout est là sur le site - piscine, jacuzzi, salle de gym, salle de jeux, jardin avec barbecue et pétanque, tables et chaises patio, traiteurs sur place, esthéticienne 😃

- Carte sortie confinement: ce site est simple à utiliser. Il vous suffit de taper votre adresse et il vous montre jusqu'où vous pouvez aller. Il fonctionne également bien sur un mobile. https://carte-sortie-confinement.fr/
- Un autre exemple similaire est: https://www.cascoronavirus.fr/carte-circulation-100-km-deconfinement
- Géoconcept: Une entreprise géographique Géoconcept a également créé sa propre calculatrice. Encore une fois, vous n'avez qu'à taper votre adresse et elle indiquera la zone dans laquelle vous êtes autorisé à voyager.
  Elle peut être utilisée sur un mobile aussi : https://fr.geoconcept.com/covid19/calculez-votre-zone-de-100-kilometres

SOURCE: The Connexion