



Jeudi 25 juin

### **DEJEUNER POUR 4 PERSONNES À 6,02 €\***

**Tagliatelles au thon, sauce tomate piquante** €  
**Salade de roquette et fruits secs**  
**Yaourt à la vanille**

#### **Liste de courses :**

- 1 demi paquet de tagliatelle - 500g TURINI
- 1 boîte de thon entier albacore au naturel 1/2 - 280g PÊCHE OCÉAN
- 50g de sauce tomate nature x 2 - 190g TURINI
- 1 c à café de purée de piments - 95g TABLES DU MONDE
- 6 c à soupe d'huile d'olive vierge extra - bouteille 1l RUSTICA
- 1 sachet de roquette - 125g NOTRE JARDIN
- 30g de figues moelleuses - sachet pocket 50g COULEURS VIVES
- 10g de raisins secs sachet - 250g COULEURS VIVES
- 4 yaourts aromatisés vanille "Mon Village" - pot PET 125g x 8 DÉLISSE

\* Prix généralement constatés en magasins au 02/06/09

#### **Tagliatelles au thon, sauce tomate piquante**

Faites chauffer à feu doux la sauce tomate dans une poêle. Ajoutez une cuillère à café de purée de piments, bien mélangez. Égouttez le thon et ajoutez-le à la sauce après l'avoir émietté avec une fourchette. Salez, poivrez et ajoutez un filet d'huile d'olive. Remuez quelques instants avec une spatule en bois.

Faites cuire les tagliatelles dans une casserole d'eau salée. Puis, mélangez-les à la sauce. Servez rapidement.

#### **Salade de roquette et fruits secs**

Coupez les figues en petits dés. Dans un saladier, mélangez la roquette, les morceaux de figues et les raisins secs. Bien mélangez. Assaisonnez d'un filet d'huile d'olive.

#### **Yaourt à la vanille**