

# LE BOURGOGNE

Samedi 03 Juillet 2021

Restaurant Le Bourgogne à Auxerre (Yonne)

*Le jeudi 24 juin 2021, retour au restaurant après de longs mois et reprendre une vie quasi normale, quoi de plus réjouissant mais jusqu'à quand ?*

*Donc, nous avons choisi « Le Bourgogne », un établissement que nous connaissons bien. Nous avons été accueillis apparemment par des élèves de l'école hôtelière d'Auxerre, déjà très professionnelles et qui devaient sûrement être en stage de fin d'année.*

*Très bon repas au demeurant :*



## Salle du restaurant



**Mise en bouche : velouté froid de tomates**



**Terrine de truite bio à l'Irancy  
infusée aux épices**



**Gambas poêlées aux graines de sésame torréfiées émulsion légère au Muscat de Frontignan**





**Filets de daurade royale à la  
plancha sauce pistou et étuvé de  
fenouil**



**Épaule d'agneau confite en cap de laitue**



**Assiette de fromages bourguignons**





**Demi gaufre noisette glace vanille**





**Café et petits biscuits**



**Trop froid pour déjeuner sur la terrasse**



## Temps gris sur Auxerre

*J'espère que nous allons pouvoir retrouver nos restaurants préférés tout en continuant à respecter un équilibre alimentaire. Un repas sans calcul ni contrainte par semaine est recommandé par de nombreux nutritionnistes qu'il soit pris dehors ou à la maison, bien sûr sans trop d'excès qui ruinerait les résultats d'une semaine et personnellement pas de reprise de poids sur la balance le lendemain ni les jours après .*

***Lilou3158 : blog cuisine contrôlée by lilou light.fr***

***Tous droits réservés***