DÉCEMBRE
2020

LMQ Salon de Mariage,
enregistrez votre intérêt ici

Souvenirs du Notre
Marché de Noël 2019

LMQ BULLETIN

PRÉSENTATION: PARIS

PARIS Notre capitale et à un peu plus de 3 heures de LMQ, c'est un centre mondial pas seulement pour la gastronomie française, mais aussi pour l'art, la mode et la culture. Son paysage urbain du XIXe siècle est parsemé de les grandes boulevards et de la Seine.

Remarquable pour ses points de repère et ses nombreuses attractions, dont la Tour Eiffel, la cathédrale Notre-Dame, le Louvre, l'Arc de Triomphe sur les Champs-Élysées et même son voisin proche, le Château de Versailles avec son éblouissant hall de miroirs et ses somptueux quartiers royaux. Le cabaret du Moulin Rouge se délecte de sa place dans cette ville lumière, ses 100 performeurs ornés de plumes, de paillettes et de strass divertissant les millions de visiteurs débarquant aux 2 aéroports internationaux de Paris chaque année.

Partageant son année de naissance avec le Moulin Rouge, la Tour Eiffel a été construite en 1889 pour célébrer le 100e anniversaire de la Révolution française et a été commandée pour une vingtaine d'années. Prouvant évidemment sa valeur, il a résisté à l'épreuve du temps en étant l'un des monuments les plus visités au monde.

moi, au sommet de la Tour Eiffel

Autre point d'intérêt parisien, la cathédrale Notre-Dame a survécu à son pinceau avec la destruction par un incendie en avril 2019. Presque détruit a été près de 900 ans de histoire combinant ses origines romaines, médiévales et gothiques; les des clochers jumeaux et des gargouilles grotesques.

Paris a tant à découvrir; n'attendez pas les Jeux olympiques d'été de 2024 avant d'aller visiter 😉

Faites une visite virtuelle de Versailles de 6 minutes **ici** ou une visite virtuelle commentée de moins de 4 minutes ici

LMQ LIFE 🏡

Nous n'avons pas eu grand-chose à célébrer cette année, alors beaucoup de souvenirs des grands événements passés ont eu lieu ici à LMQ. Alors, après beaucoup de gaieté autour de quelques bouteilles de vin, nous avons décidé de revisiter notre très réussi le Salon de Mariage de 2018.

Nous avons été vraiment heureux en raison de tout le travail et les efforts qu'il avait fallu pour organiser, le Salon de Mariage a été vraiment bien fréquenté - nous avons effectivement manqué de place debout - donc cette fois-ci, nous limitons le nombre de participants et de le rendre encore mieux.

Ce à quoi vous pouvez vous attendre :

- Un verre de bienvenue à l'arrivée
- Variété de fournisseurs de bijoutiers, fleuristes, fournisseurs de voitures de mariage, traiteurs, organisateurs de mariage, photographes/les vidaste, les célébrants, les artistes, etc.
- Défilé de designers
- Goody bags

Ça va être un grand événement. Nous n'avons pas encore fixé de date, mais enregistrez votre intérêt - cliquez ici - et vous serez l'un des premiers à être garantir votre siège. 🥰

📢 Bonjour!

Bonnes nouvelles pour 2021; jusqu'à présent, les réservations semblent saines avec des réservations en avril, mai, juin, juillet et septembre.

– – – – –

Cette période de l'année me rappelle un Noël que nous avons passé à La Petite Maison en 2008, bien avant même de commencer à rénover le reste du LMQ. Moi-même, mon mari, mes deux enfants et mon beau-père nous sommes alles au supermarché local pour obtenir les ingrédients pour le dîner de Noël. Nous avons acheté pommes de terre, carottes, panais, oignon et ail (pour la sauce). Malheureusement, aucun d'entre nous n'avait la moindre idée du nom français de « dinde », alors nous attrapé le plus gros oiseau du congélateur.

La Petite Maison kitchen circa 2007

Le grand jour, après décongélation, l'oiseau a été déballé pour que nous le découvrionsétait une oie! Ah bien, il y a une première fois pour tout et j'ai roulé mon manches et cuit ce monstre d'un oiseau. Trois plateaux de graisse d'oie fondue plus tard -qui savait qu'il y avait tant de graisse sur cet oiseau ? - J'ai servi le plus succulent rôti nous avons jamais mangé, délicieux. 🦃

SAVIEZ-VOUS QUE… 🤔

- Le croissant, cet incontournable du petit-déjeuner français, a été inventé en Autriche. mon Dieu! et,
- Les kilts proviennent de la France (et non de l'Écosse, comme certains d'entre nous le croiraient)!

FATIGUE DE CONFINEMENT 😴

En avez-vous assez de "apprendre quelque chose de nouveau alors que nous avons tous un peu plus de temps à la maison"? Prenons une direction différente. Asseyez-vous avec une tasse de thé et découvrez ce qui suit.

Autant il faut des efforts que nous ne pensons pas que nous avons, faire de la remise en forme pendant que les gymnases sont fermés (ou si vous ne voulez tout simplement pas aller à un gymnase), vous aidera à garder la forme et en bonne santé.

- Cours de conditionnement physique en ligne : Les Mills sur demande (essai gratuit puis abonnement mensuel) - une sélection variée de cardio, entraînement de musculation, entraînement de danse, yoga, etc. ou Nike - yoga, cardio et HIIT, entraînement de musculation

Même si je ne me souviens pas de la dernière fois que j'ai mis un visage plein de maquillage, regarder certaines des vidéos là-bas était un grand divertissement

- Application de maquillage (avec un facteur de plaisir) James Charles; ou tutoriel de maquillage Full Coverage Glam

Ou

Annette Seaward, une conseillère spécialisée dans le développement personnel et le coaching de vie défi gratuit de confinement afin de promouvoir un changement positif et, en décembre/janvier, un défi axé sur l'atteinte des objectifs, etc. Cliquez ici pour en savoir plus.

Helen Elizabeth dirige des ateliers où vous pouvez créer votre propre savon et baume à lèvres et des bombes de bain. Pas sûr quand elle sera en marche. Ses coordonnées sont ici

Une autre excellente découverte en ligne est Skillshare, un site Web où vous pouvez "explorer de nouvelles compétences, approfondir les passions existantes et vous perdre dans la créativité. Ce que vous trouverez pourrait vous surprendre et vous inspirer."

☕ intervalle *(cliquez le photo)*

GAGNANT DU BULLETIN 🏆

Félicitations à notre gagnante de novembre:

Louise Nosjean

elle a gagné notre prix de la saison! Joignez-vous à notre groupe de Facebook 👉 **Friends of Le Moulin** 👈 et courez la chance de gagner notre sac-cadeau mensuel!

FOOD, GLORIOUS FOOD 🍽️

Voici une petite liste de quelques endroits localement qui sont ouverts pour les plats à emporter.
Assurez-vous de vérifier leurs heures d'ouverture, s'ils font des livraisons, etc.

Route 66 - Food Truck. Tel: 0780430444
Les Mardis a Le Teillieul
Les Vendredis a Fougerolles du Plessis
Disponible de 17h-21h, Commandes Seulement, commandes par téléphone à l'avance. Menu sur la page Facebook.

Jardin de Froulay - Couesmes Vauce 53300 Tel: 0243009379
Service à emporter, Disponible les Vendredi soir et Dimanche midi. commandes par téléphone à l'avance. Menu sur la page Facebook.

Renaissance Bar - Herce. Tel: 0766511184;
Service à emporter, Disponible les Vendredis soir de 17h-21h et dimanche midi-15h. commandes par téléphone à l'avance. Menu sur la page Facebook.

Summers Indian Kitchen, Passais 61350. Tel : 0636194902
Service à emporter vendredi, samedi et dimanche de 17h à 21h, commandes par téléphone à l'avance. Menu sur la page Facebook.

Je commence à voir la lumière 📸🎞️

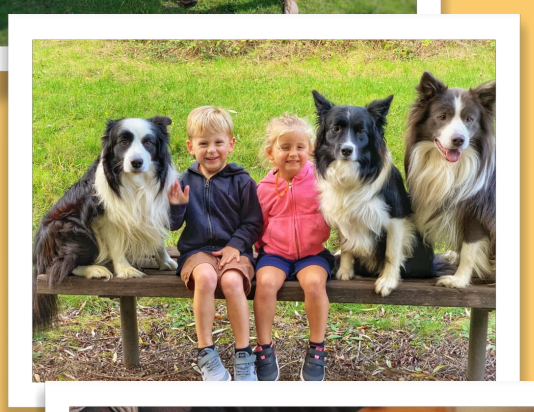
Bonjour!

Tout d'abord, un grand merci à Dorn pour m'avoir demandé une petite bio ! Je suis ravie de travailler avec Dorn et l'équipe extraordinaire du Brides in France Networking Group. Ils sont vraiment l'équipe de réseautage la plus solidaire dont je fais partie! of!

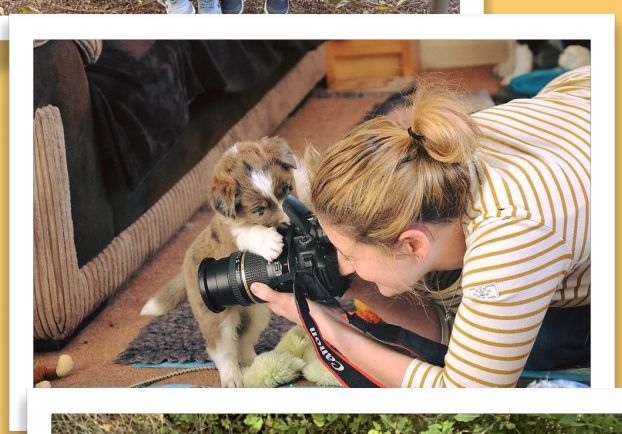
Samantha Cook, photographer

J'aimerais commencer par me présenter, je m'appelle Samantha Cook et je suis une photographe de mariage et de portrait de famille basée au Royaume-Uni. J'habite à Milton Keynes, avec mon mari et nos deux enfants.

J'ai toujours eu un appareil photo! J'ai adoré prendre des photos pour tant que je peux me rappeler, mais j'ai officiellement commencé mon voyage photographique il y a environ 3 ans. Tout a commencé par capturer mes amis petits enfants pour Noël minis et puis nos meilleurs amis se sont mariés en France dans un château à Beduer et ils voulaient vraiment que je capture leur grand jour. C'est parti en spirale.



J'ai eu mes deux enfants proches l'un de l'autre en âge, donc en conséquence, j'ai été en congé de travail pendant quelques années alors j'ai pensé que c'était un moment fantastique pour faire un réel coup de pouce pour elle une fois que les enfants ont été installés à l'école et préscolaire.



Ma famille et mes amis m'ont poussé à faire. Je ne peux pas assez les remercier pour leur amour, leur soutien et l'élan qu'ils m'ont donné. Je ne pourrais pas être plus heureux de faire ce travail.

J'adore capturer le grand jour des couples. Les jours de mariage sont un vrai buzz. À la minute où j'entre dans la pièce c'est un jour non-stop, fou. Et je ne l'aurais pas d'autre

C'est un tel privilège de participer à une période aussi importante. J'ai voyagé en France pour quelques mariages maintenant, mais je n'ai pas eu la chance de à la découverte du magnifique Moulin du Quentiniere pour un shooting stylé à l'avenir!

Quand je ne photographie pas et être maman / épouse, j'aime danser! J'ai danser depuis que j'ai 2 ans et je n'aime rien de plus que d'être sur le piste de danse! Je fais du rock and roll/Lindy hop et jive ainsi que freestyle. Je aider à enseigner aux adultes débutants Rock and Roll. J'ai dansé avec le même école de danse toute ma vie donc c'est comme une seconde maison pour moi. Prenez-moi retour aux années 40/50 à tout moment!

Pour ajouter à la pagaille nous avons trois collies de frontière ainsi quand tout le reste ne se passe pas nous rivalisons en agilité avec eux! Ils sont tous et sont tous compétitifs dans leur domaine. Rocky est notre plus ancien et il estAgilité en 5e année. Yogi est mon garçon et il est en 5e année, Diggle est notre plus jeune – il beaucoup pense qu'il appartient à notre fille et il n'est pas encore en compétition mais est la formation, il est connu comme notre fusée de poche. J'aime aussi à cheval!

Merci d'avoir pris le temps de lire ceci et j'espère vraiment que nos chemins se croiseront un jour! Pour l'instant, faites attention! Veuillez passer à ma page Facebook – Samantha Cook photographie MK et s'il vous plaît jeter un oeil à mon site We: https://www.scookphotography.co.uk

VENEZ CUISINER 🎁🎄

Pour ceux d'entre vous qui cherchent à être un peu créatif dans la cuisine, les recettes ci-dessous sont parfaits pour emballer et donner comme cadeaux.

Bocaux à Cookies

(fait environ 20 biscuits)

Ingrédients

115 g de farine ordinaire
0,5 c. à thé de levure chimique
0,5 c. à thé de cannelle moulue
0,25 c. à thé de sel
150g de raisins secs
165g de flocons d'avoine
125g de cassonade
1 gousse de vanille

Dans un bocal de 750ml propre et sec, déposer les ingrédients dans l'ordre (comme indiqué ci-dessus). Rentrez la gousse de vanille à l'intérieur ou, après avoir scellé le bocal, attachez-la autour du couvercle avec un ruban. Ajouter une étiquette-cadeau avec la méthode de cuisson écrite sur un côté.

Méthode

Préchauffer le four à 180°c
Tapisser une plaque de cuisson de papier sulfurisé
Verser le sucre dans un bol avec 115g de beurre ramolli.
Fendre la gousse de vanille et gratter les graines.
Ajoutez les graines dans le bol et battez-les ensemble - utilisez une cuillère en bois ou un fouet électrique - jusqu'à ce qu'elles soient pâles et pelucheuses.
Incorporer un œuf battu.
Vider le reste du contenu du bocal dans le bol et mélanger le tout jusqu'à ce qu'il soit combiné.
Réfrigérer 30 minutes, puis à l'aide d'une cuillère à soupe, transférer les tas sur la plaque.
Aplatir légèrement chacune d'elles, en laissant de la place pour qu'elles s'étalent.

Candied Nuts

(fait 4 sacs de 100 g)

Ingrédients

200 g de sucre
1 c. à thé de cannelle moulue
1 c. à thé de sel de mer fin
2 blancs d'œufs
200g de noix mélangées (pacanes, amandes, noisettes)

Méthode

Préchauffer le four à 170°c
Tapisser une plaque de cuisson de papier sulfurisé

Mélanger le sucre, la cannelle et le sel.
À l'aide d'un batteur à main, à vitesse moyenne, fouetter les blancs d'œufs avec 2 c. à soupe d'eau froide jusqu'à ce que vous atteigniez des pics moyens.
Incorporer délicatement le sucre cannelle en quelques ajouts, jusqu'à ce qu'il soit bien combiné.
Plier les noix à travers le mélange puis étaler sur la plaque de cuisson en une couche uniforme.
Cuire au four pendant 45 minutes, en vérifiant et en secouant les noix de temps en temps.
Le mélange de blancs d'œufs s'effondrera pendant la cuisson et sera prêt lorsqu'il sera doré. Il sera légèrement collant et deviendra croustillant comme il refroidit.
Verser les noix sur un plateau frais pour les empêcher de coller au parchemin. Laisser refroidir complètement avant de les mettre dans des sacs

Et maintenant, pour ceux qui ont parfois envie d'un curry mais préfèrent avoir un mélange de curry sec (par opposition à la recette de curry freezable que je vous ai donné en Octobre). C'est génial d'avoir à portée de main pour gagner un peu de temps.

Poudre de Curry

2 c. à table de coriandre moulue
2 c. à table de cumin moulu
1,5 c. à table de curcuma moulu
2 c. à thé de gingembre moulu
1 c. à thé de moutarde sèche
0,5 c. à thé de poivre noir moulu
1 c. à thé de cannelle moulue
0,5 c. à thé de cardamone moulue
0,5 c. à thé de poivre de Cayenne ou piments hachés

Mélanger et conserver dans un bocal hermétique jusqu'à ce que nécessaire. Devrait durer environ 3 mois.

Juste pour le plaisir…

Jingle bells, jingle bells, jingle all the way 🎄

B	H	P	W	H	G	U	O	D	R	U	O	S
I	A	O	U	L	E	G	T	N	E	V	D	A
L	B	G	I	D	Z	A	R	Y	E	B	H	C
B	A	E	U	E	D	I	T	E	L	U	Y	H
E	R	E	E	D	N	I	E	R	C	W	L	R
R	K	W	R	I	A	F	N	I	O	A	E	I
T	B	R	O	W	T	T	T	G	E	D	M	S
O	U	L	H	U	I	S	E	T	H	S	E	T
C	A	R	U	N	V	S	R	N	T	T	A	M
R	C	O	K	A	I	B	P	S	A	P	L	A
O	R	B	E	E	T	L	L	A	E	C	O	S
L	T	R	I	E	Y	N	E	T	R	E	E	S
L	C	A	R	O	L	S	G	N	W	V	E	S

ADVENT
CAROLS
CHRISTMAS
NATIVITY
PUDDING
REINDEER
TURKEY
TREE
WREATH
YULETIDE

Un petit questionnaire?

(mettez-vous au défi de voir combien vous pouvez répondre sans l'aide de votre moteur de recherche convivial…)

1. Que dit le tout premier message texte, envoyé en 1992?
2. Quel pays fictif n'a jamais de Noël, mais c'est toujours l'hiver?
3. Combien y a-t-il eu de femmes premiers ministres françaises, le cas échéant?
4. Dans la chanson « Les douze jours de Noël », qu'est-ce que mon véritable amour m'a donné le cinquième jour?
5. Combien de mois ont 28 jours?
6. Vrai ou faux : dans le film "Cléopâtre", les 65 robes d'Elizabeth Taylor étaient fabriquées à partir d'un tissu en or de 24 carats?
7. Si quelqu'un vous disait "devenir chêvre", que signifierait-il?
8. Qu'est-ce qu'un "flâneur "?
9. Combien de produits chimiques différents le corps humain utilise-t-il pour créer une croûte?
10. Pour quoi Alain de Monéys, aristocrate français de la Dordogne, était-il célèbre ?

(Les réponses seront annoncées en direct sur Facebook le 1er décembre à 18h)

Ça fait mal !

Arthritis L'arthrite se traduit par une inflammation des articulations accompagnée de symptômes tels que douleurs articulaires, raideur, perte de mouvement, enflure et déformation osseuse. Il peut être dû à un certain nombre de causes et il affecte non seulement les personnes âgées, mais les personnes de tous âges, y compris enfants.

Avec plus de 100 types différents, deux des plus courants sont l'arthrose et la polyarthrite rhumatoïde.

L'arthrose peut affecter les genoux, les hanches, la colonne vertébrale et les doigts. Il se produit lorsque le cartilage qui agit comme un amortisseur entre les articulations s'use ou est endommagé par la maladie ou une blessure. Il peut aussi y avoir un facteur héréditaire.

L'arthrite rhumatoïde est une maladie auto-immune qui provoque le système immunitaire du corps à attaquer sa synovie - le doux autour des articulations qui produisent du liquide synovial lubrifiant. Au fil du temps, cela endommage l'articulation. Il peut également conduire à symptômes tels que la fatigue généralisée, la perte d'appétit et même l'anémie.

Malheureusement, l'arthrite n'est pas curable, mais il existe des traitements qui peuvent aider à atténuer les symptômes. La plupart des traitements visent à réduire la douleur et l'enflure et à aider au mouvement. En premier lieu, vous devriez parler avec votre médecin généraliste (GP). Un GP peut vérifier l'état de vos articulations et l'amplitude des mouvements et, si nécessaire, vous diriger vers un spécialiste pour une évaluation.

Des exercices ciblés qui renforcent les muscles autour de l'articulation aideront à atténuer la pression et à réduire la douleur. L'application de coussins chauffants ou de blocs réfrigérants peut aider à soulager temporairement la douleur et/ou l'enflure. La chose la plus importante est de garder l'articulation en mouvement - bien que cela puisse être la dernière chose que vous voulez faire - car ce sera plus avantageux à long terme.

Perdre du poids aidera également car il réduit la pression sur les articulations. Vous pourriez également constater que certains aliments aggravent votre arthrite et éviter les aliments gras, transformés et sucrés peut faire une différence.

Essayer de vivre avec l'arthrite n'est pas facile, mais il y a beaucoup de choses que vous pouvez faire pour vous aider - sans avoir besoin de votre médecin de recommander la chirurgie - il vaut donc la peine de faire vos recherches et de faire quelques changements à votre alimentation et votre style de vie. lifestyle.

J'espère que vous avez apprécié ce bulletin; réjouissez-vous en cette période des Fêtes et voyez vous en 2021

Sources: bbc food, parisinsidersguide.com, moneysavingexpert.com/ minimalistbaker.com/jamie.oliver.com, waitrose.com. localDirectory

https://www.le-moulin-quentiniere.com
+44 7947 834948