

Présences :

26 membres

Anniversaires de juin

Arthur Sutsch le 12
Armand Marchon le 15
Jean-Paul Chuard le 29

Apéritif

Famille Stempfel

Visiteurs :

--

Invité(e)s :

--

Présences extérieures :

Willy Hold pour Mine-ex
Yvan et Jacques Spérisen pour
l'Inter-rotary
Josef Vonlanthen
Echange de Jeunes

L'agenda :

JUIN

Le 16 à 12h00 – Grenette/Punkt
M. Anton Krattinger

**Historique du mouvement
Panathlon**

Le 23 à 12h00 – Grenette/Punkt
E. Graven

Echange des jeunes

Le 30 Selon programme spécial

**Passation de pouvoir
INSCRIPTION -> 28 juin**

Dates importantes

Yvan Berset remercie chaleureusement Monique, Benoît et leurs enfants pour le très bel accueil et la générosité réservés aux rotariens présents ce jour. Il excuse les absences de Rémi Brodard, Eric Lateltin, Olivier Maradan, Guido Kessler, Jean-Noël Gex et Joseph Vonlanthen.

Le 12 juin Arthur Sutsch fêtera son anniversaire et le 15 ce sera au tour d'Armand Marchon.

Yvan relate la très belle expérience lors de la visite du Papillorama le 4 juin dernier, si certains rotariens ont fait la vaisselle pour le restant de leur vie (Claude Regamey, Michel Aymon, Pascal Hirt, Philippe Zbinden et Yvan Berset) les enfants de la Farandole notamment garderont des étoiles plein les yeux pour longtemps encore.



La passation de pouvoir aura lieu au Pérolles, Yvan prie les membres de s'inscrire jusqu'au 28 juin auprès de Michel Aymon.

Benoît et Monique nous invite par la suite à nous rendre dans le jardin aménagé d'après le nombre d'or pour le repas.

Au sujet du nombre d'or, Benoît aura tout loisir de nous rendre compte dans le cadre d'une de nos conférences, merci d'avance.

Pour conclure, le bulletinier du jour prend le loisir de joindre le descriptif de la maison novatrice de Benoît pour rendre compte le plus fidèlement possible du concept élaboré bien avant le concept Minergie.

En annexe, la recette du millet à la feta.

L'Agenda du District

20/23.06.2010
26.06.2010
26.06.2011

Convention Internationale à Montréal
**Passation de pouvoir du District au Château d'Oron
(bulletin d'inscription auprès du président)**

Millet à la feta grecque

Saison : *Toutes saisons*

Ingrédients pour 2 personnes :

100 g de millet
350 ml d'eau
70 g de fromage feta (fromage de brebis)
1/2 cube végétal
1 oignon

Temps

Temps de préparation : 5 mn

Temps de cuisson : 35 mn

Teneurs	Recette	1 pers.
calories :	560	280
protéines :	22,0	11,0
lipides :	20,1	10,0
glucides :	74,4	37,2

Préparation :

Porter à ébullition le millet, le 1/2 cube végétal, l'oignon émincé finement et l'eau pendant 15 mn. Éteindre le feu et laisser gonfler 10 mn.

Couper en menus morceaux la moitié de la feta et l'incorporer au millet ; bien mélanger.

Verser la masse dans un moule à tarte, recouvrir de petits morceaux de la feta restante et glisser au four chaud pendant 10 mn.

Proposition :

Ce millet s'accompagne bien d'une salade mélangée qui contiendra un peu de légumineuses (lentilles par exemple) pour augmenter la teneur en protéines de votre repas.

Vous pourrez couper des tranches (comme une tarte) si vous laissez refroidir votre millet pendant 5 minutes...