



Médailles  
de la Jeunesse, des Sports  
et de l'Engagement Associatif

# COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE LA GIRONDE

CDMJSEA 33– Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative  
153 rue David Johnston—33000 BORDEAUX  
Tél : 09 51 82 26 57 ou Le Président 05 56 16 00 48 et 06 63 20 69 70— cdmjs33@free.fr

**F**ÉDÉRATION

**F**RANÇAISE

**M**ÉDAILLÉS

**J**EUNESSE

**S**PORTS

**ET** **E**NGAGEMENT **A**SSOCIATIF



**FLASH n°83: JANVIER A MAI 2017**

**2017**



Préfet de la Région  
Direction Départementale de la Cohésion Sociale



Comité Régional des Médailleurs: site internet: <http://crmjs-aquitaine.over-blog.com>  
Site réalisé et mis à jour par Yves Dupré. Son adresse mail: [crmjsa@laposte.net](mailto:crmjsa@laposte.net)

# SOMMAIRE

Ils nous ont quittés ...

Edito du Président

Assemblée Générale Elective

Promotion du 1<sup>er</sup> janvier 2017

Projet Européen « L'engagement Associatif des Jeunes »

Cestas - 9 janvier

Bruges -11 janvier

Montussan - 13 janvier

Mérignac - 23 mars

Ordonnac – 13 mai

Palmes Académiques remises à Henri Léglise le 9 avril à Lormont

Recettes

## INFORMATION

Afin de nous conformer aux directives ministérielles, nous invitons les personnes proposant des candidatures à la distinction de la Médaille de la Jeunesse, des Sports et de l'Engagement Associatif, à tendre vers :

- La parité en favorisant les candidatures féminines
- les jeunes (de 18 à 30 ans) à l'accès aux Lettres de Félicitations Ministérielles
- d'adresser vos candidatures au Comité Départemental des Médaillés afin que les dossiers soient « informatisés » par nos secrétaires en charge de ces dossiers **sans aucun autre intermédiaire.**

Sur demande au [cdmjs33@free.fr](mailto:cdmjs33@free.fr), les dossiers de candidatures vous seront adressés par mail.

Le Président du CDMJSEA 33

\*\*\*\*\*

## DANS NOS FAMILLES : ils nous ont quittés en 2017

Mme Maryse-Nicole Bouzats, le 30 janvier

M. Bernard Guiraudon, le 1<sup>er</sup> février

Mme Marie-Georgette Seguettes, le 1<sup>er</sup> février

M. Bernard Rouzoul, le 10 mars

M. Pierre Bouleau, le 12 mars

et M. René-Gilbert Lesbats.

Le Comité et le Conseil d'Administration présentent à toutes ces familles frappées par un deuil et à celles dont nous n'avons pas eu connaissance, leurs vives et sincères condoléances.



# ÉDITO

Notre nouvelle olympiade vient de s'ouvrir, pleine d'imprévus mais certainement exaltante avec de nouveaux challenges.

Les membres de la Fédération ont été reconduits au congrès fédéral de Millau après un vote sanction envers le Président qui a maintenu sa candidature à la présidence fédérale.

Espérons que ce congrès dont la réunion des présidents de comités a été tronquée par des discussions, certes importantes, qui auraient dû être traitées bien avant ce congrès. Gageons que l'avertissement aura été entendu et qu'une considération envers les comités départementaux et les médaillés adhérents sera enfin prise en compte, ne serait-ce que par une réunion annuelle hors congrès des présidents départementaux.

L'avènement de la Nouvelle-Aquitaine, qui a vu le jour sous l'impulsion de notre Comité Départemental, devra aussi être innovante et à l'avant-garde avec force de propositions envers les instances fédérales.

Quant à notre Comité, il a été renouvelé lors de notre Assemblée Générale le 11 février 2017. Merci de m'avoir renouvelé votre confiance pour la dernière fois ; merci à ceux qui ont œuvré durant de longues années à nos côtés, et qui, pour des raisons personnelles, n'ont pas renouvelé leur engagement. Bienvenue aux nouveaux membres, ils sont nombreux et enthousiastes à s'investir dans nos diverses commissions. La relève semble devoir prendre forme et c'est très bien ainsi. Nous serons un certain nombre à quitter le navire atteint par « la limite d'âge ». Cette année sera donc riche encore de projets et de nouvelles orientations.

Pour l'immédiat, nos actions de base demeurent et sont en cours.

Le prix de la Sportivité sous la conduite de Jean-Claude Cheype,

Un programme européen avec 7 pays qui traitera, du 10 au 17 septembre 2017, de l'engagement associatif des jeunes sur des sujets variés tels que :

- sports et handicaps, sport et femmes, sports et santé, l'accompagnement scolaire, sports et insertion, les jeunes et la culture : chant, théâtre, danse, musique ... autant de sujets qui mobiliseront toute la semaine la réflexion des jeunes des 7 pays invités.

C'est donc avec optimisme et dynamisme que nous aborderons cette nouvelle olympiade avec une visibilité accrue, par un site du CDMJSEA 33 en cours d'élaboration, mais aussi une attention particulière à la promotion et à la reconnaissance des bénévoles, en espérant qu'enfin nos revendications pour la révision de nos quotas de médailles seront prises en compte ... tant pour la Nouvelle-Aquitaine que par l'Etat.

« La difficulté de réusssi ne fait qu'ajouter à la nécessité d'entreprendre ».

Yves PERPIGNAN

# ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

11 Février 2017





## PROMOTION DU 1<sup>ER</sup> JANVIER 2017

### MÉDAILLES MINISTÉRIELLES JEUNESSE ET SPORTS

#### ÉCHELON OR

VILLE

PARRAIN

#### CONTINGENT RÉGIONAL

M. BRANGER	Jean	TALENCE	M. MISTROT
M. COMBARET	Christian	CAMBLANES et MEYNAC	M. PERPIGNAN
M. GUITTARD	Michel	MERIGNAC	M. LEGLISE
M. LECAUDEY	Yves	SAINTE HELENE	M. PERPIGNAN
M. SIRABELLA	François	ARTIGUES PRES BORDEAUX	M. PERPIGNAN

#### CONTINGENT DÉPARTEMENTAL

M. ACQUAVIVA	Jean-Claude	SAINT MEDARD EN JALLES	M..GAUSSERAND
--------------	-------------	------------------------	---------------

#### ÉCHELON ARGENT

#### CONTINGENT MINISTÉRIEL

M. VERROUIL	Edouard		M. Claude BLANCHET
M. BRUNELLO	Gérard	ANDERNOS	DRDJSCS

#### CONTINGENT RÉGIONAL

M. AUDAG	Jean-Christophe	BORDEAUX	M. PERPIGNAN
M. COQUIN	Christian	GRAYAN ET L'HOPITAL	M. PERPIGNAN
Mme de SAINT DENIS	Christine	ARTIGUES PRES BORDEAUX	Mme TEYSSIER
M. JACQMIN	Philippe	MERIGNAC	Mme GENSON
M. POURCHASSE	Éric	LANTON	M. DEDEBAN

#### CONTINGENT DÉPARTEMENTAL

Mme CHAINEAUD	Gyslaine	LA TESTE DE BUCH	Mme DOMINGUES
M. DESPÉREZ	Philippe	TALENCE	M. DEGERT
M. DUPIC	Jean-Paul	BIGANOS	M. Patrick HUDE
M. LECAUDEY	Georges	SAINTE HELENE	M. PERPIGNAN
Mme LECOULEUX	Martine	ST CHRISTOPHE DE DOUBLE	M. COENE
Mme MARIE	France	TALENCE	Mme BLANCHET

## ÉCHELON BRONZE

### CONTINGENT RÉGIONAL

M. BREGIER	Patrick	VILLENAVE D'ORNON	M. MISTROT
M. CERVERA	José	CESTAS	M. CHIBRAC
Mme MARCHAND épouse BROCHARD	Catherine	ARTIGUES PRES BORDEAUX	M. MISTROT
M. LACAZE	Jean	LORMONT	M. LAVANDIER
M. RASSAT	Jean-Paul	AUDENGE	M. KAUFFMANN
M. TAILLARD	Guy	CESTAS	M. SEIGNEUR

### CONTINGENT DÉPARTEMENTAL

M. BOUSQUET	Gérard	PESSAC	M. AUDOUIN
M. DAUBA	Bernard	SAINT HELENE	M. RIPOCHE
M. DE PEYRELONGUE	Dominique	BORDEAUX	M. GAUSSERAND
M. DESROZIER	Serge	BRUGES	Mme GENSON
M. DEYRES	Franck	PESSAC	M. PERPIGNAN
Mme DIRAISON épouse SIGAUD	Françoise	MERIGNAC	M. POITREAU
Mme FOUQUET épouse ROBIN	Ginette	SAINT ANDRE DE CUBZAC	Mme MONSEIGNE
Mme MANO épouse TAILLARD	Danielle	CESTAS	M. SEIGNEUR
M. PALUDETTO	Daniel	BLASIMON	M. AUDOUIN
Mme PARREAU épouse ROCHER	Jocelyne	CARBON BLANC	M. FLORENTY
Mme PERRON épouse BOUDEAU	Colette	BASSENS	M. FLORENTY
Mme ROUGEAU épouse PENARROYA	Edith	CESTAS	M. COURNUT
M. ROZIER	Dominique	SAINT SULPICE ET CAMMEYRAC	M. SEIGNEUR
M. SALA	Wilfried	FLOIRAC	M. MISTROT
Mme SOUBABERE épouse GRENILAUD	Emmanuelle	BORDEAUX	M. PRUD'HOMME
Mme VERRIER épouse SEGUIN	Sylvie	SAINT HELENE	M. RIPOCHE

## LETTRES DE FÉLICITATIONS

M. CHARVIN	Pierre	BOURG SUR GIRONDE	.
Mme DOUDET	Jennifer	BIGANOS	M.PUAUX
Melle ENOCH	Aurore	ARCACHON	.
M. FLORENTY	Bastien	SAINT LOUBES	M. FLORENTY
Melle FLORENTY	Lucie	SAINT LOUBES	M. FLORENTY
Mme PIERRON épouse JOLY	Cécile	SAINT ANDRE DU BOIS	Mme DELONG
M. POUVREAU	Xavier	LA TESTE DE BUCH	M. DEGERT
M. PUAUX	Bastien	BIGANOS	M. PUAUX
Melle SALVA	Perrine	ETAULIERS	.
M. SARRAUTE	Romain	BRAUD ET SAINT LOUIS	M. PERPIGNAN

Le CDMJSEA 33 TIENT A VOTRE DISPOSITION :

**3 rosettes de boutonnères Échelon Or : 22 €**

**3 agrafes Échelon Argent : 10 €**

**3 agrafes Échelon Bronze : 10 €**

Commande et règlement au :

CDMJSEA 33 - 153 Rue David Johnston 33000 BORDEAUX

## S.A.G.C. TENNIS DE TABLE – 9 janvier 2017

Le 9 janvier 2017, la Médaille et le Diplôme de Lauréat de la Jeunesse, des Sports et de l'Engagement Associatif ont été décernés par le CDMJSEA de la Gironde, à Serge DANGLADE, Trésorier Général.

En 2004 M. Danglade inscrit son fils au S.A.G.Cestas section Tennis de Table. Il adhère à la section la même année. Sa fille rejoint le club en 2005 et deviendra l'une des meilleures jeunes Cestadaises en Nationale ... avant de partir pour pratiquer le Hand-Ball à haut niveau et arrêter le Tennis de Table.

Il participe bénévolement aux animations de la section, il entre tout naturellement au Bureau dont et sera élu trésorier depuis 2008.

Il participe également à l'entraînement de jeunes athlètes (hors du SAGC, au Pessac Athlétic Club) dont il assure l'encadrement.

Merci M. Danglade, félicitations et bonne continuation dans le monde associatif.



*Serge DANGLADE entouré de quelques membres de la section SAGCTT (présents également à cette cérémonie mais absents sur la photo : Edith PEÑARROYA, François TORRA et Manu PEÑARROYA).*

Article tiré de la newsletter de mars 2017 du SAGC TT.





Médaillés  
de la Jeunesse, des Sports  
et de l'Engagement Associatif  
**GIRONDE**



**L'engagement associatif  
des jeunes**



**Erasmus+**  
**JEUNESSE & SPORT**

*Projet financé avec le soutien de la  
Commission Européenne.*

*Programme Erasmus + Jeunesse et Sport  
Action-clé 3 – Dialogue structuré*

**Suivez-nous sur face book :**

<https://www.facebook.com/Lengagement-Associatif-des-Jeunes-629012960642116/>

**Porteur du projet :** Comité Départemental des Médaillés de la Jeunesse, des Sport et de l'Engagement Associatif de la Gironde (CDMJSEA 33) – Bordeaux France.

**Partenaire du projet :** Association Aux couleurs du DEBA – Pessac France

**Lieu :** Communauté Urbaine de Bordeaux.

**Type de projet :** Rencontre entre les jeunes et les décideurs/experts du secteur Jeunesse (KA3)

**Thèmes :** l'engagement associatif des jeunes, le dialogue interculturel, la citoyenneté européenne.

**Durée :** 8 jours (du 10/09/2017 au 17/09/2017)

**Pays impliqués :** Arménie, Azerbaïdjan, France, Jordanie, Lituanie, Portugal, Roumanie.

**Nombre de participants :** 50 personnes dont 8 encadrants

Le projet consiste à permettre à des jeunes issus de milieux différents d'échanger entre eux et avec des acteurs locaux (élus et experts) sur leur engagement associatif dans les secteurs du sport, du social et de la culture. Il s'agit de donner la parole aux jeunes européens afin qu'ils fassent des propositions d'actions auprès des élus et experts. Le but est d'entendre les besoins et envies formulés par les jeunes, trop peu consultés et pourtant tant sollicités à agir.

Pour cela, ils travailleront en petit groupe de réflexion pour faire part de leurs préconisations, qu'ils présenteront ensuite devant l'ensemble des participants, des élus et des experts.

Les échanges et discussions permettront d'entendre les besoins et les demandes clairement formulées par les jeunes et ce que le groupe, les élus et les experts ont à y répondre. Les débats peuvent porter sur la faisabilité de la préconisation, ses intérêts, sa pertinence, ses limites, mais aussi sur les échanges d'expériences et de pratiques (cela existe déjà dans un pays, une ville, etc) et dans ce cas comment se réapproprier l'existant en l'adaptant à son territoire, sa structure, etc.

A l'issue des travaux et des débats, les jeunes construiront un e-book restituant l'ensemble des réflexions et des échanges afin qu'il soit diffusé sur l'ensemble de nos territoires impliqués dans ce projet.

Ainsi les sujets abordés seront les suivants :

***L'engagement dans des associations sportives***

- Sport et handicap
- Sport et femmes
- Sport et santé

***L'engagement dans des associations sociales, caritatives, humanitaires :***

- l'insertion professionnelle
- l'accompagnement scolaire
- l'accès au logement.

## BRUGES - 11 JANVIER

5 Bénévoles ont été récompensés par un diplôme de Lauréat et une médaille du CDMJSEA de la Gironde, le 11 janvier 2017 à Bruges pour leur engagement associatif.

Il s'agit de : Mme Véronique CREMIER, MM. Frédéric CLAUZET, Alain DUPUY, Jean-Pierre MALAURE et Alexandre TOURET.

Félicitations à ces cinq bénévoles qui, au vu de leur engagement, pourront être proposés par des parrains pour la médaille de Bronze de la Jeunesse, des Sports et de l'Engagement Associatif (le mémoire de proposition de candidature est à demander sur le site du CDMJSEA 33 : [cdmjs33@free.fr](mailto:cdmjs33@free.fr)).



### INFORMATION :

Le CDMJSEA 33 se met sur les réseaux sociaux en créant sa page Facebook



Cdmjsea gironde.

Son site est en cours de construction et sera opérationnel en juillet.

## MONTUSSAN le 13 janvier 2017

A l'occasion des vœux de la Municipalité, M. DUPIC Maire, a souhaité remettre à deux de ses administrés : M. Faucouneau et Mme Grelinaud -Soubabere, les médailles de la Jeunesse, des Sports et de l'Engagement Associatif qui leur ont été attribuées.

Ces deux bénévoles ont été présentés par M. le Maire de Montussan soucieux, à juste titre, de valoriser les bénévoles de sa commune dans leur engagement associatif.

La parole a ensuite été donnée à Yves Perpignan, Président du CDMJSEA 33 pour faire connaître notre association et expliquer comment valoriser les bénévoles en les récompensant par une médaille ministérielle. Les éloges ont ensuite été lus par Mme Solange Genson, Secrétaire Générale.

### **M. FAUCOUNEAU Patrick - Promotion 2016**

Depuis de nombreuses années, Patrick FAUCOUNEAU s'est investi d'une manière assidue auprès du Racing Club de la LAURENCE ; Club qui est devenu notamment sous son impulsion l'une des associations sportives majeures de la commune de Montussan.

### **Mme GRELINAUD-SOUBABERE - Promotion janvier 2017**

Par sa passion enfantine, Madame GRELINAUD-SOUBABERE pratique la danse depuis l'âge de 6 ans .... C'est donc tout naturellement qu'elle s'est associée à la création de l'école de Danse en 2005 afin de faire partager cette passion, pour les jeunes et les moins jeunes, cette discipline combien exigeante, faite de recherche de perfection et qui demande une volonté sans faille.

Organisatrice de spectacles, elle n'hésite pas à mettre la main à la confection des costumes et à impulser une activité et un dynamisme reconnu de tous.

En suivant, un buffet dînatoire a été servi et la galette géante a été découpée par tout le Conseil Municipal des Jeunes de Montussan qui, nous n'en doutons pas, fera partie des futurs bénévoles de Montussan.



## LES MEDAILLES JEUNESSE ET SPORT RECUS A LA MARIE DE MERIGNAC



Une réception était organisée le 23 mars dernier par la mairie de Mérignac afin d'honorer les médaillés de la Jeunesse, des Sports et de l'Engagement Associatif des promotions de juillet 2014, 2015, 2016 et janvier 2017 en présence de Monsieur Anziani, Sénateur Maire, d'Yves Perpignan, Président du CDMJSEA 33, de M. Francis Tresses Vice-Président du SAM Omnisports et maître de cérémonie et de plusieurs élus.

Après l'allocution de bienvenue et de remerciements par M. Anziani, Sénateur Maire, Yves Perpignan remercie M. le maire d'avoir remis à l'ordre du jour cette soirée dédiée à vos concitoyens qui ont été distingués par la médaille ministérielle de la Jeunesse, des Sports et de l'Engagement Associatif.

« Cette initiative avait été suggérée à votre prédécesseur par notre ami Jacques Lemaire qui était à l'époque délégué de notre comité sur votre ville. Délégation qui a été remise au goût du jour par Francis Tresses par ailleurs vice-président du SAM ; avec la même pugnacité que son prédécesseur Jacques Lemaire.

Mérignac a donc été la première ville à honorer ses médaillés, bientôt suivi par Cestas, Saint-Médard en Jalles, Saint Sulpice et Cameyrac, Arès, Ambarès, Carbon-Blanc, Motussan et j'en oublie certainement.

Notre comité départemental est une entité de la Fédération Française des Médaillés de la Jeunesse et des Sports qui a été enrichi depuis deux ans par l'Engagement Associatif. Seule fédération nationale représentative de la distinction ministérielle de la Jeunesse, des Sports et de l'Engagement Associatif. Représentation qui nous échoit de plein droit niveau départemental. Notre mission principale est de fédérer par leur appartenance, celles et ceux qui ont été reconnus et élevés à cette distinction ministérielle. Promouvoir les bénévoles et les serviteurs de la jeunesse, des sports et de l'associatif au sens large du terme ; et tendre à parvenir à la parité.

Mesdames, Messieurs, vous êtes ce soir celles et ceux qui tout au long de votre vie donnent de votre temps, de vos compétences, de votre enthousiasme au service de tous.

comité, par votre adhésion et notre fierté tellement vous êtes nous ambassadeurs reconnus.

Cette soirée vous est dédiée ; merci encore M. le maire de cette heureuse initiative qui n'en doutons pas sera reconduite dans les années futures. »

Après les éloges de chacune et chacun, chaque médaillé ( e ) honoré ( e ) a reçu des mains des élus, pour les hommes une bouteille de Bordeaux, pour dames un très beau bouquet de fleurs et pour les quatre médaillés d'Or, la médaille de la ville de Mérignac gravée à leur nom (9 bronze, 9 argent et 4 or).

Puis un vin d'honneur fut offert par la Mairie, clôturait cette sympathique et conviviale soirée.



ORDONNAC le 13 Mai 2017

Remise de la médaille d'Or à M. Claude Vigneau



**MÉDAILLE D'OR à Monsieur  
Claude VIGNEAU**

Extrait du discours du Président du CDMJSEA 33, Yves Perpignan le 13 mai 2017 à Ordonnac, en présence de M. PICQ, Maire d'Ordonnac, de M. Jean-Jacques CORSAN, Conseiller Régional et de nombreux élus et amis du médaillé :

« Sa vie fut consacrée aux autres :

- dans l'éducation, professeur de sports puis de lettres
- dans les vacances scolaires (colonie de vacances)
- dans le sport, le parachutisme
- dans l'associatif, l'administration des ligues et autres comités
- et enfin écrivain, par la publication d'un excellent livre « Les Oubliés d'Ordonnac » où l'on peut lire en fin de préface : « Le monument aux morts d'Ordonnac, au cœur du Médoc, garde ainsi une part d'ombre pour les 27 Ordonnacais qui y figurent ; comme s'ils répugnaient à se livrer, et gardaient encore un peu de leur pudeur de vivants ».

Claude Vigneau est titulaire des Palmes Académiques, de la Médaille de l'Aéronautique et aujourd'hui, c'est la Médaille d'Or de la Jeunesse, des Sports et de l'Engagement Associatif qui va lui être remise, couronnant une vie exemplaire au service d'autrui.

Notre comité est particulièrement fier de compter Claude VIGNEAU dans ses rangs ». Le verre de l'amitié termina cette très conviviale cérémonie.





## HENRI LEGLISE, CHEVALIER DES PALMES ACADEMIQUES

Il y avait du beau monde pour accompagner ce jeune homme de 83 ans lors de sa remise de décoration sur le stade Jules LADOUMEGUE de Lormont : outre le sénateur Philippe MADRELLE qui a retracé la carrière d'Henri, il y avait Monsieur maire de Lormont et la première adjointe, Mme Josette BELLOCQ, le maire de Bassens, le 1er adjoint de Carbon-Blanc, le vice-président de la Fédération Française d'Athlétisme, Daniel ARCUSET, un ancien collègue.

Texte du Président Départemental de l'AMOPA :

« Je n'ai pas le discours sénatorial, mais voici la présentation que j'avais proposée :

*Malgré une retraite prise il y a plus de vingt ans, Monsieur LEGLISE continue de s'impliquer au niveau du sport, et du sport francophone en particulier, montrant ainsi son attachement à notre langue et à sa diffusion. Son engagement auprès des jeunes sportifs a été remarqué, si bien qu'il a été sollicité pour participer à des activités de l'USEP et à l'organisation du championnat du monde scolaire d'athlétisme à Mérignac en 2007. En 2002 il crée à Tunis l'Association Mondiale des Entraîneurs Francophones d'Athlétisme, qu'il préside, et dont les congrès se déroulent de Paris à Niamey, de Nice à Beyrouth. Il est aussi vice-président de la Maison de la francophonie à Bordeaux.*

*C'est pour son double engagement, auprès des jeunes et de la défense de la langue française qu'il me semble qu'il mérite d'être honoré. »*

# RECETTES GOURMANDES

## Risotto poulet champignons



**INGREDIENTS/ :4 personnes**

- ♦ 350g de riz arborio « risotto »
- ♦ 450gr filet de poulet
- ♦ 150 gr .Champignons de paris
- ♦ 3 échalotes
- ♦ 20cl crème fraîche liquide
- ♦ 1 cube bouillon de poule
- ♦ 1 litre d'eau
- ♦ 15gr persil haché
- ♦ 15gr de beurre sel poivre

Dans une casserole diluez le cube de bouillon dans 1 litre d'eau portez à ébullition et réservez au chaud. Pelez les échalotes et les émincées, dans une autre casserole faire fondre le beurre et faire revenir le échalotes 2mn à feu doux, ajoutez le riz et remuez bien 3min ensuite ajoutez le bouillon louche par louche jusqu'à la fin de la cuisson du riz.

Entre temps, coupez les filets de poulet en morceaux, Nettoyez les champignons et les coupez en lamelles et faite revenir les morceaux de blancs de poulet 8mn , ajoutez les lamelles de champignons pendant 5mn ajoutez le persil salez et poivrez selon les goûts. Ajoutez la crème fraîche et faite le mélange dans le riz l'ensemble du poulet, champignons, dessus ajoutez un peu de persil

## CAPPUCCINO CHOCOLAT FRAMBOISE



**Ingrédients: pour 4 personnes:**

- 1 feuille de gélatines,30cl de lait,3 jaunes d'œufs
- 60gr de sucre 1 c.à soupe d'extrait de vanille,
- 125g de chocolat noire coupé en morceaux
- 125gr de framboises
- 10 cl de crème liquide
- 1 c. à café de cacao

Mettez la gélatine à trempée dans 1 bol d'eau froide. Dans une casserole, portez le lait à ébullition. Fouettez les jaunes d'œufs avec le sucre. Arrosez avec le lait en remuant. Reversez dans la casserole et faite cuire jusqu'aux premier frémissement sans cesser de remuer.

Égouttez la gélatine et incorporez-à la crème, hors du feu. Ajoutez 'extrait de café et le chocolat. Mélangez jusqu'à ce que le chocolat ait fondu, puis laissez refroidir.

Déposez quelques framboises dans les 4 verrines. Recouvrez avec la crème au chocolat.

Réservez pendant 2h. au réfrigérateur. Fouettez la crème liquide jusqu'à ce qu'elle soit ferme.

Déposez sur la cème au chocolat. Ajoutez le reste de framboises. Soupoudrez de cacao.