

comment vivre en 1972?

Le catalogue R-B vous fera découvrir, au fil de ses 116 pages couleurs, toutes les ressources actuelles de la décoration et de l'ameublement contemporain. 376 photos couleurs, 3207 articles référencés et 553 croquis, vous permettront de répondre à la question. Bon à découper et à expédier à l'une des adresses ci-dessous. Pour la province, à votre magasin régional. Envoi contre 5 F Français en timbres (remboursés avec votre premier achat) ou par tous autres moyens à votre convenance.

nom

adresse

ville

formidable inoxydable



L'acier inox, employé en surface, est nouveau venu dans la décoration, mais il a déjà sa légende : mobilier viril, symbole de modernisme... et de réussite sociale! L'acier inox a sa place dans votre salle de séjour car c'est un matériau chaleureux, un remarquable « faire valoir » pour le cuir ou le tissu de votre salon. Et les plaques d'acier peuvent aussi se plier au gré des fonctions recherchées : tables basses, tabouret, bac à fleurs, meuble-bar, table de télévision, support de chaîne hi-fi, chauffeuse...

ROCHE-BOBO!

Votre semaine de menus

par Monique Mainé

Renouveler son répertoire culinaire n'est pas toujours simple. Aussi, consultez nos menus familiaux : cette semaine, nous avons mis les coquillages en vedette.

Il est une entrée qui vous met eau à la bouche, ce sont bien les coquillages. Les poissonniers en reçoivent à des prix très variés. Bigorneaux ou bulots, cuits à l'eau et accompagnés de pain de campagne et d'un peu de muscadet, c'est un vrai régal. Quant aux moules et aux huîtres, préparez-les avec une vinaigrette à l'ail et au persil, accompagnées de salade, assaisonnez-les avec du vinaigre de Jura, de la mayonnaise, et vous nous en direz des nouvelles ! Les plats précédés d'un astérisque ☆ se trouvent dans nos fiches-cuisine déjà parues.

Encore quatre fiches-cuisine :



Morue à la crème
Kouing - aman
Salades d'hiver

Queue de bœuf en hochepot

Écoutez les pages 9-10 et 123-124.

Les fiches-cuisine : Plat long en soupe (Primavera). Assiettes à salade d'été.

SAMEDI

DEJEUNER

- Bigorneaux
- ☆ Entrecôtes grillées
- ☆ Pommes frites
- Poires

DINER

- ☆ Croque-monsieur
- Laitue en salade
- Crème au caramel

NOS CONSEILS

BIGORNEAUX

Ils se vendent au litre ou au 1/2 litre. Pour 6 personnes, comptez 1 litre. Faites-les cuire à l'eau froide, aromatisée : oignons, bouquet garni, sel, pendant 15 minutes.

LUNDI

DEJEUNER

- ☆ Saucisse grillée
- ☆ Aligot
- Saint-nectaire
- Oranges

DINER

- ☆ Tourin de Saint-Céré
- Fenouils au gratin
- Riz au lait

NOS CONSEILS

ALIGOT

Ce plat auvergnat accompagne parfaitement la saucisse fraîche. Il est à base de purée de pommes de terre épaisse et de tomme d'Auvergne, qui est en fait du cantal frais.

DIMANCHE

DEJEUNER

- Cœurs d'artichauts
- ☆ Coquelets à la normande
- ☆ Pommes au four
- Plateau de fromages
- ☆ Gâteau au chocolat

DINER

- ☆ Œufs à l'oseille
- Laitue en salade
- Yaourt aux fruits

NOS CONSEILS

COQUELETS A LA NORMANDE

C'est une façon délicate de présenter coquelets et poulets. Ils sont aromatisés et cuits dans du calvados. En dernière minute, on déglace la sauce avec de la crème.

MARDI

DEJEUNER

- Carottes râpées
- ☆ Grondins beurre d'anchois
- Pommes à l'anglaise
- Ananas au sucre

DINER

- ☆ Soupe de poisson
- ☆ Chipolatas au vin blanc
- Scarole en salade
- Oranges

NOS CONSEILS

SOUPE DE POISSON

Savez-vous que vous pouvez faire une excellente soupe de poisson avec uniquement les têtes ?