



OMAHA BEACH 6th June 2014 -- Thibault Camus / AP



MEMORIAL DAY AU CIMETIERE DE DRAGUIGNAN



Fan du RCT d'un jour, fan pour toujours!
Merci Anita !



Belle ambiance
chaleureuse au
domaine de
Massacan
Jean Dionisi nous
a même fait danser! **Encore Bravo, Jean et Merci !**



GOING ON... COMING SOON ...

- 1 - Independence day Celebration : Domaine de Massacan, La Garde 1 Juillet**
- 2 - Les activités reprendront en Septembre/Octobre avec le cocktail de Rentrée à la Coupole le vendredi 12 Septembre. Le Movie Club, nos series de conférences, les cours de conversation, l'atelier patchwork, et bien sûr notre Exposition des Artistes FEU qui se déroulera du 25 Septembre au 15 Octobre (Vernissage prévu le 24 Septembre) voir p.7 pour les tout derniers changements de dates.**

LE MOT DU PRESIDENT

Mes chers amis,

Nous voici déjà en été et lorsque vous recevrez cette newsletter, nous aurons célébré l'Independence Day le 1 juillet au Domaine de Massacan où nous aurons donné leurs billets d'avion aux 5 lauréats de notre concours « Virginie 2014 » ! Ils partent à Norfolk en Virginie le 5 et ce jusqu'au 26 juillet---Ce sont: Yousra AMARA (Lycée Sainte Marie, La Seyne), Adrien DUFAU (Lycée Jean Aicard, Hyères), Margaux LALLEMANT (Lycée du Coudon, La Garde), Quentin LAMBERT (Lycée du Coudon, La Garde) et Maxime MERLIN (Lycée Dumont d'Urville, Toulon). Nous leur souhaitons « *Bon Voyage* » !



Les escales des navires de l'US Navy sont toujours rarissimes et la situation n'a pas l'air de vouloir changer très bientôt. Avec l'aide de notre Vice-Président Roland Moser, nous restons en contact avec l'Officier de Liaison de la Sixième Flotte et lorsque d'autres navires seront prévus à Toulon, nous nous efforcerons de vous transmettre les dates dans les meilleurs délais.

Par la suite, après l'été, le 12 septembre nous aurons notre Cocktail de Rentrée, suivi par le redémarrage du Movie Club, les cours de conversations américaine, le patchwork, notre série de conférences et bien sûr l'Exposition des Artistes de France Etats-Unis. De plus, je vous signale que nous allons participer encore (comme en 2012) avec le festival "Les Mains de Femmes" qui est prévu pour la fin du mois de novembre---notre amie et adhérente Suzy Dahon sera en charge et nous espérons que vous pourrez aller voir le Stand de FEU! N'oubliez pas de continuer à regarder notre site web www.franceusatoulon.org où vous pourrez constater que nos activités sont gardées à jour.

Je vous souhaite une très agréable saison estivale et comme toujours, « Envoyez-nous vos idées, vos projets ! » Merci et à bientôt,

See You Soon, amicalement, Kevin L. LITTLE, *Président*



Les lauréats du Concours Virginie



Salle comble pour une brillante conférence de Madame **Nicole Mazô** à la Coupole.

Nicole nous a raconté de façon très vivante la fin de la présence française en Haïti à la fin du 18^{ème} siècle au travers de la vie du Général et dernier Gouverneur d'Haïti Donatien de Rochambeau, fils du plus célèbre Amiral de Rochambeau.

Nous remercions également **L'Amiral Remy Monarque, de l'Académie du Var et auteur de "L'Amiral qui défiait Nelson"**, pour son intervention à propos de Pauline Bonaparte et de l'Amiral Latouche -Treville.

.....L' Atelier de Patchwork.....

NEWSLETTER

Editor: Marie-Noëlle LITTLE
Photo Contributors: Benoit MILLOT
Roland MOSER
Steve RANKIN
Thierry CHIAPELLO
Tante Octavie: Géraldine SIMONIN
et les recettes de "American life" and «Allrecipes.com »

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Président :	Kevin LITTLE
Vice-présidents :	Claude ARATA Roland MOSER
Secrétaire Générale :	Carole JAUQUEN
Trésorier :	Jacques CUNIN
Administrateurs :	Norman BOURGAULT Gérard GACHOT Joël HENDERYCKSEN Michèle MAGNES Marc PIETRI

Extraits du discours du président Obama à l'académie militaire de West Point



Lors de mon premier discours à West Point, en 2009, nous avions encore plus de 100.000 soldats en Irak. Nous nous apprêtions à envoyer des renforts en Afghanistan. Nos efforts anti-terroristes ciblaient le leadership principal d'Al-Qaïda – ceux qui étaient responsables des attentats du 11-Septembre. Et notre pays commençait seulement à remonter la pente après la pire crise économique qu'il ait connue depuis la Grande Dépression.

Quatre ans et demi plus tard, à l'heure où vous recevez vos diplômes, le paysage a bien changé. Nous avons retiré nos troupes de l'Irak. Nous mettons fin progressivement à la guerre en Afghanistan. Le leadership d'Al-Qaïda, dans la région frontalière entre le Pakistan et l'Afghanistan, a été décimé, et Oussama Ben Laden n'est plus. (Applaudissements.) Et tout au long, nous avons réorienté nos investissements vers ce qui a toujours été une source principale de force pour l'Amérique, à savoir une économie en croissance à même de fournir des possibilités à quiconque est prêt à travailler dur et à assumer ses responsabilités ici même.

En fait, à bien des égards, l'Amérique a rarement été aussi forte par rapport au reste du monde. Ceux qui prétendraient le contraire – qui suggéreraient que l'Amérique est en déclin, ou que son leadership dans le monde s'amenuise – sont en train soit de mal interpréter l'histoire, soit de faire de la politique politicienne. Réfléchissez-y. Nos forces armées sont inégalées. La probabilité d'une menace directe contre nous provenant de quelque pays que ce soit est faible et sans mesure avec les dangers auxquels nous faisons face lors de la Guerre froide. Qui plus est, notre économie demeure la plus dynamique au monde ; nos entreprises sont les plus innovatrices. D'année en année, notre indépendance énergétique s'accroît. De l'Europe à l'Asie, nous sommes le centre d'alliances inédites dans l'histoire des nations. L'Amérique continue d'attirer des immigrants pleins d'élan. Les valeurs sur lesquelles notre pays a été fondé sont une inspiration pour des leaders dans des parlements et pour de nouveaux mouvements qui voient le jour sur des places publiques dans le monde entier.

Mais le monde change à une vitesse qui s'accélère. Cela présente des possibilités mais aussi de nouveaux dangers. Nous savons tous très bien comment, après le 11-Septembre, la technologie et la mondialisation ont mis des moyens, jusque-là réservés aux États, entre les mains

des particuliers, ce qui a renforcé les capacités des terroristes de faire le mal. L'agression de la Russie contre d'anciens États soviétiques trouble les capitales européennes, tandis que l'essor économique et l'expansion militaire de la Chine inquiètent ses voisins.

C'est à votre génération que revient la tâche de répondre à ce monde nouveau. Il est absolument vrai qu'au XXI^e siècle, l'isolationnisme américain n'est pas une option. Nous n'avons pas le choix de feindre d'ignorer ce qui se passe au-delà de nos frontières. Mais dire que nous avons intérêt à promouvoir la paix et la liberté au-delà de nos frontières ne signifie pas que tout problème a une solution militaire. Depuis la Deuxième Guerre mondiale, certaines de nos erreurs les plus coûteuses sont venues non pas de notre retenue, mais de notre disposition à nous précipiter dans des aventures militaires sans réfléchir à toutes les conséquences – sans mobiliser un appui international et établir la légitimité de notre action ; sans expliquer franchement au peuple américain les sacrifices requis.

En un mot, voilà ce que je dis : l'Amérique doit toujours montrer la voie sur la scène internationale. Si nous ne le faisons pas, personne ne le fera. L'armée dont vous êtes devenus membres est, et sera toujours, l'épine dorsale de ce leadership. Mais une intervention militaire américaine ne peut pas être la seule – ni même la principale – composante de notre leadership en toutes circonstances. Ce n'est pas parce qu'on a le meilleur marteau qu'on doit voir chaque problème comme un clou.



D'abord, je tiens à répéter un principe que j'ai énoncé au début de mon mandat présidentiel : les États-Unis feront usage de la force militaire, unilatéralement lorsque cela s'impose, quand nos intérêts cruciaux l'exigent – lorsque notre peuple est menacé, lorsque nos moyens d'existence sont en jeu, lorsque la sécurité de nos alliés est en danger. Dans ces circonstances, nous nous poserons toujours les mêmes questions difficiles pour savoir si nos actions sont bien proportionnées, efficaces et justes. L'opinion internationale compte, mais l'Amérique ne doit jamais demander la permission de protéger notre peuple, notre patrie ou notre mode de vie.

En revanche, lorsque des problèmes à l'échelle mondiale ne constituent pas une menace directe pour les États-Unis, lorsque des problèmes de ce genre sont en jeu – quand une nouvelle crise tiraille notre conscience ou met

le monde sur une voie plus dangereuse sans pour autant nous menacer directement – la barre pour une intervention militaire doit alors être placée plus haut. Dans de telles circonstances, nous ne devons pas agir seuls. Nous devons plutôt mobiliser nos alliés et partenaires pour entreprendre une action collective. Nous devons élargir la gamme de nos outils pour y inclure la diplomatie et le développement ; les sanctions et l'isolement ; les appels au droit international ; et, si elle se révèle juste, nécessaire et efficace, l'action militaire multilatérale.



Voilà qui m'amène à mon second point : jusque dans un avenir prévisible, la menace la plus directe à l'Amérique, chez nous et à l'étranger, reste le terrorisme. Mais une stratégie qui consiste à envahir tous les pays qui abritent des réseaux terroristes est naïve et elle n'est pas durable. J'estime que nous devons réorienter notre stratégie de lutte contre le terrorisme – en tirant les leçons des succès et des insuffisances de notre expérience en Irak et en Afghanistan – pour établir des partenariats plus efficaces avec les pays où des réseaux terroristes cherchent à prendre pied.

Après la seconde guerre mondiale, l'Amérique a eu la sagesse de forger des institutions qui puissent préserver la paix et soutenir le progrès humain – de l'OTAN aux Nations unies, de la Banque mondiale au FMI. Ces institutions ne sont pas parfaites, mais elles ont eu un effet multiplicateur. Tout comme le monde a changé, cette architecture doit elle aussi changer. Au plus fort de la guerre froide, le président Kennedy a parlé de la nécessité d'une paix fondée sur « une évolution progressive des institutions humaines ». Faire évoluer des institutions internationales pour répondre aux exigences d'aujourd'hui doit être une composante essentielle du leadership américain.

Voilà qui m'amène au quatrième et dernier élément du leadership américain. Notre disposition à agir au nom de la dignité humaine. Le soutien de l'Amérique à la démocratie et aux droits de l'homme dépasse le cadre de l'idéalisme : c'est une question de sécurité nationale. Les démocraties sont nos amis les plus proches et elles sont bien moins susceptibles de partir en guerre. Les économies fondées sur des marchés libres et ouverts produisent de meilleurs résultats et deviennent des marchés pour nos marchandises. Le respect des droits de l'homme est un antidote contre l'instabilité et les motifs de plainte qui alimentent la violence et la terreur.

Un nouveau siècle n'a pas sonné le glas de la tyrannie. Dans les capitales à travers le monde – y compris, hélas, parmi certains des partenaires de l'Amérique – la société civile fait l'objet de mesures de répression. Le cancer de la corruption a enrichi trop de gouvernements et leurs sbires, et rempli de rage les citoyens, des villages esseulés aux places emblématiques. À voir ces tendances, ou les soulèvements violents dans certaines parties du monde arabe, il est facile de céder au cynisme.

Dans chacun de ces cas, nous ne devons pas nous attendre à un changement du jour au lendemain. C'est pour cela que nous formons des alliances non seulement avec des gouvernements, mais aussi avec de simples citoyens. Car contrairement à d'autres pays, l'Amérique n'a pas peur d'autonomiser les individus ; leur autonomisation nous renforce. La société civile nous renforce. La liberté de la presse nous renforce. Les entrepreneurs et les petites entreprises pleins d'élan nous renforcent. Les échanges dans le domaine de l'éducation et les possibilités pour tous, pour les femmes et pour les filles, nous renforcent. Nous sommes comme ça. C'est ce que nous représentons.

Au bout du compte, le leadership mondial nous oblige à voir le monde tel qu'il est, avec tous ses dangers et son incertitude. Nous devons être prêts pour le pire, prêts à toute éventualité. Mais le leadership américain nous oblige aussi à voir le monde tel qu'il devrait être – un monde où les aspirations des êtres humains comptent vraiment, où les espoirs et pas seulement les craintes font la loi, où les vérités inscrites dans nos documents fondateurs peuvent entraîner les courants de l'Histoire dans la direction de la justice. Et nous ne pouvons pas le faire sans vous.



Que Dieu vous bénisse. Que Dieu bénisse nos hommes et nos femmes qui portent l'uniforme. Et que Dieu bénisse les États-Unis d'Amérique. (28 mai 2014)

Références :

www.whitehouse.gov/photos-and-video/video/2014/05/28/president-obama-speaks-west-point-graduates

<http://translations.state.gov/st/french/texttrans/2014/05/20140528300302.html#ixzz33gFHA25X>

Edition et photos : Steve Rankin



Littérature américaine

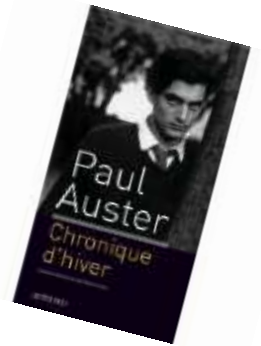


Par Joël Henderycksen



Paul Auster né le 3 février 1947 à Newark, New Jersey, a décidé de devenir écrivain dès l'âge de 13 ans. Diplômé de la Columbia University, il part pour la France, où il exerce le métier de traducteur. Revenu aux USA, il connaît son premier succès en 1989, avec « Moon Palace ». Les œuvres de ce plus français des écrivains américains ont pour sujet la solitude, le doute, l'art, et rendent compte des contradictions d'une société américaine en perpétuel changement.

Chronique d'hiver (Winter Journal) traduit de l'anglais (Etats-Unis) par Pierre Furlan, Actes Sud, 192 p., 22,50 €.



Un livre splendide, bouleversant, tissé de fragments. Une autobiographie de mon corps, a dit Auster. Loin du journal intime, du récit autobiographique, cette « Chronique d'hiver » aborde la méditation sur la fuite du temps sous l'angle du compagnonnage entretenu par l'individu avec son corps. « Mon corps est dans le monde » pourrait en effet être le sous-titre de cette « Chronique d'hiver » qui dans l'autobiographie d'Auster, vient compléter « L'Invention de la solitude » et le « Carnet rouge ». Un récit de soi dont le matériau puise au registre des sensations physiques éprouvées durant notre existence et enregistrées par notre mémoire au fil du temps.



Tout commence lorsque Auster a 3 ou 4 ans, puis les époques se mélangent, se chevauchent, s'en vont et reviennent, livrées aux mouvements d'une pensée vagabonde, moins soucieuse de chronologie que de laisser s'opérer le jeu libre et fécond des associations d'idées. Se choisissant pour objet d'étude, s'observant vivre, aimer, souffrir, jouir et s'abîmer, de l'enfance jusqu'à l'aube de la vieillesse, le processus que décrit Paul Auster est le passage de la sensation d'invulnérabilité qui anime notre conscience juvénile d'être au monde, à la conviction que l'humain est fragile, essentiellement mortel, qui nous habite et nous hante lorsque nous parvenons à maturité.

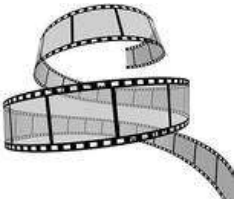
Dans ces pages aussi sincères que retenues, Paul Auster se décrit moins en littérateur qu'en acteur convoqué sur la scène troublée de l'existence pour y incarner, à son tour, l'ardeur des passions humaines.

Excursions dans la zone intérieure. Editions Actes Sud, traduit de l'anglais (USA) par Pierre Furlan, 368 pages, 23€. Ce livre existe aussi en ebook, 400 pages, 16,99€.

Après « Chronique d'hiver », Paul Auster a poursuivi son travail d'introspection avec ces excursions dans la zone intérieures. Les « Chronique d'hiver » étaient un inventaire sensible des lieux où Auster a habité, de ses expériences de l'amour, de la mort. Les « Excursions » ne s'attachent plus aux sens mais à l'esprit. S'il n'est pas illogique que le point de départ chronologique des deux ouvrages soit peu ou prou identique, l'enjeu profond des « Excursions » n'est toutefois pas de raconter une enfance, une adolescence, le témoignage d'un temps révolu, mais de tenter d'accéder à ce que nous étions, alors que nous sommes devenu un autre, métamorphosé par les années et enseveli sous les limons de la mémoire.

Auster nous émeut avec ses révélations existentielles limpides de petit garçon, puis d'adolescent, avant de nous plonger brusquement dans le « dur » à l'université de Columbia et à Paris. Car cette zone intérieure est bien sûr nourrie d'un magma d'éléments extérieurs : le désamour de ses parents, sa judaïté (un « problème » encore dans les années 1950-1960 aux Etats-Unis), les mythes de l'Amérique (les cowboys et les Indiens), le culte des héros, sportifs ou scientifiques, de nombreuses lectures (Poe, Conan Doyle, Stevenson), le cinéma, un exposé lucide et sombre de l'histoire américaine mouvementée des années 1950-1960, loin des clichés de « l'American way of life » triomphant ou du « flower power ».

Avant même d'avoir l'âge de raison, Auster ne croyait plus au mythe de l'Eldorado. Le monde féroce, l'hypocrisie ambiante, troublant sa zone intérieure, le poussaient inexorablement vers son destin de misanthrope-écrivain



Movie Club Movie club Movie Club Movie Club

« Les Coups de Cœur de Philippe et Joël »

N'oubliez pas de consulter notre site : www.franceusatoulon.org

Le Movie Club part en vacances! Nous reprendrons avec Philippe et Joël à la rentrée.

Fans de ciné, à bientôt!



France Etats-Unis fait son cinéma *par jacqueline Martin-Lombard*

L'Affaire Thomas Crown

L'affaire Thomas Crown, film réalisé et produit par Thomas Jewison en 1968 nous permet de revoir avec un grand plaisir Steve McQueen et Faye Dunaway dans les rôles principaux.

Ce film reçut 2 nominations aux Oscars et gagna celui de la meilleure bande originale avec la Chanson de Michel Legrand « The Windmills of your mind ». Chanson que j'ai eu la surprise d'entendre chantée en français au début du film de Xavier Dolan, "Tom à la Ferme".

Thomas Crown, millionnaire divorcé a besoin d'adrénaline. Il prépare alors avec 5 complices qui ne se connaissent pas, un braquage fabuleux qui plongera la police, et plus notamment le commissaire Malone dans un abîme de perplexité.

Le coup réussi, Thomas va cacher son butin, où? en Suisse, bien sûr ! Il découvre alors que la compagnie d'Assurance lui met en face une enquêtrice aussi redoutable que ravissante, la superbe et énigmatique Vicky Anderson, et là, tous les coups sont permis !

Petites Histoires

- La scène du baiser entre Steve McQueen et Faye Dunaway dure 55 secondes, mais le tournage de cette scène dura plus de 8 heures étalées sur plusieurs jours. Heureuse Faye !
- Sean Connery fut pressenti pour le film, il le refusa, et le regretta !
- Anouk Aimé à son tour, refusa le rôle de Vicky Anderson que récupéra Fay Dunaway, au sommet de sa popularité grâce à son rôle mythique dans Bonnie and Clyde.
- Ce film a laissé des traces dans la culture populaire, car il est cité dans la série Docteur House et dans le livre 1Q84 de Haruki Murakami.

Joël Henderycksen et moi-même, pensons que le grand intérêt de ce film est son côté féministe, (nous sommes en 1968), où une femme met bien cavalièrement le coupable présumé dans son lit. Certes, avec le fringant Steve Mc Queen nous ne pouvons la plaindre, et nous restons persuadés qu'elle aurait fait de même avec n'importe quel protagoniste afin de réussir sa mission !

N'oublions pas le regard bleu lagon de notre héro, regard malicieux, ironique, moqueur, mais jamais innocent, et apprécions à sa juste valeur la fin humoristique, même si elle n'est pas morale, de ce film, où tel est pris qui croyait prendre !



Point sur l'exposition de nos artistes

Comme elle nous l'avait laissé entendre, la Mairie va abandonner la salle de la Porte d'Italie et inaugurer dès le courant de l'été une nouvelle salle d'exposition en Mairie d'Honneur sur le Carré du port, dans ce qui était auparavant la salle des mariages. Nous bénéficierons ainsi d'un lieu d'exposition de taille équivalente mais infiniment mieux situé en termes de qualité du site et de fréquentation potentielle.



Les dates ont du être modifiées, ainsi que nos artistes en ont été informés par ailleurs.

- L'exposition se déroulera du jeudi 25 septembre au mercredi 15 octobre 2014.
- Le **vernissage** est prévu le mercredi 24 septembre à 12 heures, autour d'un « wine and cheese » offert par l'association.
- La galerie sera ouverte aux visiteurs du lundi au vendredi entre 09 et 18 heures.

Comme la Mairie d'Honneur, la galerie sera fermée les samedis, dimanches et jours fériés.

La liste des exposants est arrêtée à 23 artistes, plus l'atelier de patchwork de l'association :

- | | |
|-----------------------|------------------------------------|
| • ARATA Yvette | Peinture sur porcelaine |
| • BÉRARD Sylvie | Peinture |
| • BESSET Christine | Peinture |
| • CHABEUF Marie-Josée | Peinture |
| • COURT Monique | Peinture |
| • DAHON Suzy | Peinture |
| • DUMONTET Yolande | Peinture |
| • GACHOT Anne | Reliure |
| • GAUDÉ Annie | Peinture |
| • HENDERYCKSEN Joël | Peinture |
| • HURTEL Christiane | Modelage |
| • JAUFFRET Monique | Peinture |
| • JOULIN Pierre | Maquettes de bateaux |
| • LE NORCY Sophie | Peinture - Calligraphie |
| • MILLOT Anita | Peinture sur bois, modiste amateur |
| • MINOST-RANKIN Anne | Peinture |
| • NARAIN Bernadette | Peinture sur porcelaine |
| • NARAIN Pradeep | Peinture numérique |
| • PÉRIN Monica | Peintre |
| • PIETRI Marc | Peinture numérique |
| • ROY Paul | Peinture |
| • SCHRAM Francine | Peinture |
| • THÉLOT Jean-Pierre | Photographie |

* ~ *

Insolite

Le site de partage *Reddit* vient de révéler que la célèbre université américaine de Harvard, à Cambridge dans l'Etat de Massachussets, possédait un roman français du XIX^{ème} siècle, « *Des destinés de l'âme* » d'Arsène Houssaye, relié avec de la peau humaine. En fait l'existence à Harvard de trois livres reliés de la sorte avait déjà été signalée en 2006, sans provoquer la moindre réaction, par le journal étudiant de l'université le *Harvard Crimson*. L'un des livres, « *Practicarum quaestionum circa leges regias* » a été relié avec la peau d'un homme écorché vif en 1632. La peau utilisée pour relier le roman de Houssaye a été prélevée sur le dos d'une patiente anonyme d'un asile psychiatrique morte d'apoplexie.

Cette pratique, populaire au XVII^{ème} siècle, porte le nom savant de bibliopégie anthropodermique. Elle était considérée à l'époque comme une façon d'honorer la mémoire d'un mort.

Des recherches ADN seraient en cours pour déterminer si les étagères qui accueillent les quelques 15.000 livres de la bibliothèque d'Harvard n'abriteraient d'autres volumes reliés avec de la peau humaine...

LES BONNES RECETTES DE TANTE OCTAVIE

TEX MEX Chicken Fajitas/Fajitas au poulet

La cuisine Tex Mex est la rencontre entre les traditions culinaires du Mexique et celles du sud ouest des Etats-Unis. C'est ainsi que la créativité des cowboys et fermiers américains transforma les ragoûts de gibiers mexicains en chili con carne de bœuf, les tortillas de maïs en tortillas de blé ou les grillades mexicaines «arracheras» en fajitas etc. Riche en ingrédients frais, la cuisine Tex-Mex est renommée pour sa convivialité, ses saveurs variées et ses couleurs vives. Très actuelle elle est dégustée bien au-delà des Etats Unis.



Ingrédients pour 4 personnes :

Un paquet de tortillas de blé ou de maïs (vous les trouverez au supermarché, rayon produits du Monde ou encore mieux dans un magasin Bio)
500 g de filet de poulet découpé en fines lanières
2 poivrons (rouge & vert)
2 grosses tomates rouges épépinées
½ oignon rouge
2 gousses d'ail
3 pincées de Piment de Cayenne ou de Paprika (selon que vous aimez piquant ou pas)
1 c à café de cumin
Huile d'olive
Sel et poivre
Jus d'1 citron vert

Pour accompagner :

8 c à soupe de guacamole (purée d'avocats)
8 c à soupe de fromage râpé (type cheddar orange)
1 laitue romaine, iceberg, ou sucrine hachée finement
1 courgette rapée (facultatif)
1 carotte rapée (facultatif)
Coriandre fraîche hachée finement (facultatif)
Crème épaisse (facultatif)

Préparation (45 min) :

Découpez les poivrons en lanières puis en petits dés. Hachez l'oignon. Découpez le poulet en fines lanières. Dans une poêle faites revenir l'oignon dans un peu d'huile d'olive. Ajoutez les poivrons remuez puis baissez le feu. Laissez cuire environ 10 min. Les légumes doivent rester croquants. Ensuite ajoutez les tomates hachées finement, salez, poivrez, mélangez et laissez mijoter encore 10 min.

Dans une autre poêle faire sauter et brunir les lanières de poulet. Ajoutez y l'ail, le cumin, le Piment de Cayenne ou paprika et le jus de citron vert. Laisser mijoter pendant 10 min. Lorsque le poulet est assez cuit mélangez le aux légumes. Réchauffez les tortillas au four traditionnel à 150°C ou au micro-ondes.

Servir :

Lorsque les tortillas sont bien chaudes mettre le mélange légumes et poulet dans un grand bol, et laisser chacun garnir sa tortilla comme il le souhaite.

JEAN DIONISI

et son Jazz Band
se produisent en concert le **dernier jeudi**
de chaque mois au
Café Théâtre de la Porte d'Italie à Toulon
"De la Nouvelle Orléans au Cotton Club"
Renseignements **06.87.01.01.36**

Provence-Alpes-Côte d'Azur,
notre région

