

Amicale Nationale **2025** des Enfants de l'Algérois



Aux échos **D'ALGER**

— REVUE TRIMESTRIELLE —



Le journal des Villes et des Villages de l'Algérois

Siège social : 46, boulevard Sergent Triaire – 30000 Nîmes

Adresse postale : chez Mme MENDOZA Francette – 28, rue des Sourbans – 30540 MILHAUD

Tél. : 04 66 74 14 84 – 06 74 83 65 97

Courriels : francette.mendoza@wanadoo.fr et enfantsdelalgerois@orange.fr

Site internet : www.aux-echos-dalger.com

Permanence le mardi de 14h à 18h (hors vacances scolaires)

Fondatrice et Directrice de la Publication : Mme Francette Mendoza

LE PAIN

L'histoire commence il y a 8 000 ans : un grain tombe d'un épi de blé, un homme le mâchonne. Un autre l'écrase sur une pierre plate avec un caillou...

Plus tard, d'autres le réduisent en farine pour en faire une bouillie.

Les Sumériens ont l'idée d'en façonner des galettes et de les faire cuire sur les parois du four...

Les Grecs font fermenter la pâte avec du jus de raisin, puis de la levure de bière.

300 ans av. J-C, les premières boulangeries, les pistoria, naissent à Rome.

En améliorant le système des moulins, les Romains développent la culture du blé et étendent la civilisation du pain dans tout l'Empire et jusqu'en Gaule...

Au Moyen-Âge, les Croisés rapportent d'Orient le

principe du moulin à vent et, depuis, le pain est la base de l'alimentation française.

Aujourd'hui, on trouve une grande variété de pains dans les boulangeries : pain blanc, bis, noir, complet, pain de campagne, pain au levain, au son, au maïs, au lin, pain de seigle, sans parler de la traditionnelle baguette, du pain bio, des pains aux olives, aux raisins, aux lardons, aux noix, qui accompagnent selon les goûts : coquillages, charcuteries, fromage... Source de glucides complexes, de protéines, de vitamines, de minéraux, et riche en fibres, le pain est un aliment à haute valeur nutritive.



Janvier

2025

1 M JOUR DE L'AN 01	8 M Lucien	15 M Rémi	22 M Vincent	29 M Gildas
2 J Basile	9 J Alix	16 J Marcel	23 J Banard	30 J Martine
3 V Geneviève	10 V Guillaume	17 V Roseline	24 V François de Sales	31 V Marcelle
4 S Odilon	11 S Paulin	18 S Prisca	25 S Conv. de Paul	1 S Ella
5 D Edouard / Épiphanie	12 D Tatiana	19 D Marius	26 D Paule	2 D Prés. du Seigneur
6 L Mélaine 02	13 L Yvette 03	20 L Sébastien 04	27 L Angèle 05	3 L Blaise 06
7 M Raymond	14 M Nina	21 M Agnès	28 M Thomas d'Aquin	4 M Véronique

ZONE A Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers

ZONE B Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg

ZONE C Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles

○ NOUVELLE LUNE
● PLEINE LUNE

☾ PREMIER QUARTIER
☾ DERNIER QUARTIER

PETITS PAINS AU LAIT

Ingédients : *pour une quinzaine de petits pains :*

500 g de farine – 2 cuil. à soupe de sucre en poudre –

30 cl de lait – 30 g de beurre –

1 sachet de levure de boulanger – 1 pincée de sel

Préparation :

Dans deux casseroles, faire chauffer légèrement le lait et le beurre.

Dans une grande jatte, mélanger la farine, le sucre et le sel.

Ajoutez la levure au lait tiède et laissez reposer 15 mn.

Puis mélangez avec une cuillère en bois, le beurre fondu et le lait à la farine.

Pétrissez la pâte une dizaine de mn jusqu'à ce qu'elle se décolle de votre main. Si besoin, ajoutez un peu de farine.

La pâte doit être souple et homogène.

Laissez-la lever dans un endroit chaud, recouverte d'un linge pendant 1 h à 1 h 30.

Reprenez la pâte et divisez-la en une quinzaine de petites boules auxquelles vous donnerez une forme un peu allongée.

Laissez reposer quelques minutes puis faites cuire 20 mn au four préchauffé à 180° C (350+ F, th. 6).

CRACKERS SALES AUX TOMATES SÉCHÉES

Ingédients :

2 verres de farine (200 g) –

90 g de beurre mou –

1 œuf – 1 cuil. à café de

basilic haché –

3 cuil. à soupe de parmesan râpé (50 g) – 1/3 du

bocal de tomates séchées

à l'huile, égouttées (60 g) –

poivre.

Préparation :

Mélangez la farine, le beurre mou, l'œuf, le basilic haché, le parmesan râpé et les tomates séchées coupées en dés. Ajoutez quelques tours de moulin à poivre.

Roulez la pâte en forme de boudin, enveloppez-le de film alimentaire et disposez-le 5 mn au congélateur.

Coupez le boudin de pâte en tranches de 5 mm et disposez-les sur la plaque du four couverte de papier cuisson.

Préchauffez le four à 180° (th. 6), enfournez pendant 15 mn. Sortez les crackers du four et laissez-les refroidir afin qu'ils durcissent.



Bonne kemia !

Février

2025

1 S Ella	8 S Jacqueline	15 S Claude	22 S Isabelle	1^{re} S Aubin
2 D Prés. du Seigneur / CHANDELEUR	9 D Apolline	16 D Julienne	23 D Lazare	2 D Charles le Bon
3 L Blaise 06	10 L Arnaud 07	17 L Alexis 08	24 L Modeste 09	3 L Guénolé 10
4 M Véronique	11 M N. Dame de Lourdes	18 M Bernadette	25 M Roméo	4 M Casimir
5 M Agathe	12 M Félix	19 M Gabin	26 M Nestor	5 M Olive / Les Cendres DÉBUT DU CARÈME
6 J Gaston	13 J Béatrice	20 J Aimée	27 J Honorine	6 J Colette
7 V Eugène	14 V Valentin	21 V Pierre-Damien	28 V Romain	7 V Félicité

ZONE A Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers

ZONE B Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg

ZONE C Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles

○ NOUVELLE LUNE
● PLEINE LUNE

☾ PREMIER QUARTIER
☾ DERNIER QUARTIER

LA CANELLE

Son nom à lui seul ouvre tout un livre de parfums, de couleurs et de légendes allant des pyramides d'Égypte aux rites bibliques en passant par nos recettes de cuisine comme de beauté. Il se prête à des évocations de peaux exotiques et de saveurs chaudes qui font voyager l'imagination, les papilles et tous les sens.

Connue depuis l'Antiquité, sa substance aromatique provient de l'écorce interne du cannelier de Ceylan, le *cinnamomum verum*. En bâtonnets ou broyée en poudre, la cannelle s'utilise le plus souvent comme aromate. Cependant ses propriétés médicinales sont aussi prisées : réputée pour lutter contre les infections, favoriser la digestion, elle est riche en



antioxydants qui protègent nos cellules contre les radicaux libres. Arôme et propriété curatives se combinent d'ailleurs souvent : en infusion dans un

bon vin chaud, la cannelle est aussi chaleureuse au goût que revigorante contre le rhume !

Originalité gastronomique, elle sublime autant les mets sucrés que les plats de viande ou de volaille en cuisine orientale ou indienne.

En poudre ou en bâtonnets ? En poudre, sa saveur est plus prononcée, mais s'altère plus rapidement. Préférez-la en petites quantités et

entourez-la de tous vos soins : prévoyez une petite boîte en métal dans un endroit frais et sec pour mieux la conserver.

Mars

2025

1 S Aubin	8 S Jean de Dieu	15 S Louise	22 S Léa	29 S Gwladys
2 D Charles le Bon	9 D Françoise	16 D Bénédicte	23 D Victorien	30 D Amédée  + 1h
3 L Guénolé 10	10 L Vivien 11	17 L Patrice 12	24 L Cath. de Suède 13	31 L Benjamin 14
4 M Casimir / Mardi-Gras	11 M Rosine	18 M Cyrille	25 M Annonciation	1 M Hugues
5 M Olive / Les Cendres / DÉBUT DU CARÈME	12 M Justine	19 M Joseph	26 M Larissa	2 M Sandrine
6 J Colette	13 J Rodrigue	20 J PRINTEMPS	27 J Habib / MI-CARÈME	3 J Richard
7 V Félicité	14 V Mathilde	21 V Clémence	28 V Gontran	4 V Isidore

ZONE A Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers

ZONE B Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg

ZONE C Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles



NOUVELLE LUNE



PLEINE LUNE



PREMIER QUARTIER



DERNIER QUARTIER

GIGOT D'AGNEAU – MIEL – ROMARIN

Ingrédients :

1 gigot d'agneau de 2 kg environ –
4 cuil. à soupe de miel – 1 brin de romarin –
12 à 15 gousses d'ail –
5 pincées de piment
d'Espelette –
5 cl d'huile d'olive –
sel et poivre.

Préparation :

Avant la cuisson, laisser le gigot 2h à température ambiante.

Préchauffer le four à 210° C (th 7)

Mélanger l'huile avec le miel, le piment et le poivre. Faire pénétrer cette marinade dans le gigot avec les mains.

Au fond du plat allant au four, déposer les gousses

d'ail avec leur peau, puis le gigot dessus, ajouter la marinade s'il en reste et parsemer d'aiguilles de romarin. Enfourner 1 h (pour une cuisson à point). Retourner le gigot toutes les 10 mn et l'arroser de

son jus.

Sortir le gigot et l'envelopper de papier d'aluminium. Réserver l'ail et récupérer le jus dans une casserole. Dégraisser le plat avec 30 cl d'eau, en grattant à la spatule, et ajouter au jus. Faire réduire de moitié sur feu moyen. Saler, poivrer si nécessaire.

Découper le gigot en

tranches et saler chaque tranche. Servir avec l'ail et le jus.

Accompagner de légumes de votre choix.



Avril

2025

1 M Hugues	8 M Julie	15 M Paterne	22 M Alexandre	29 M Catherine de Sienne
2 M Sandrine	9 M Gautier	16 M Benoît-Joseph	23 M Georges	30 M Robert
3 J Richard	10 J Fulbert	17 J Anicet / Jeudi Saint	24 J Fidèle	1 J Fête du travail
4 V Isidore	11 V Stanislas	18 V Parfait / Vend. Saint	25 V Marc	2 V Boris
5 S Irène	12 S Jules	19 S Emma	26 S Alida	3 S Philippe, Jacques
6 D Marcellin	13 D Ida / Rameaux	20 D PÂQUES	27 D Zita	4 D Sylvain
58^{ème} Assemblée Générale de l'Amicale				
7 L J-Baptiste de la Salle	14 L Maxime	21 L LUN. DE PÂQUES Anselme	28 L Valérie	5 L Judith
15	16	17	18	19

ZONE A Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers

ZONE B Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg

ZONE C Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles

○ NOUVELLE LUNE
● PLEINE LUNE

☾ PREMIER QUARTIER
☾ DERNIER QUARTIER

BRICKS À LA VIANDE

Ingrédients :

1 bouquet de persil et 1 de coriandre – quelques feuilles de menthe – 1 oignon – 350 g de bœuf haché – ½ cuil. à café de cannelle – ½ cuil. à café de cumin - 1 cuil. à café de piment doux – 1 pincée de piment fort – 80 g de beurre – 4 œufs – 6 feuilles de brick – huile – sel – poivre.

Préparation :

Laver et hacher finement le persil, la coriandre et les feuilles de menthe.

Peler et hacher l'oignon.

Mélanger la viande avec la cannelle, le cumin, le piment et les précédents ingrédients hachés. Saler, poivrer. Bien pétrir et laisser reposer 1 h.

Dans une poêle, mettre

ce mélange avec le beurre et cuire en remuant constamment. Lorsque le jus est totalement évaporé, ajouter petit à petit les œufs battus, sans cesser de remuer. Retirer du feu.

Huiler une face de chaque feuille de brick. Répartir la farce au centre, puis replier la feuille de brick de manière à obtenir un rectangle. Faites les autres feuilles de la même manière.

Dans une poêle faire chauffer 3 cuil. à soupe d'huile ; puis y disposer les bricks côté plié dessous afin de les souder à la cuisson.

Les poêler sur feu doux 2 à 3 mn de chaque côté, pour bien les dorer. Servir aussitôt.

Servir accompagné d'une salade.



Mai

2025

1 J FÊTE DU TRAVAIL

8 J VICTOIRE 1945

15 J Denise

22 J Emile

29 J ASCENSION
Aymar

2 V Boris

9 V Pacôme

16 V Honoré

23 V Didier

30 V Ferdinand

3 S Philippe, Jacques

10 S Solange

17 S Pascal

24 S Donatien

31 S Visitation
de la Ste Vierge

4 D Sylvain

11 D Estelle

18 D Eric

25 D Fête des Mères /
Sophie

1 D Justin

5 L Judith 19

12 L Achille 20

19 L Yves 21

26 L Bérenger 22

2 L Blandine 23

6 M Prudence

13 M Rolande

20 M Bernardin

27 M Augustin

3 M Kévin

7 M Gisèle

14 M Matthias

21 M Constantin

28 M Germain

4 M Clotilde

ZONE A Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers

ZONE B Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg

ZONE C Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles

○ NOUVELLE LUNE
● PLEINE LUNE

☾ PREMIER QUARTIER
☾ DERNIER QUARTIER

LA TOMATE

Rouge comme une tomate ? Détrompez-vous ! *Solanum lycopopersicum*, la « pomme d'amour » ou la « pomme d'or » si vous préférez, cache bien son jeu et adore s'habiller en blanc, jaune, noir, orange, rose, vert, violet et même en zébré ! Originale de Colombie, d'Equateur et du Pérou où on l'a retrouvée à l'état sauvage, elle a été domestiquée dans le reste de l'Amérique du Sud, puis introduite par les Espagnols au XVI^{ème} siècle en Espagne, en Italie et en France. Ce sont les Provençaux en 1790, qui ont fait connaître la tomate aux Parisiens lors de la fête de la Fédération !

Fruit ou légume ? Servie en légume, la tomate est pourtant un fruit en terme botanique, sauf pour les douaniers des Etats-Unis, mais ceci est une autre histoire... Ses formes, sa taille et son poids (jusqu'à 1 kg !) sont très variés : côtelée de type Marmande, ronde et lisse en grappe, allongée comme la Roma, pointue comme la Chico, charnue comme la Cœur de bœuf, miniature de la taille d'une cerise... Certaines variétés locales ou régionales ont le label IGP



(Indication Géographique Protégée). Sa chair, acide ou sucrée, se croque crue, se grille, se confit, se fond en sauce et coulis et évoque des saveurs gustatives proches de celles des vins, fraîches, mielleuses ou longues en bouche.

De la graine à la cuisine et de la cuisine au balcon, sa culture, parfois sophistiquée, peut être un jeu d'enfant. Sa préparation aussi : nature avec juste un peu de fleur de sel ou une larme d'huile d'olive, c'est un régal !

Juin

2025

1 D Justin	8 D PENTECÔTE Médard	15 D Fête des Pères / Germaine	22 D Alban	29 D Pierre, Paul
2 L Blandine 23	9 L LUN. DE PENTECÔTE 24 Diane	16 L J.-François Régis 25	23 L Audrey 26	30 L Martial 27
3 M Kévin	10 M Landry	17 M Hervé	24 M Jean-Baptiste	1 M Thierry
4 M Clotilde	11 M Barnabé	18 M Léonce	25 M Prosper	2 M Martinien
5 J Igor	12 J Guy	19 J Fête-Dieu / Romuald	26 J Anthelme	3 J Thomas
6 V Norbert	13 V Antoine de Padoue	20 V Silvère	27 V Fernand	4 V Florent
7 S Gilbert	14 S Elisée	21 S ÉTÉ	28 S Irénée	5 S Antoine

ZONE A Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers

ZONE B Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg

ZONE C Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles



NOUVELLE LUNE



PLEINE LUNE



PREMIER QUARTIER



DERNIER QUARTIER

THON À LA SICILIENNE

Ingrédients :

*4 darnes de thon de 2,5 cm d'épaisseur –
3 cuil. à soupe d'huile d'olive – 1 petit oignon
finement haché – 1 gousse d'ail écrasée –
750 g de tomates pelées –
2 cuil. à soupe de persil haché – 1 feuille de laurier –
4 filets d'anchois
réduits en purée –
une dizaine d'olives
noires – un peu de
farine – sel et poivre.*

Préparation :

Saler, poivrer et saupoudrer de farine les darnes de thon.
Dans une poêle les faire dorer rapidement des deux côtés dans 2 cuil. à soupe d'huile et les réserver.

Verser le reste d'huile et faire revenir à feu doux pendant 5 mn, l'oignon et l'ail.

Ajouter le persil, le laurier, les anchois et les tomates. Porter à ébullition et poursuivre la cuisson jusqu'à ce que la sauce soit consistante.

Poivrer et rajouter les darnes de thon.

Laisser mijoter 15 mn à feu doux, en retournant à mi-cuisson.

Couper le feu, ajouter les olives et attendre 5 mn avant de servir.



Juillet

2025

1 M Thierry	8 S Thibault	15 S Donald	22 S Marie-Madeleine	29 S Marthe
2 M Martinien	9 M Amandine	16 M N. D. du Mont Carmel	23 M Brigitte	30 M Juliette
3 J Thomas	10 J Ulrich	17 J Charlotte	24 J Christine	31 J Ignace de Loyola
4 V Florent	11 V Benoît	18 V Frédéric	25 V Jacques	1 V Alphonse
5 S Antoine	12 S Olivier	19 S Arsène	26 S Anne / Joachin	2 S Julien / Eymard
Massacre à ORAN le 5 juillet 1962	13 D Henri / Joël	20 D Marina	27 D Nathalie	3 D Lydie
6 D Mariette	14 L FÊTE NATIONALE	21 L Victor	28 L Samson	4 L J.-Marie / Vianney
7 L Raoul				

ZONE A Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers

ZONE B Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg

ZONE C Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles

○ NOUVELLE LUNE
● PLEINE LUNE

☾ PREMIER QUARTIER
☾ DERNIER QUARTIER

BEIGNETS TUNISIENS

Ingédients :

1 kg de farine – 1 pincée de sel – 1 verre d'eau tiède – 80 g de levure de bière (levure de boulanger) – huile pour friture – 1 verre de sucre – 2 paquets de sucre vanillé.

Préparation :

Délayer la levure dans l'eau tiède. Mélanger la farine, la levure délayée et le sel.

Pétrir longuement ce mélange. Vérifier que la pâte soit très souple, plutôt molle (ajouter de l'eau si nécessaire). Laisser reposer 2 h au chaud (la pâte doit doubler de volume).

Prendre une petite quantité de pâte du volume d'une pêche, en former une boule à la main.

Entre le pouce et l'index de chaque main, former une petite couronne.

Dans une grande poêle faire chauffer l'huile. Plonger les beignets et les retourner en cours de cuisson.

Les égoutter et les rouler, un à un, dans le sucre parfumé à la vanille. Servir aussitôt.



Août

2025

1 V Alphonse	8 V Dominique	15 V ASSOMPTION	22 V Fabrice	29 V Sabine
2 S Julien / Eymard	9 S Amour	16 S Armel	23 S Rose de Lima	30 S Fiacre
3 D Lydie	10 D Laurent	17 D Hyacinthe	24 D Barthélémy	31 D Aristide
4 L J-Marie / Vianney 32	11 L Claire 33	18 L Hélène 34	25 L Louis 35	1 L Gilles 36
5 M Abel	12 M Clarisse / Jeanne F.C.	19 M Jean-Eudes	26 M Natacha	2 M Ingrid
6 M Transfiguration	13 M Hippolyte	20 M Bernard	27 M Monique	3 M Grégoire
7 J Gaétan	14 J Evrard	21 J Christophe	28 J Augustin	4 J Rosalie

ZONE A Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers

ZONE B Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg

ZONE C Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles

○ NOUVELLE LUNE
● PLEINE LUNE
☾ PREMIER QUARTIER
☾ DERNIER QUARTIER

LE MIEL

L'amour que l'homme voue au miel date d'il y a plus de dix mille ans. Les images gravées sur les falaises près de Valence en Espagne, témoignent d'une des anciennes façons dont on recueillait le miel. Quelques très anciennes histoires nous apprennent que, déjà au temps de la période Jurassique, les riverains du lac de Genève avaient perfectionné la récolte du miel.

Les connaissances que les peuples de l'antiquité avaient du miel étaient voilées par les mythes et les légendes. Tout aussi récemment qu'à l'époque de l'Empire Romain, l'écrivain latin Pline, présumait que le miel était soit la sueur du ciel, soit le crachat des étoiles. Le miel représentait le symbole de félicité éternelle, si bien que les dieux païens exigeaient des offrandes de miel, tout comme les pharaons égyptiens

exigeaient avoir une abondante provision de fleurs de lotus, de rayons de miel et de miel, et ce, même après leur mort.

A travers les âges, en passant de la sorcellerie et des mythes à la révérence et à l'adoration des dieux, on a chanté les louanges du miel. C'était quelque chose de pur dans un monde impur. La douceur apparemment miraculeuse du miel alliée à son surprenant pouvoir thérapeutique a accompli des merveilles et réconforté d'innombrables générations.

Dans les temps préhistoriques, il était de coutume de donner une goutte de miel aux bébés à leur naissance avant qu'il ne goûte au lait de sa mère.



Septembre

2025

1 L Gilles 36	8 L Nativité 37	15 L Roland 38	22 L AUTOMNE Maurice 39	29 L Michel / Gabriel / Raphaël 40
2 M Ingrid	9 M Alain	16 M Edith	23 M Constant	30 M Jérôme
3 M Grégoire	10 M Inès	17 M Renaud	24 M Thècle	1 M Thé de l'Enfant Jésus
4 J Rosalie	11 J Adelphe	18 J Nadège	25 J Hermann	2 J Léger
5 V Raïssa	12 V Apollinaire	19 V Emilie	26 V Côme / Damien	3 V Gérard
6 S Bertrand	13 S Aimé	20 S Davy	27 S Vincent de Paul	4 S François d'Assise
7 D Reine	14 D Croix Glorieuse	21 D Matthieu	28 D Venceslas	5 D Fleur

ZONE A Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers

ZONE B Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg

ZONE C Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles

○ NOUVELLE LUNE
● PLEINE LUNE

☾ PREMIER QUARTIER
☾ DERNIER QUARTIER

POULET AU MIEL, PRUNEAUX ET AMANDES

Ingrédients :

*5 cuisses et 5 avant cuisses de poulet (2,2 kg) –
3 gousse d'ail – 4 oignons – 4 cm de gingembre
haché – 3 cuil. à soupe d'huile d'olive –
3 cuil. à soupe de miel – sel – poivre.*

Version hiver : *1 sachet de pruneaux (200 g) –
1 cuil. à café de Ras el Hanout ou de cannelle –
125 g d'amandes à apéritif.*

Version été : *7 tomates – 10 courgettes –
1 cuil. à café de curcuma (ou safran) –
2 citrons confits.*

Réhydratez les pruneaux à l'eau tiède.

Préparation :

Coupez cuisses et avant cuisses de poulet. Pelez les gousses d'ail ainsi que les oignons et coupez-les en rondelles. Pelez et hachez le gingembre.

Faites revenir le poulet à l'huile d'olive, salez, poivrez. Ajoutez les gousses d'ail écrasées à la



main, les oignons émincés, le gingembre haché, le miel, l'épice. Mouillez d'eau à hauteur (75 cl environ), couvrez et laissez cuire 30 mn sur feu doux. Ajoutez les légumes : pruneaux déshydratés et les amandes ou courgettes en tronçons, tomates en quartiers et citrons confits en dés, puis poursuivez la cuisson 30 mn.

Ce plat s'accompagne de couscous.

Octobre

2025

1 M Thé. de l'Enfant Jésus

8 M Pélagie

15 M Thérèse d'Avila

22 M Elodie

29 M Narcisse

2 J Léger

9 J Denis

16 J Edwige

23 J Jean de Capistran

30 J Bienvenue

3 V Gérard

10 V Ghislain

17 V Baudoin

24 V Florentin

31 V Quentin

4 S François d'Assise

11 S Firmin

18 S Luc

25 S Crépin

1 S TOUSSAINT

5 D Fleur

12 D Wilfried

19 D René

26 D Dimitri



2 D Défunts

6 L Bruno 41

13 L Géraud 42

20 L Adeline 43

27 L Emeline 44

3 L Hubert 45

7 M Serge

14 M Juste

21 M Céline

28 M Jude

4 M Charles

ZONE A Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers

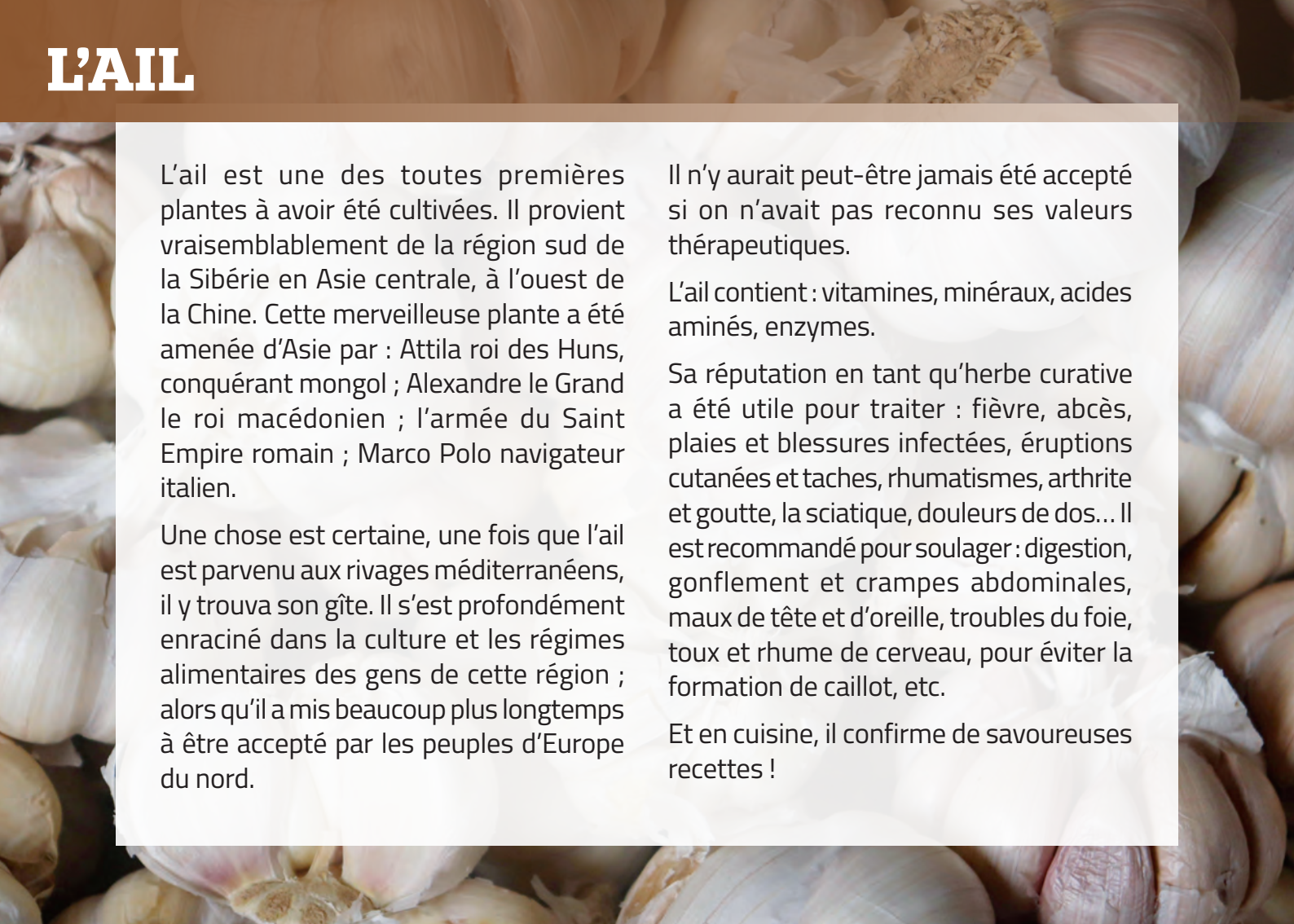
ZONE B Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg

ZONE C Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles

○ NOUVELLE LUNE
● PLEINE LUNE

☾ PREMIER QUARTIER
☾ DERNIER QUARTIER

L'AIL



L'ail est une des toutes premières plantes à avoir été cultivées. Il provient vraisemblablement de la région sud de la Sibérie en Asie centrale, à l'ouest de la Chine. Cette merveilleuse plante a été amenée d'Asie par : Attila roi des Huns, conquérant mongol ; Alexandre le Grand le roi macédonien ; l'armée du Saint Empire romain ; Marco Polo navigateur italien.

Une chose est certaine, une fois que l'ail est parvenu aux rivages méditerranéens, il y trouva son gîte. Il s'est profondément enraciné dans la culture et les régimes alimentaires des gens de cette région ; alors qu'il a mis beaucoup plus longtemps à être accepté par les peuples d'Europe du nord.

Il n'y aurait peut-être jamais été accepté si on n'avait pas reconnu ses valeurs thérapeutiques.

L'ail contient : vitamines, minéraux, acides aminés, enzymes.

Sa réputation en tant qu'herbe curative a été utile pour traiter : fièvre, abcès, plaies et blessures infectées, éruptions cutanées et taches, rhumatismes, arthrite et goutte, la sciatique, douleurs de dos... Il est recommandé pour soulager : digestion, gonflement et crampes abdominales, maux de tête et d'oreille, troubles du foie, toux et rhume de cerveau, pour éviter la formation de caillot, etc.

Et en cuisine, il confirme de savoureuses recettes !

Novembre

2025

1 S TOUSSAINT

Cérémonie à la mémoire de nos
défunts restés en terre algérienne

2 D Défunts

3 L Hubert

45

4 M Charles

5 M Sylvie



6 J Bertille

7 V Carine

8 S Geoffroy

8 novembre 1942 – 1^{er} débarquement
des troupes alliées en France, dans les
départements français d'Afrique du Nord

9 D Théodore

10 L Léon

46

11 M ARMISTICE 1918

12 M Christian



13 J Brice

14 V Sidoine

15 S Albert

16 D Marguerite

17 L Elisabeth

47

18 M Aude

19 M Tanguy

20 J Edmond

21 V Présence de Marie

22 S Cécile

23 D Clément

24 L Flora

48

25 M Catherine

26 M Delphine

27 J Sévrin

28 V Jacques de la Marche

29 S Saturnin

30 D AVENT / André

1 L Florence

49

2 M Viviane

3 M François-Xavier

4 J Barbara

5 V Gérald



ZONE A Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers

ZONE B Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg

ZONE C Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles



NOUVELLE LUNE



PLEINE LUNE



PREMIER QUARTIER



DERNIER QUARTIER

RÔTI DE PORC AUX CLÉMENTINES

Ingrédients :

1 kg de rôti de porc (filet) – 700 g de clémentines –
½ l de fond de veau – 25 g de carottes –
25 g d'oignon – 1 cl de liqueur de clémentines –
1 gousse d'ail – thym – sel et poivre.

Préparation :

Préchauffer le four à 160°C (th 5).

Saler et poivrer le rôti de porc, le disposer sur une plaque à rôtir, l'enfourner et le saisir en l'arrosant de temps en temps.

Lorsque le rôti est bien doré, ajouter les carottes, les oignons coupés en petits dés, l'ail écrasé et le thym.

Continuer la cuisson en arrosant souvent. Au terme de la cuisson, retirer le rôti.

Dégraissier la plaque. Déglicer avec le jus de 8 clémentines. Porter à ébullition.

Ajouter les 4 dl de fond de veau. Faites réduire de moitié. Rectifiez l'assaisonnement. Réserver.

Eplucher toutes les clémentines, en garder 4 entières. Défaire les autres en quartiers et les plonger dans la sauce.

Mettre les 4 clémentines, arrosées de 2 cuil. à soupe de sauce chacune, dans un sautoir et les passer sous le grill en arrosant souvent. Répéter cette opération jusqu'à ce que les clémentines soient bien brillantes.

Dresser dans un plat, napper de sauce avec les quartiers de clémentines et disposer tout autour les clémentines entières.



Décembre

2025

1 L Florence 49	8 L Immaculée Conception 50	15 L Ninon 51	22 L Françoise-Xavière 52	29 L David 01
2 M Viviane	9 M Pierre Fourier	16 M Alice	23 M Armand	30 M Roger
3 M François-Xavier	10 M Romaric	17 M Gaël	24 M Adèle	31 M Sylvestre
4 J Barbara	11 J Daniel	18 J Gatien	25 J NOËL	1 J Jour de l'an
5 V Gérald	12 V J.-Françoise de Chantal Corentin	19 V Urbain	26 V Etienne	2 V Basile
Hommage National à tous nos morts en AFN ○		20 S Théophile	27 S Jean	3 S Geneviève
6 S Nicolas	13 S Lucie	21 D HIVER	28 D Innocents Sainte-Famille	4 D Odilon / Épiphanie
7 D Ambroise	14 D Odile			

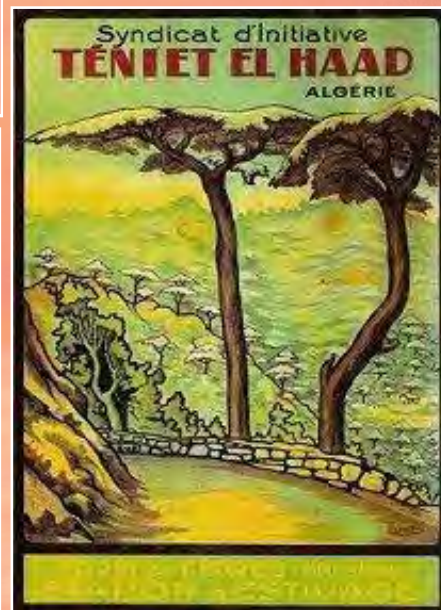
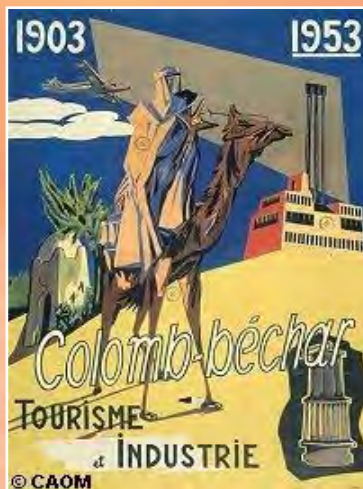
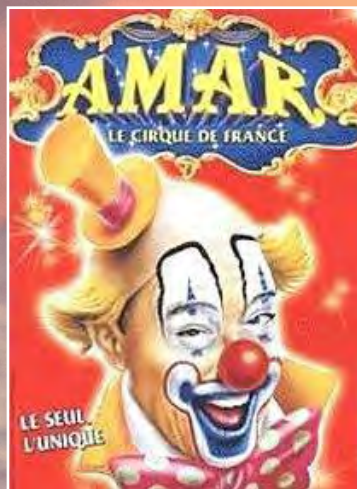
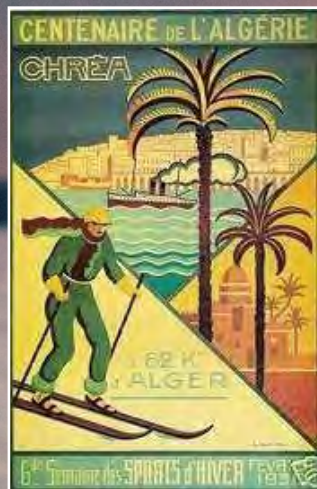
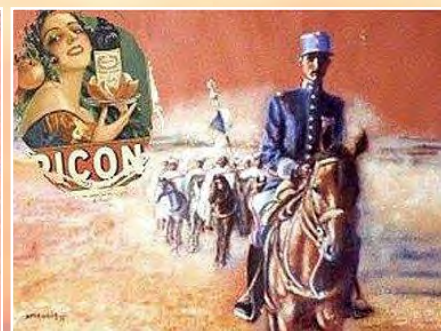
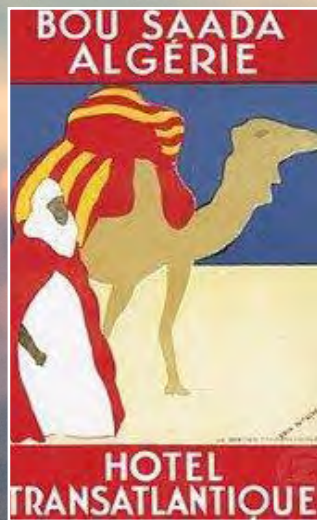
ZONE A Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers

ZONE B Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg

ZONE C Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles

○ NOUVELLE LUNE
● PLEINE LUNE

☾ PREMIER QUARTIER
☾ DERNIER QUARTIER



Janvier

2026

1 J JOUR DE L'AN 01	8 J Lucien	15 J Rémi	22 J Vincent	29 J Gildas
2 V Basile	9 V Alix	16 V Marcel	23 V Banard	30 V Martine
3 S Geneviève	10 S Guillaume	17 S Roseline	24 S François de Sales	31 S Marcelle
4 D Odilon / Épiphanie	11 D Paulin	18 D Prisca	25 D Conv. de Paul	1 D Ella
5 L Edouard / 02	12 L Tatiana 03	19 L Marius 04	26 L Paule 05	2 L Prés. du Seigneur 06
6 M Mélaïne	13 M Yvette	20 M Sébastien	27 M Angèle	3 M Blaise
7 M Raymond	14 M Nina	21 M Agnès	28 M Thomas d'Aquin	4 M Véronique

ZONE A Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers

ZONE B Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg

ZONE C Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles

○ NOUVELLE LUNE
● PLEINE LUNE

☾ PREMIER QUARTIER
☾ DERNIER QUARTIER

CRISTAL
LIMINANA
MAISON FONDÉE EN 1884



CRISTAL
ANIS

ANISETTE

www.cristal-liminana.com



Magasin d'usine ouvert du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 14h à 17h
au 99 Bd Jeanne d'Arc - 13005 Marseille - Contact 04 91 47 66 72

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.