



▶ REMISE DES DIPLÔMES...1



▶ AGENDA .....2



▶ RECETTE DE MINA .....3



▶ CONTACTS.....4



# Intendance *news*

FEUILLE D'INFORMATION DESTINEE AUX MEMBRES

## Remise des diplômes EEI et GEI le 28 juin 2019



Liste des lauréats  
EEI 2019

Barry Fatoumata  
Birhanu Michal  
Chaouch Aoun Rabab  
Freléchox Sylvie  
Gnoni Océane  
Joliat Allan  
Paupe Fatima Morgana  
Thaqi Rina  
Willemin Chloé

Liste des lauréats  
GEI 2019

Charpilloz Théa  
Erard Joanna  
Freléchox Evelyne  
Gigandet Anouk  
Hinni Manon  
Louis Océane  
Möri Cosette  
Ory Marie  
Pernot Séolane  
Schmidt Fiona

**AGENDA**

**Session d'examen d'admission GEI en  
école de métier le mercredi 29 et jeudi  
30 janvier 2020, les candidatures sont à  
envoyer jusqu'au 15 janvier à M.  
Laurent Joliat**



Nous attendons votre visite

[www.oij.ch](http://www.oij.ch)



# La recette de Mina

## Soupe de courge

### Ingrédients

1,5 kg de courge  
1 petit morceau de gingembre  
(2cm)  
1 cc d'huile de colza  
1 l de bouillon de légumes  
(4 cc de poudre)  
1 cc de curry en poudre  
Sel, poivre  
3 cs de graines de courge  
100 g de fromage frais nature  
light, max.5%MG  
100 ml de jus d'orange  
1 cs d'eau  
4 cs de persil frais



### Préparation :

- 1** Lavez la courge. La couper en deux. Retirer les pépins et la couper en dés avec la peau. Hacher le gingembre. Faire revenir les dés de courge et le gingembre dans l'huile. Arroser de bouillon. Relever avec le curry, saler et poivrer. Laisser mijoter env. 25 minutes.
- 2** Dans une poêle, faire revenir les graines de courge, sans matière grasse.
- 3** Réduire la préparation en purée avec 80 g de fromage frais et le jus d'orange.
- 4** Réchauffer env. 1minute. Relever avec le curry, saler et poivrer. Mélanger le reste de fromage frais avec l'eau.
- 5** Décorer la soupe avec ce mélange. Parsemer de graines de courge et de persil.

**Bon appétit !**

### Trucs et astuces

Une seconde vie pour le pain rassis : en croûtons pour plus de croquant dans les potages, faire griller les croûtons avec du sel marin et des herbes du jardin.

**Des questions, des remarques  
des suggestions ?  
Votre avis nous intéresse**

**Manon Hennet**

Présidente

[manon.hennet@oijj.ch](mailto:manon.hennet@oijj.ch)

[Wicki.mh@gmail.com](mailto:Wicki.mh@gmail.com)

**Ludivine Monnerat**

Vice-Présidente

[ludivine.monnerat@oijj.ch](mailto:ludivine.monnerat@oijj.ch)

[ludivine.monnerat@gmail.com](mailto:ludivine.monnerat@gmail.com)

**Martial Magnin**

Secrétaire

[info@oijj.ch](mailto:info@oijj.ch)

[martial.magnin@frij.ch](mailto:martial.magnin@frij.ch)

**Maude Biette**

Membre

[maude.biette@oijj.ch](mailto:maude.biette@oijj.ch)

[biette.maude@gmail.com](mailto:biette.maude@gmail.com)

**Mina Sangsue**

Membre

[mina.sangsue@oijj.ch](mailto:mina.sangsue@oijj.ch)

[s.mina14@outlook.com](mailto:s.mina14@outlook.com)

**Morgane Schaffter**

Membre

[morgane.schaffter@oijj.ch](mailto:morgane.schaffter@oijj.ch)

[morgane.Schaffter@hotmail.com](mailto:morgane.Schaffter@hotmail.com)

**Susana Andrade**

Membre

[susana.andrade@oijj.ch](mailto:susana.andrade@oijj.ch)



**Suivez nous sur notre page  
Facebook**

<https://www.frij.ch/>

**FRI Intendance**