



« baby »

OS, ATELIERS ARTISTIQUES...
 RACTIVITÉ DE LA MJC PICAUD À CANNES.
 N'OUBLIE PAS LES TOUT-PETITS.
 EST UN COURS RÉSERVÉ AUX MOINS DE 3 ANS.
 TRAVERSER (AIDÉS PAR PAPA OU MAMAN)
 OBSTACLES (CUBES, TRAMPOLINE, POUTRE...)
 R LEUR MOTRICITÉ.
 ue du Docteur Raymond-Picaud, Cannes.
 http://micpicaud.free.fr. Cours « super baby »,
 30€ matins, 63€ le trimestre, ou 110€ l'année.

Splash !

Un classique pour une sortie en famille, Marineland continue de séduire petits et grands. À ne pas rater : les spectacles des orques et des dauphins. Les géants des mers reproduisent lors de ce show leurs comportements naturels : nage en vitesse pour poursuivre une proie, échouages volontaires sur une plage pour attraper un phoque, ou sauts en tous genres. Les dauphins, eux, déploient leurs armes de séduction : vitesse, précision et agilité.
 Marineland. RN7, Antibes. Tél. : 04 93 33 82 72. www.marineland.fr.
 Pour la basse saison (dès le 1^{er} octobre), 29€ adulte, 20€ enfant (de 3 à 12 ans).



CÉRAMISTES JUNIORS

Chez Céramic créa, les bambins développent leur créativité, autour d'une activité hyper fun : la déco de céramiques. Au choix, plus de 300 pièces (assiettes, vases, animaux, tirelire, petites voitures, etc.) à peindre avec des couleurs très vives. Mamie, tata et toute la famille : tous auront droit à leur petit cadeau « fait main ». À noter : les mamans peuvent aussi venir ici prendre les empreintes des pieds et/ou mains de leur bébé.



Céramic créa, 94, bd Beau-Rivage, Antibes-Juan-les-Pins. Tél. : 04 93 95 12 68. www.ceramic-crea.com.

RECETTE

La daurade royale
Le goût du prestige

Les belles daurades royales, pêchées au large des côtes provençales, oscillent généralement entre 2 et 4 kg.



Pour 4 personnes

- 1 belle daurade royale
- 4 oignons
- 1,5 kg de pommes de terre
- 1,5 kg de tomates
- 1 bulbe de fenouil
- 2 citrons
- 1 verre de vin blanc
- huile d'olive
- 1 bouquet de persil
- sel
- poivre



La daurade royale au four

- 1• Dans un grand plat nappé d'huile d'olive, déposer en couches successives les oignons, les pommes de terre pelées, les tomates, le fenouil et 1 citron découpé en fines rondelles. Saler, poivrer, parsemer de persil grossièrement haché et arroser d'huile et de vin blanc.
- 2• Enfourner (th. 7) pendant environ 1/2 heure.
- 3• Déposer alors sur l'ensemble la daurade préalablement écaillée, vidée et la farcir d'une moitié de citron et des queues de persil. L'huiler et la saler légèrement, puis la décorer du restant du citron en rondelles.
- 4• Enfourner de nouveau et surveiller la cuisson du poisson.



Recette extraite du livre Recettes et Produits, Provence et Pays nîçois, aux éditions Gillette « nice-matin ».

