



QUALITÉ



PLAISIR



ÉQUILIBRE

90 MENUS
NORMANDS ÉQUILIBRÉS
Créations des chefs de restauration scolaire



Concours Bien manger en Normandie



90 MENUS

NORMANDS ÉQUILIBRÉS

Créations des chefs de restauration scolaire

ÉDIT 

À l'heure où la qualité des produits et l'équilibre alimentaire sont au cœur des préoccupations du consommateur, IRQUA-Normandie organise, depuis 2005, un concours «Bien Manger en Normandie» avec le soutien des Régions de Haute et Basse-Normandie, avec l'appui des Rectorats des Académies de Caen et Rouen, des coordinateurs PNNS et des Conseils Généraux de Normandie. Dans ce cadre, les chefs de restauration scolaire doivent créer un menu normand équilibré : un challenge auquel une cinquantaine de chefs ont déjà participé avec enthousiasme et talent, témoignant ainsi de leur culture des produits normands et de leur engagement quotidien pour une restauration de qualité !

Nous vous invitons à découvrir ce guide constitué de 90 menus normands équilibrés : un voyage à travers la création culinaire, sous le signe de la qualité, du plaisir et de l'équilibre !

S MMAIRE

La Qualité en Normandie. P3

Bienvenue au pays
de la Normandie
gourmande P4-5

La Normandie
et l'équilibre
alimentaire P6

Les 90 Menus normands
équilibrés P7 à 16

Les Menus lauréats
en recette P17 à 26

LA QUALITÉ EN NORMANDIE

APPELLATION D'ORIGINE CONTRÔLÉE (A.O.C)



C'est la garantie d'une typicité grâce à un lien étroit entre le produit, le terroir et le savoir-faire de l'homme. Les caractéristiques du produit sont dues essentiellement au milieu géographique (facteurs naturels et humains) et à la non reproductibilité du produit dans une autre région. L'Appellation d'Origine Protégée (A.O.P) est l'extension européenne de l'A.O.C.

En Normandie : le Camembert de Normandie, le Neufchâtel, le Pont l'Évêque, le Livarot, le Beurre et la Crème d'Isigny, le Cidre Pays d'Auge, le Poiré Domfront, le Pommeau de Normandie, les Calvados, Pays d'Auge et Domfrontais.

INDICATION GÉOGRAPHIQUE PROTÉGÉE (I.G.P)



Elle désigne un produit originaire d'une région, dont une qualité déterminée, la réputation, ou une autre caractéristique peut être attribuée à cette origine géographique et dont la production et/ou la transformation et/ou l'élaboration ont lieu dans l'aire géographique délimitée.

En Normandie : Poireau de Créances, volaille de Normandie, porc de Normandie, cidre de Normandie...

LABEL ROUGE



Il garantit la qualité supérieure d'un produit, grâce à un cahier des charges rigoureux. Un écart supérieur significatif (notamment gustatif), par rapport aux produits courants similaires, est directement perceptible par le consommateur. La réactualisation périodique des critères de labellisation lui confère un positionnement haut de gamme. En Normandie : coquille St Jacques, volaille fermière, carotte des sables, cidre tradition, mimolette, viandes et charcuteries ...

AGRICULTURE BIOLOGIQUE



C'est le signe d'un produit issu d'une agriculture respectueuse de l'environnement, des équilibres naturels et du bien être animal.

Des contrôles réguliers garantissent la non utilisation de produits chimiques de synthèse et d'organismes génétiquement modifiés.

En Normandie : produits laitiers, viandes bovine, ovine, porcine, volaille, fruits et légumes, céréales...

SPÉCIFICITÉ TRADITIONNELLE GARANTIE (S.T.G)



Elle protège une recette en mettant en valeur la composition traditionnelle du produit, ou son mode de production spécifique.

LES DÉMARCHES DE CERTIFICATION



Démarche de certification de produit (DCP). Elle atteste qu'un produit est conforme à des caractéristiques spécifiques ou à des règles fixées dans un cahier des charge, portant sur la production, la transformation ou le conditionnement.

En Normandie : noix de St Jacques, lapin Père Guillaume, Filière Qualité Race Normande, légumes...

LES MARQUES COLLECTIVES TRANSVERSALES



Bienvenue en Gourmandie.

Le logo indique que les produits respectent les 3 garanties : origine (fabrication en Normandie, privilégiant les matières premières régionales), qualité (de bonnes pratiques de fabrication) et saveur (produit testé et approuvé par les consommateurs).

En Normandie : plus de 300 produits agréés Gourmandie



Démarches Terroir.

Elles identifient des produits fermiers et artisanaux authentiques dont la matière première, la fabrication traditionnelle et la qualité gustative sont typiques d'un terroir.

Les signes officiels de la Qualité sont l'AOC, l'IGP, le Label Rouge, l'AB, et la STG. La CCP est une démarche de certification. Les marques collectives régionales sont des démarches privées.

BIENVENUE AU PAYS DE LA NORMANDIE GOURMANDE



RICHESSSES DU LAIT

Une réputation mondiale...

Grâce à son climat et à la richesse de ses prairies, la Normandie offre une gamme exceptionnelle de produits d'Appellation d'Origine Contrôlée :

- le Camembert de Normandie, à l'odeur de terroir et à la saveur fruitée légèrement relevée
 - le Pont l'Évêque, fromage musclé mais à la saveur subtile et raffinée
 - le Livarot, encore appelé Colonel pour les 5 lanières de roseau qui l'entourent, produit typé au parfum soutenu
 - le Neufchâtel, en forme de cœur, à la pâte lisse et onctueuse, légèrement salée
 - la Crème et le Beurre d'Isigny et leur typicité inimitable.
- La Normandie produit également une large gamme de produits innovants : yaourts, crèmes, desserts lactés, laits fermentés... pour le plus grand plaisir des petits gourmets !



SAVEURS DES VIANDES

Identification et qualité...

Terre d'élevage par excellence, grâce à son climat et ses herbages verdoyants, la Normandie possède un cheptel à l'origine de viandes de grande réputation :

La race Normande dont la renommée dépasse les frontières, présente une chair tendre et persillée qui fait le bonheur des amateurs !

Elle partage son excellence avec d'autres viandes : l'agneau (celui du pré-salé, aux qualités gustatives exceptionnelles), les volailles de Normandie (la poule de Gournay à la saveur délicate), les palmipèdes gras, les lapins...

La Normandie s'enorgueillit également d'une grande variété de spécialités : andouille de Vire, boudin de Mortagne, jambon de la Manche, tripes à la mode de Caen, saucisson du Marin...



TRÉSORS DES MERS ET DES RIVIÈRES

Qualité et diversité...

Grâce à ses 600 km de côtes, la Normandie, grande région maritime, témoigne d'une générosité à portée de lignes et de filets.

De Granville au Tréport, ses ports pratiquent une pêche côtière fructueuse : soles, turbots, merlans, grondins, maquereaux, rougets....

C'est aussi la 1^{ère} région de production de coquilles St Jacques (Label Rouge depuis 2002 !), de moules et de bulots, pour le plus grand plaisir des amateurs de plateau de fruits de mer ! Enfin, la Normandie est encore au 1^{er} rang pour la production d'huîtres, élevées en pleine mer, grâce à ses 4 crus renommés : la côte Ouest (à la saveur iodée), Isigny (croquante), St Vaast (au parfum de noisette) et la côte de Nacre (charnue et ferme).



BIENVENUE AU PAYS DE LA NORMANDIE GOURMANDE

FRAÎCHEURS DU JARDIN

Le savoir-faire au service de l'innovation...

La Normandie a une grande tradition de maraîchage.

C'est ainsi qu'elle propose tout au long de l'année une large variété de fruits et de légumes alliant fraîcheur, goût et praticité ! Pommes, poires, poireaux, salades, choux, carottes (dont la célèbre de Créances, cultivée dans le sable, bénéficie des embruns) et même champignons... ainsi que des produits innovants : salade 4^{ème} gamme, prête à l'emploi, soupes chaudes et froides, purées...

En Normandie, entre plaisir et équilibre, inutile de choisir !



PARFUMS DE LA POMME ET AUTRES BOISSONS

Une fraîcheur parfumée...

Les pommiers et poiriers normands sont à l'origine de produits cidricoles prestigieux :

- le cidre frais et fruité (parmi les cidres de pays, l'AOC Pays d'Auge aux arômes puissants et à la saveur moelleuse),
- le Pommeau de Normandie AOC, apéritif doux et léger issu du mutage d'un jus de pomme par un Calvados fruité, et vieilli en fût de chêne
- les Calvados AOC, AOC Pays d'auge et AOC Domfrontais, fruits de la distillation du cidre, à consommer, jeune en cocktail ou, vieux en digestif
- le Poiré, aussi appelé « champagne normand », issu des petites poires rondes et juteuses des vergers normand [AOC Poiré Domfront].



GOURMANDISES DU PAYS

Entre tradition et innovation...

Grâce à des artisans et des industriels alliant avec brio tradition et modernité, la Normandie produit une large gamme de spécialités gourmandes :

les sablés normands et galettes, les caramels (ceux d'Isigny ont fait le tour du monde !), les madeleines, les confitures de fruits mais aussi de lait (une spécialité normande...), les miels, la célèbre teurgoule, le sucre de pomme Rouennais... ainsi que des produits d'épicerie réputés (café, chocolats...).

Produits emblématique de la région, la pomme est le secret de nombreuses spécialités pâtisseries.

LA NORMANDIE ET L'ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE

Grâce à la grande diversité et qualité de ses produits, recouvrant toutes les familles alimentaires, la Normandie et sa culture gastronomique trouvent leur place dans une alimentation saine et équilibrée, alliant plaisir et saveur.

Le secret réside dans une bonne alliance des aliments et dans la règle d'or de la diététique : «manger de tout sans excès».

Les apports énergétiques journaliers dépendent de plusieurs constantes (âge, sexe, activité physique journalière...) et varient donc selon la personne considérée (enfant maternelle, primaire, collégiens, lycéens,...).

L'alimentation est équilibrée lorsque les apports en protéines, lipides et en glucides se répartissent sur la journée, de la façon suivante :

- **Glucides** : 50-55% des apports énergétiques totaux (AET)
- **Protéines** : 11-15% des AET
- **Lipides** : 30-35% des AET

Pour les glucides, il est conseillé de privilégier l'apport en glucides complexes (produits céréaliers, féculents...) et de réduire l'apport en glucides simples (desserts, friandises...).

Les protéines sont apportées par des aliments d'origine animale (viandes, poissons et œuf) et d'origine végétale (surtout les céréales et les légumes secs). L'apport doit être varié afin de couvrir la totalité des besoins en acides aminés. En Normandie, la source de protéines disponibles est variée grâce aux atouts terre/mer !

La présence de lipides est la caractéristique principale de la famille : « matières grasses ajoutées », parmi laquelle on compte les huiles, le beurre et la crème fraîche, qui est cependant la moins grasse d'entre elles.

Les lipides peuvent aussi être cachés : charcuterie, fromages, produits sucrés...

Pour couvrir les besoins en lipides, et surtout en acides gras essentiels et indispensables, il est important de varier les sources d'apports en lipides, en contrôlant leur consommation.

Bien qu'issue des produits laitiers, le beurre et la crème fraîche ne contiennent pas de calcium.

Les micronutriments (vitamines, minéraux et oligoéléments) se retrouvent de façon très variée dans les aliments : les plus riches en vitamines et minéraux sont les fruits et les légumes par excellence (la Normandie en regorge !), mais chaque famille apporte sa contribution en vitamines et minéraux : le calcium dans les produits laitiers, le fer dans la viande, la vitamine E dans les huiles...

Quelques repères simples : (source : Programme National Nutrition Santé)

FAMILLE ALIMENTAIRE	PRINCIPAL ATOUT	CONSEIL DE CONSOMMATION
Fruits et légumes	Fibres, vitamines et minéraux	Au moins 5 par jour
Céréales, pommes de terre et légumes secs	Glucides complexes	A chaque repas et selon l'appétit
Lait et produits laitiers	Protéines, calcium	3 à 4 par jour
Viandes, poissons et produits de la pêche, œufs	Protéines	1 à 2 fois par jour
Matières grasses ajoutées	Lipides	Limiter la consommation
Produits sucrés	Sucres simples	Limiter la consommation
Boissons	Eau	De l'eau à volonté
Sel	-	Limiter la consommation
Activité physique	-	Au moins l'équivalent d'une 1/2 heure de marche rapide par jour

Le secret d'une alimentation équilibrée réside dans une bonne alliance des aliments. La recherche de l'équilibre n'empêche ni le plaisir, ni la découverte, ni la convivialité : créez des menus variés, et sachez profiter du meilleur de la Normandie !



QUALITÉ



PLAISIR



ÉQUILIBRE

LES 9  

MENUS NORMANDS ÉQUILIBRÉS



ALLOU Laurent

Collège Charles Lemaître
AUNAY SUR ODON (14)



- Paupiette de jambon fumé de la Manche
- Braisé de bœuf à la crème de camembert
- Neufchâtel pané au pain d'épice
- Berceau de poivron, endive étuvée à la saveur de poire et son beurre d'estragon à l'échalote



- Mille-feuille du terroir
- Fricassée de volaille Vallée d'Auge
- Méli-mélo de pommes sautées / haricots verts
- Teurgoule

BACON Bruno

Collège Ernest Hemingway
PORT EN BESSIN (14)



- Feuilleté de Vire au cidre
- Filet de tombe en papillote sauce normande / petits légumes au beurre
- Fromages normands et salade
- Pommes cuites à la Teurgoule



- Feuilleté blanc et noir sur lit de pomme caramélisée et sa crème d'Isigny
- Filet de porc de Bayeux au thym et son gratin de légumes
- Salade et plateau de fromages
- Gâteau de carottes de Créances et son coulis de chocolat



- Flan de petits légumes
- Filet de poulet à la crème d'Espelette
- Gratin de pommes de terre aux oignons caramélisés
- Tarte tatin au caramel d'Isigny et ses amandes sur lit de crème anglaise

BERTIN Judicaël

Restauration municipale
VERNON (27)



- Croustillant aux fromages normands sur salade verte
- Lieu en robe de choux et palets de betteraves
- Fromage blanc en faisselle et pelée de cidre
- Marmelade de pommes biscuitées et caramel au beurre salé

BERTRAND Richard

Collège Tancrède de Hauteville
SAINT SAUVEUR LENDELIN (50)



- Duo de céleri et carotte sur lit d'endive et sa purée de betterave
- Émincé de dinde au cidre
- Pomme de terre paysanne au camembert
- Feuilleté de poire au beurre d'agrumes



- Carottes râpées aux pommes
- Moules au cidre et à l'andouille
- Pommes de terre
- Fromage blanc aux fruits rouges



- Salade de la mer (saumon, crevette et seiche)
- Crêpinette à la normande
- Pommes cuites / purée Crécy
- Crème aux œufs aux trois fruits

M. BOUCHER - Élève : Alexandre GIRARDI

Lycée Georges Baptiste
CANTELEU (76)



- Salade de mâche avec son toast andouille et Neufchâtel, sauce crème
- Lasagnes bovines Normandes
- Crème aux œufs parfumée à la pomme

BOURDON Jacques

Collège Félix Buhot
VALOGNES (50)



- Paris Brest au poisson et concombre
- Médaillon de Veau, sauce cidre, andouille, camembert
- Barquetière de légumes
- Pommes farcies au riz à la cannelle, crème anglaise



- Beignets de camembert
- Filet de colin / pommes de terre aux petits légumes
- Poires cuites miel / caramel



- Rissoles au Camembert et coulis de tomates sur salade verte
- Filet mignon au Pommeau et miel
- Paupiettes de légumes (carotte, poireau, navet et chou vert) et riz
- Mousse pomme/poire chantilly

BREDEVILLE Laurent

Lycée Pierre de Coubertin
BOLBEC (76)



MENU

- Mâche et betterave aux pommes
- Pavé de lieu au camembert
- Courgettes aux herbes
- Douillon sauce caramel au beurre salé

CHAMPAIN Pascal

Collège Gaston Lefavrais
PUTANGES PONT-ECREPIN (61)



MENU

- Salade de Pays au Pont-l'Évêque
- Escalopes de porc au Cidre
- Petit flan de carottes
- Teurgoule

BRIFFARD René

Lycée professionnel
LE TREPORT (76)



MENU

- Aspic du Bocage
- Parmentier côte d'Opale
- Salade de saison
- Trepommes

COGNEAUX Rodolphe

Lycée les Bruyères
SOTTEVILLE LES ROUEN (76)



MENU

- Salade mixte aux fruits de mer et aux amandes colorées
- Filet de hoki à la crème de Pommeau
- Rondin Marie Harel
- Deux pommes aux graines de sésame

CASTELNAU Nicole

Collège Jean Grémillon
SAINT CLAIR SUR ELLE (50)



MENU

- Fondant de poireaux à la crème citronnée et sa garniture
- Moelleux de bœuf au cidre et au miel
- Parmentier aux trois légumes façon St Clair
- Poires au four sur crème légère au caramel d'Isigny

COLNOT Patricia

Collège Jean Giraudoux
ROUEN (76)



MENU

- Salade d'endives
- Poulet à la normande (carottes, navets et poireaux)
- Cœur de Neufchâtel
- Bourdelot

DELAS Mickaël

Collège Louis Bouilhet
CANY BARVILLE (76)



MENU

- Salade maraîchère automnale au vinaigre de cidre
- Escalope de dinde sauce normande dans sa barquette de verdure
- Neufchâtel accompagné de son fameux pain au lin
- Délices de pommes de Jumièges au four

- Rillettes de sardines sur lit de salade au vinaigre de framboises
- Mijoté de poulet à l'Andouille et aux éclats de noix
- Émincé de chou blanc et son gratin de pommes de terre au camembert
- Gourmandise de pommes au Pommeau, sauce caramel

- Mille-feuille de radis noir à la mimolette d'Isigny
- Sauté de porc à l'oseille
- Pochon de sarrasin aux petits légumes
- Pommes gourmandes façon crumble sur lit de crème anglaise



MENU

- Salade de la mer (crevette, moule et calamar)
- Colin et ses petits légumes Sauce Neufchâtel (carotte, tomate et champignon)
- Délice Cauchois au fromage et son caramel
- Feuilleté normand aux poires

DESCHAMPS Antoine

Collège Jules Verne
SAINT HILAIRE DU HARCQUET (50)



MENU

- Croustade aux 3 fromages façon tartiflette et sa salade verte
- Sauté de volaille au Pommeau et son flan de carottes de Créances et poireaux de Carentan
- Riz au lait parfumé au Calvados



MENU

- Salade de nos grand-mères
- Filet de Hoki sauce beaufougerai sur fondue de poireaux et son gratin de pommes de terre
- Pomme, poire et noix flambées

DESTRAIT Evelyne

Lycée Lavoisier
LE HAVRE (76)



MENU

- Tarte aux fromages
- Poulet Vallée d'Auge et ses légumes variés
- Pomme au four sauce caramel au cidre

DUCANGE Alain

Collège Jean Charcot
OISSEL (76)



MENU

- Quiche marinière aux moules de Bouchot
- Haut de cuisse façon Marie Harel
- Brochettes de légumes
- Soufflé glacé Vallée d'Auge au miel et pommes



MENU

- Salade fraîcheur d'automne aux pommes, carottes et camembert
- Colin chemisé, beurre blanc au cidre
- Méli-mélo aux 2 pommes
- Crème brûlée sur son lit, gelée de pommes et son sablé

DUHAMEL Damine

Lycée Professionnel Jean Rostand
OFFRANVILLE (76)



MENU

- Betteraves à l'échalote, crème fraîche et ciboulette
- Escalope de dinde au Camembert
- Pommes de terre et ses brocolis aux oignons
- Pommes cuites au four

FERREIRA Paulo

Lycée Jean Monnet
MORTAGNE AU PERCHE (61)



MENU

- Aumônière Percheronne sur une salade croquante de saison
- Cassolette de lieu noir et moules marinières riz pilaf aux petits légumes
- Jack bee little au camembert
- Délice d'automne au fromage blanc du Cotentin et crumble de petits sablés Normands



MENU

- Rosace de légumes croquants et jambon de la Manche avec sauce pastel
- Mille-feuille de lieu noir aux pommes de terre et poireaux de Créances accompagné d'une sauce Crêcy
- Délice de Livarot aux épices sur une salade de saison
- Velouté de crème anglaise «miellée» aux poires fraîches et brisures de chocolat

GERMAIN Christophe

Collège Sévigné
FLERS (61)



MENU

- Salade d'hiver aux pommes de terre et à l'andouille de Vire, crème camembert
- Filet de maquereau rôti, crème de moules au citron
- Méli-mélo de légumes (carottes et petits pois)
- Feuilleté à la poire et à la confiture de lait allégée caramel au poiré

GERVAIS Guy

Collège P.S. de Laplace
LISIEUX (14)



MENU

- Salade Normande
- Escalope de poulet aux pommes et sa gelée de groseille
- Riz à la cannelle



MENU

- Salade de crevettes au vinaigre de cidre avec carpaccio de lieu
- Tartiflette à l'andouille et aux fromages normands
- Salade de fruits frais à la cannelle

GIBEAUX Jean-Marc

Lycée Porte Océane
LE HAVRE (76)



- Potage velouté à l'oseille
- Filet de cabillaud sauce poire
- Pommes de terre normandes
- Coupe Grivette

GILBERT Bernard

Lycée Polyvalent Raymond Queneau
YVETOT (76)



- Salade de camembert au vinaigre de cidre
- Suprême de pintade aux essences de pommes
- Pommes de terre fondantes et pommes (fruits) sautées au cidre
- Beurré Normand



- Salade d'endives à la normande
- Blanquette de veau à l'ancienne
- Riz créole
- Clafoutis aux pommes / crème anglaise

GILLOT Jean-François

Collège Pierre Aguiton
BRECEY (50)



- Salade campagnarde normande (andouille, poire et salade)
- Filet de lieu à la créançaise
- Plateau de fromages normands
- Gâteau aux pommes

GOBLET Fabrice

Lycée Modeste Leroy
ÉVREUX (27)



- Gratiné à la pomme et au céleri
- Cocotte Normande de pintade fermière aux pommes
- Poêlée de légumes du Terroir
- Pain perdu aux pommes

GOS Pascal

Lycée Professionnel Élixa Professionnel
PETIT QUEVILLY (76)



- Mesclun de salade au vinaigre de balsamique, tomates confites et bonbons de camembert au miel
- Rôti de bœuf en croûte sur lit de champignons poêlés, sauce moutardée à l'ancienne et au cidre
- Purée de betterave rouges et flans de courgettes cuit à l'étuvée
- Spirale de Golden cuite au four, boule glacée vanillée sur coulis de caramel et beurre salé, nougatine d'amandes et pistaches broyées.



GREBOVAL Alex

Collège Arthur Rimbaud
SAINT AUBIN LES ELBEUFS (76)



- Poêlée d'andouille au cidre
- Filet de Hoki Vallée d'Auge
- Douillon de pomme et sa confiture de groseille



- Salade de brick au Pont l'Évêque
- Blanquette de veau à l'ancienne, haricots verts et carottes
- Tarte normande

GRENET Pascal

Collège Henri Delivet
CARROUGES (61)



- Tarte au camembert
- Poulet au cidre
- Carottes et fondue de poireaux de Créances
- Tarte fine aux pommes et glace vanille

HARDEL Agnès

Collège François TRUFFAUT
ARGENTAN (61)



- Salade du terroir
- Steak de dinde Vallée d'Auge
- Duo de pommes de terre carottes persillées
- Crème chocolatée

HARDEL Agnès

Collège Nicolas Jacques
SÉES (61)



MENU

- Soupe de moules et coques
- Bœuf braisé au cidre et aux oignons
- Gratin de pommes de terre au camembert et salade verte
- Crèmeux de fromage blanc et sa compotée aux pommes



MENU

- Croustillant d'andouille au camembert, salade de saison et chutney aux poires
- Navarin de lieu noir au poiré et ses légumes (poireau, carotte et champignon)
- Écrasé de pommes de terre à la ciboulette
- Entremet aux pommes fondantes et sa sauce au caramel salé

KERLOC'H Mickaël

Lycée et Collège Robert de Mortain
MORTAIN (50)



MENU

- Velouté de potiron au Livarot
- Lasagne aux deux poissons Florentine et vinaigre de cidre
- Pomme en sablé et sa crème de noix au miel Normand



MENU

- Tartine viroise
- Filet de merlan poêlé au sabayon de cidre sur lit de légumes saisonniers
- Riz aux pommes et caramels d'Isigny

LANDRIEUX Alexandra

Collège M. de Montaigne
LE VAUDREUIL (27)



MENU

- Betteraves aux pommes sur lit de salade
- Poulet Vallée d'Auge aux deux pommes, petits pois, carottes
- Fromage de Normandie
- Douillons aux poires

LE MAUFF Éric

Lycée professionnel Bernard Palissy
MAROMME (76)



MENU

- Marmite du pêcheur dans son fumet normand à la crème d'Isigny
- Marinade d'aiguillettes de porc et son caramel de cidre
- Galette de pommes de terre aux champignons
- Feuilletine de pommes sur cheveux d'ange



MENU

- Cassolette d'encornet au cidre et salade de saison
- Noisette de porc en croûte
- Parmentier de salsifis à la crème d'Isigny
- Pomme cuite au four dans son caramel de Pommeau

LECOQ François

Collège Pierre Varignon
HÉROUVILLE St CLAIR (14)



MENU

- Mousse de tacaud en endivette, sirop de vinaigre de cidre, ciboulette ciselée
- Échine de porc farcie au cidre et crumble de carottes et de topinambours, pommes fondantes
- Fromages
- Pommes / poires en sablée sauce caramel

LEFEBVRE Stéphane

Collège Langevin Wallon
BLAINVILLE SUR ORNE (14)



MENU

- Feuilleté maraîcher sauce fromage blanc à la ciboulette
- Parmentier Virois au cœur fondant de Marie Harel
- Croustillant de poires fondantes, bananes acidulées
- à la fleur d'oranger, crème fouettée à la cannelle



MENU

- Toast de pain brié au beurre de crevettes sur salade à la betterave râpée
- Émincé de dinde aux parfums du Calvados accompagné de palets aux carottes de créances
- Omelette soufflée aux pommes cuites au beurre avec sa sauce au caramel et sa tuile

LEJAMEL Benoît

Lycée Émile Litre
AVRANCHES (50)



MENU

- Œuf cocotte à la normande
- Rôti de porc farci au camembert et chutney de pommes et oignons
- Riz au lait et compote de pommes



MENU

- Croustillant pomme et andouille, salade verte au vinaigre de cidre
- Filet de lieu au Poiré et lard sur son pressé de patates douces
- Teurgoule aux pommes

LELONG Pascal

Collège Albert Camus
NEUVILLE LES DIEPPE (76)



MENU

- Pamplemousse fraîcheur
- Saumon en portefeuille à la Dieppoise sur coulis d'oseille
- Fromage de Normandie
- Moulin à la framboise



MENU

- Effeillade de salade sous lit de St-Jacques et sa julienne de légumes
- Cuisse de canette sauce au miel sur lit de chou et pommes de terre charlotte
- Fromage Neufchâtel et sa baguette
- Pomme

LEMARCHAND Didier

Collège Paul Bert
FÉCAMP (76)



MENU

- Mille-feuille de pommes à l'andouille de Vire sur lit de mâche
- Cuise de pintade rôtie au cidre, pommes de terre cachoises et compotée d'endives
- Pont l'Évêque
- Feuilleté de poire confite au miel et aux amandes

LEMERCIER Valérie

Collège Henri Dunant
AUMAËLE (76)



MENU

- Neufchâtel chaud sur salade
- Cabillaud sauce dieppoise
- Riz pilaf
- Douillon aux pommes

LEPREVOST Nicolas

Collège Jean Monnet
GRUCHET LE VALASSE (76)



MENU

- Petite mousseline de colin milkshake de courgette
- Rôti de porc au jus de légumes
- Panais et pommes fondantes
- Mille-feuille façon tatin



MENU

- Salade du bocage normand
- Filet de colin lieu sauce crevette liée à la carotte de Créances
- Pommes de terre à la fondue de poireaux
- Ile flottante au caramel au beurre salé



MENU

- Feuilleté au camembert et à l'andouille de Vire sur salade verte
- Dos de colin velouté de panais aux moules, julienne de légumes (navet, courgette et carotte de Créances)
- Poire parfumée au pommeau petite crème à la vanille bourbon

MACHUE Marc

École primaire et maternelle René Lemièr
CAEN (14)



MENU

- Salade du bocage au poulet et noix
- Tarte normande au camembert et ciboulette
- Gratinée de pommes à la cannelle
- Jus de pommes (pour un jour de fête)

MAHEUT Claude

Cuisine Centrale de Hauteville
LISIEUX (14)



MENU

- Toasts aux 2 fromages sur salade mêlée
- Tartiflette normande camembert et andouille
- Pommes au four

MORICE Didier

Collège Jacques Prévert
DOMFRONT (61)



MENU

- Soupe de fruits de mer en croûte
- Filet de poulet façon Orloff au jambon de la Manche
- Galette de pomme de terre et topinambour au thym
- Salade de pommes au basilic



MENU

- Cassolette de boudin noir et pomme fruit
- Émincé de porc au poiré et carottes de créances à la ciboulette
- Salade verte et gruyère de Carrouges aromatisée au vinaigre de cidre
- Riz au lait caramélisé



MENU

- Cappuccino de betterave rouge et salade verte
- Émincé de bœuf aux pommes et sa garniture de fèves
- Gratin de topinambours et potimarrons à l'oseille
- Pruneaux au poiré à l'infusion de thé

NEZAN Éric

Collège Roger Martin du Gard
BELLEME (61)



MENU

- Cèpe de moules et crevettes à la Barfleur
- L'émincé de poulet sauce au cidre et ses carottes fondantes à la compotée de tomates fraîches
- Salade normande
- Fromage blanc aux poires caramélisées et son croquant de carambar au beurre d'Isigny



MENU

- Tarte viroise aux pommes sur lit de salade verte
- Glacis d'ailes de raie et ses légumes fondants (brocoli, carotte et champignon)
- Petit baluchon normand au fromage blanc et son caramel laitier

OLSZOWSKI Pierre

Collège Henri Dunant
ÉVREUX (27)



MENU

- Chou rouge virois aux pommes
- Papillote de poisson aux légumes d'automne (poireau, carotte, céleri et pomme de terre)
- Fromage normand sur salade verte
- Tourtière poirière façon tatin

PERIER Claude

Lycée Louis Modeste Leroy
ÉVREUX (27)



MENU

- Pommes surprise (endive, noix, céleri et crevette)
- Rôti de porc au lait
- Pommes de terre au camembert
- Crêpe aux poires confites

PERIER Claude et NIQUET Michaël

Lycée Louis Modeste Leroy
ÉVREUX (27)



MENU

- Salade mêlée au Neufchâtel (carotte, courgette et ciboulette)
- Filet mignon de porc au cidre et aux pommes
- Flan d'endives
- Renversé aux pommes et aux poires façon crumble

PERIER Claude et GOBLET Fabrice

Lycée Louis Modeste Leroy
ÉVREUX (27)



MENU

- Gratiné de pommes et de céleri
- Cocotte normande de pintade fermière aux pommes
- Poêlée de légumes frais du terroir
- Pain perdu aux pommes

PRELLE Régis

Collège Yves Montand
LE THEIL SUR L'HUISNE (61)



MENU

- Tarte aux quatre fromages de Normandie
- Rôti de porc braisé au miel et poires en habille vert
- Bavarois de fromage blanc aux pommes au caramel au lait et de beurre salé



MENU

- Salade de carottes et julienne de chou au vinaigre de cidre
- Parmentier d'andouille de Vire à la graine de moutarde à l'ancienne
- Petit pot de crème aux pommes et son sablé normand



MENU

- Salade cauchoise au fromage
- Fricassé de pintadeau braisé à la poire
- Haricots verts à la crème d'Isigny
- Tarte façon tatin et sa sauce de jus de pommes

MENU

- Feuilleté de tripes à la mode de Caen
- Darne de cabillaud au camembert en pot au feu
- Terrine de pommes à la gelée de cidre et à la confiture de lait

MENU

- Brioche d'andouille de Vire et sa salade Normande
- Filet de colin au camembert et ses légumes en pot au feu
- Mousse de fromage blanc vanillé aux pommes parfumé au Calvados et sa tuile au caramel de beurre salé

MENU

- Croustillant de Neufchâtel et sa salade de mesclun, carotte et betterave
- Suprême de poulet à la poire et au réglisse
- Crumble de légumes au Pont-l'Évêque (courgette et aubergine)
- Délicieux normand pomme et chocolat

QUENOUILLE Éric

Collège Roger Gandeau
LES ANDELYS (27)

MENU

- Salade normande (pomme, céleri et noix)
- Filet de cabillaud sauce au miel et aux figues
- Salade verte aux dés de Pont-l'Évêque
- Feuilleté rouennais à la pomme

RAIMBAULT Didier

Lycée La Morandière
GRANVILLE (50)

MENU

- Quiche Normande et salade verte
- Carbonate du Pays d'Auge
- Poêlée maraîchère (céleri, poivron, carotte et navet)
- Bavarois poire de la Suisse Normande

RAIMBAULT ET ROBILLARD

Lycée La Morandière
GRANVILLE (50)

MENU

- Tartine viroise pomme et camembert
- Dos de lieu au beurre normand
- Riz sauvage et ses carottes de Créances
- Croquant feuilleté aux poires

ROBILLARD Frédéric

E.R.E.A.
LA FERTÉ MACE (61)

MENU

- Tartelette croustillante aux carottes et pétoncles
- Papillote de pintade à l'estragon, aux trois choux, parfum d'andouille
- Neufchâtel au cœur de pain de mie en duo avec une brochette de mimolette
- Mousse aux pommes et miel, caramel au beurre salé tuiles aux amandes

MENU

- Velouté de moules
- Tarte fine pomme, boudin noir
- Escalope de poulet, sauce au cidre et champignons, gratin de carottes et pommes de terre au camembert
- Flan aux poires, méli-mélo sauce chocolat et caramel, crème anglaise

MENU

- Crumble aux fruits de mer et son lit de fenouil
- Duo de rognons de bœuf et jambon brillé, flan de carottes et pommes de terre au four
- Salade sauce yaourt et son camembert, oignons rouges confits et salade verte
- Brioche au lait et éventail de poire, gelée de pommes maison et petite compote du jour

ROUSSEL Olivier

Collège Jean MOULIN
CAEN (14)

MENU

- Salade du terroir en coque d'endive (au choix)
- Mille-feuille virois (au choix)
- Poulet cocotte aux reinettes, écrasée de pommes de terre et ciel au camembert
- Croustillant aux poires et son sirop léger

MENU

- Salade Viroise
- Dos de cabillaud au Cidre
- Pont l'Évêque
- Bourdelot Grand-Mère

SALIGNON Didier

Collège Albert Jacquard
CAEN (14)

MENU

- Médaillon de camembert pané et salade composée
- Émincé de porc au cidre à l'embeurrée de choux, pommes anglaises
- Riz au lait, pomme-poire caramélisées au beurre

SIMON Monique

Mairie de Caen
CAEN (14)

MENU

- Chiffonnade de salade concombre, pomme et fromage
- Julienne de légumes (carotte, courgette, pomme de terre et navet)
- Escalope de dinde sauce normande
- Tarte aux pommes

THOMAS Éric

Lycée Georges Brassens
NEUFCHÂTEL EN BRAY (76)

MENU

- Salade de l'Orson
- Escalopes de poulet au Neufchâtel
- Carottes glacées - pommes de terre
- Poires

MENU

- Salade du Pays de Bray
- Escalopes de dinde Neufchâteloise
- Flans de carottes et pommes de terre Brayonne
- Tarte pommes et poires

THOMAS Gérard

Collège du Houltme
BRIOUZE (61)

MENU

- Toast pomme camembert sur salade
- Jambon grillé au cidre
- Gratin Virois
- Petit chou de Louviers à la crème patissière

THOMAS Joël

Collège Jean Monnet
FLERS (61)

MENU

- Salade du terroir
- Tartelette au camembert
- Escalope de porc Vallée d'Auge, pommes vapeurs persillées, pommes cuites
- Amandine aux poires et son coulis de groseilles

THROUET Cyrille

Lycée Aristide Briand
ÉVREUX (27)

MENU

- Soupe de moules au cidre et curcuma
- Ragoût d'andouille de Vire et poire
- Fromage de Normandie
- Pomme au four en demi-sel

VERAULT Olivier et STEY Marcel

Collège Marcel Gambier
LISIEUX (14)

MENU

- Salade Normande
- Jambon braisé sauce au cidre
- Méli mélo de légumes gratiné au camembert
- Sablé aux pommes sur coulis de poire et caramel au Calvados

MENU

- Salade des Vergers normands
- Pavé d'andouille de Normandie et sa poire rôtie, sauce camembert
- Gratin de pommes de terre à la cannelle
- Amandine aux pommes caramélisées



QUALITÉ



PLAISIR



ÉQUILIBRE



LES MENUS LAURÉATS EN RECETTE

ASPIC DU BOCAGE PARMENTIER CÔTE D'OPALE SALADE DE SAISON TRÉPOMMES

ASPIC DU BOCAGE

Ingrédients pour 100 personnes :

1 kg gelée / 1 feuille de chou vert frisé / 24 œufs / 2 kg julienne légumes / 2 kg escalopes de volaille / 7 camemberts / 250 g beurre / mayonnaise / filet de vinaigre.

Confectionner la gelée. Blanchir les feuilles de chou vert en chemiser les moules d'œufs en gelée. Cuire la julienne de légumes en vapeur. Poêler les escalopes, les détailler en petits dés. Cuire les œufs dur, les écailler, hacher les. Couper le camembert en petit dés. Monter les aspics : mimosa d'œufs, dés d'escalopes, julienne de légumes, dés de camembert. Couler la gelée, passer en chambre froide. Démouler et décorer de mayonnaise au vinaigre de cidre.

PARMENTIER CÔTE D'OPALE

Ingrédients pour 100 personnes

25 kg pommes de terre / 16 l lait / 6 kg cabillaud / 1 kg mie de pain / 40 blancs d'œufs / 1 kg mimolette / 100 g crème liquide / 1 kg épinards hachés.

Cuisson des pommes de terre 160° environ 1h30 mi-cuisson température 130°. Utiliser un plat à gratin huilé. Couper les pommes de terre en lamelles y ajouter le lait, le sel. Couvrir de papier aluminium + couvercle. Confectionner la mousse de poisson. Mixer le poisson y ajouter les blancs d'œufs, le sel, 2 l de crème, la mie de pain, les épinards. Réaliser le gratin. Huiler un plat. Alternier pommes de terre, mousse de poisson, (dressée à la poche). Parsemer de mimolette râpée. Napper de 2 l de crème liquide et faire gratiner au four. Décoration cuite des rondelles de carottes et courgettes cannellées, dresser à l'envoi.

SALADE DE SAISON

Ingrédients pour 100 personnes :

15 laitues / huile / vinaigre / échalote / botte de persil.

Dresser la salade avec les ingrédients.

FROMAGES

Ajouter une portion de camembert ou une portion de Pont-l'Évêque.

TRÉPOMMES

Ingrédients pour 100 personnes :

4 kg pommes / 1 kg miel / 1 l blancs d'œufs / 2 kg sucre / 12 l crème liquide / 7 l glace vanille.

Éplucher, couper en cubes la pomme, la cuire dans un sirop (sucre eau). Faire un caramel avec le jus de cuisson de pomme réserver pour le décor. Réaliser une meringue italienne avec les blancs d'œufs, miel (cuisson petit bouill). Monter la crème liquide en chantilly (sucre légèrement) et incorporer à la meringue. Dresser la meringue sur une boule de glace vanille. Laisser prendre 1 heure de congélateur. Décorer à l'envoi de dés de pommes, morceaux de caramel, lamelles de pommes crues.

MENU NORMAND

Paulo FERREIRA

Lycée Jean Monnet [61]

AUMONIERE PERCHERONNE
SUR SALADE CROQUANTE
CASSOLETTE DE LIEU NOIR ET MOULES MARINIÈRES

JACK BEE LITTLE AU CAMEMBERT

RIZ PILAF

DÉLICE D'AUTOMNE AU FROMAGE BLANC
DU COTENTIN ET CRUMBLE DE PETITS
SABLES NORMANDS

AUMONIERE PERCHERONNE SUR SALADE CROQUANTE

Ingrédients pour 100 personnes :

2 kg d'endives / 2 batavia et 2 chêne rouge / 100 feuilles de brick /
34 boudins noirs / 25 pommes à couteau / 250 g de beurre /
20 cl de vinaigre de cidre / 1 l d'huile de tournesol / 20 g de moutarde.

Éplucher et laver les champignons puis émincer-les. Couper les chapeaux de tomates. Confectionner une sauce moutarde assez épaisse. Coller les tranches de mimolette avec la sauce moutarde en leur faisant prendre la forme d'un cylindre disposé au centre des assiettes. Mélanger l'ensemble des moules, les crevettes, le reste de sauce moutarde, la crème liquide et le persil haché. Remplir les cylindres avec la préparation et disposer les chapeaux des tomates dessus. Garder des tomates pour la suite du menu. Farcir les cylindres à votre convenance. Par exemple façon tartare (fromage blanc, ciboulette, jus de citron, chutes de saumon fumé) accompagné de toast de pain de mie.

JACK BEE LITTLE AU CAMEMBERT

Ingrédients pour 100 personnes :

100 Jack Bee Little (petites courges) / 17 camemberts affinés

Oter le dessus de la courge. Enlever à l'aide d'une cuillère à café les graines. Avec un couteau d'office, retirer le maximum de "chair" sans l'abîmer. Concasser en petits morceaux puis remettre dans la courge avec 1/6 d'un camembert, une pincée de sel et de poivre. Remettre le "chapeau" et cuire sur une plaque pendant 1 heure à 150 °C : le camembert crémeux se mêle au parfum de noisette diffusé par la Jack Bee Little.

RIZ PILAF

Ingrédients pour 100 personnes :

4 kg de riz long

CASSOLETTE DE LIEU NOIR ET MOULES MARINIÈRES

Ingrédients pour 100 personnes

12 kg de lieu noir / 500 g de beurre / 4 kg de moules fraîches /
2 kg d'oignons / 1 l de vin blanc / 1 kg citron / 2 kg d'échalotes /
1/2 d'une boîte de fumet de poisson / 3 l de crème fraîche / 4 kg de riz long /
1 litre d'huile / 2 kg de brunoise de légumes.

Faire suer les oignons ciselés et la brunoise de légumes dans l'huile et dans le beurre. Ajouter le riz, le nacrer (le riz doit être translucide). Mouiller avec de l'eau et mettre à cuire 1 heure au four à 150 °C. Couper le lieu noir en dés de 20 g et les faire revenir avec 2,5 g de beurre. Ajouter les échalotes ciselées (coupées en petits cubes). Rajouter les moules fraîches et laisser mijoter à feu doux. Réduire le vin blanc avec les parures d'échalotes. Ajouter le fumet de poisson et la crème. Porter à ébullition. Laisser cuire 10 mn à feu doux puis mixer. Verser la sauce dans la poêle de poisson. Assaisonner.

DÉLICE D'AUTOMNE AU FROMAGE BLANC DU COTENTIN ET CRUMBLE DE PETITS SABLES NORMANDS

Ingrédients pour 100 personnes :

3 kg de potimarrons / 2 kg de poires Conférence / 2 kg de sucre semoule /
1 goutte d'arôme vanille / 5 kg de fromage blanc 40% / 200 sablés Normand.

Préparer une confiture de potimarrons et de poires à la vanille. Éplucher, laver, couper en petits morceaux et verser dans une casserole le potimarron, le sucre, et les graines de la gousse de vanille. Porter à ébullition et laisser mijoter à feu doux 1 heure. Incorporer les dés de poire et réserver au froid le tout. Dressage. Dans un verre à whisky disposer une belle cuillère à soupe de confiture d'automne puis 50 g de fromage blanc et pour finir le crumble de petits sablés normands.



MENU NORMAND

Paulo FERREIRA

Lycée Jean Monnet (61)

ROSACE DE LÉGUMES CROQUANTS
ET JAMBON DE LA MANCHE AVEC SAUCE PASTEL

MILLE-FEUILLE DE LIEU NOIR
AUX POMMES DE TERRE ET POIREAUX
DE CRÉANCES ACCOMPAGNÉ D'UNE SAUCE CRÉCY

DÉLICE DE LIVAROT AUX ÉPICES
SUR UNE SALADE DE SAISON

VELOUTÉ DE CRÈME ANGLAISE "MIELLÉ"
AUX POIRES FRAÎCHES ET BRISURES DE CHOCOLAT

ROSACE DE LÉGUMES CROQUANTS ET JAMBON DE LA MANCHE AVEC SAUCE PASTEL

Ingrédients pour 100 personnes :

2,5 kg de jambon fumé de la Manche / 1,5 kg de betteraves rouges cuites / 2 pièces de choux-fleurs / 1,5 kg de brocolis / 1,5 kg de champignons de Paris / 4 barquettes de tomates cerises / 3 kg de carottes / 1 l de crème liquide / 1/2 l de vinaigre de cidre / 1 l d'huile de tournesol / sel / poivre.

Couper les carottes en bâtonnets (5 mm largeur / 3 cm longueur). Couper les choux-fleurs et brocolis. Émincer les champignons de Paris. Vinaigrette de betteraves : couper les betteraves en petits dés, verser dans un récipient. Ajouter le vinaigre de cidre 1/4 de l, le sel, le poivre. Mixer en y incorporant petit à petit l'huile de tournesol. Vinaigrette normande : mélanger 1/4 de litre de vinaigre de cidre à 1 l de crème liquide. Dressage : disposer au centre de l'assiette la tranche de jambon cru en rosace. Déposer les légumes crus à l'intérieur.

MILLE-FEUILLES DE LIEU NOIR AUX POMMES DE TERRE ET POIREAUX DE CRÉANCES ACCOMPAGNÉ D'UNE SAUCE CRÉCY

Ingrédients pour 100 personnes :

12 kg de dos de colin / 15 kg de pommes de terre charlotte / 5 kg de poireaux / 3 kg de carottes / 100 g de fumet de poisson / 300 g de beurre / 1 l de crème liquide / 1 botte de ciboulette / sel / poivre.

Émincer les pommes de terre, les poireaux et les carottes. Cuire les pommes de terre. Mettre les carottes dans une casserole, les recouvrir d'eau, ajouter le fumet de poisson et laisser cuire le tout. Faire cuire les poireaux à l'étuvé, saler, poivrer. Escaloper les dos de colin, saler, poivrer. Dans un plat beurré, disposer une couche de pommes de terre, une couche de poireaux et une couche de lieu noir, puis recommencer. Napper la préparation avec les 3/4 du jus de cuisson des poireaux. Recouvrir avec une feuille d'aluminium, passer au four 30 mn à 150°C. Incorporer le reste du jus de cuisson des poireaux ou carottes, mixer le tout saler, poivrer. Émincer la ciboulette dans la sauce Crécy à infuser.

DÉLICE DE LIVAROT AUX ÉPICES SUR UNE SALADE DE SAISON

Ingrédients pour 100 personnes :

2 livarots / 1 kg de pain d'épice / 100 g d'échalotes / 3 kg de pommes Boskoop / 1 salade feuille de chêne / 1 batavia / 1 kg d'endives / 1/10^{ème} de litre de vinaigre de cidre / 250 g de beurre / 1/2 l d'huile de tournesol.

Éplucher, laver les salades et les endives. Couper le pain d'épice en petits dés. Laver et ciseler les échalotes. Dans une casserole faire suer les échalotes à feu doux, sans coloration. Rajouter le pain d'épice, laisser "compoter" et déglacer au vinaigre de cidre. Laver les pommes et les trancher (1 pomme pour 6) puis enlever la partie avec pépins. Saisir les tranches de pomme dans une poêle avec une noix de beurre, colorer les 2 faces et les déposer sur une plaque pâtisserie sulfurisée. Déposer au centre de la tranche de pomme une cuillère de compote d'épice et recouvrir avec une tranche de Livarot (15-20 g) : passer quelques minutes au four à 180°C. Dresser sur le mélange de salade assaisonnée avec une vinaigrette au vinaigre de cidre.

VELOUTÉ DE CRÈME ANGLAISE "MIELLÉ" AUX POIRES FRAÎCHES ET BRISURES DE CHOCOLAT.

Ingrédients pour 100 personnes :

10 l de lait / 80 œufs / 1 kg de sucre / 1 kg de miel / 5 kg de poires Conférence / 1 kg de chocolat noir.

Crème anglaise : porter le lait à ébullition. Mélanger les jaunes d'œufs, le sucre, le miel, puis battre énergiquement. Verser le lait bouillant dans les œufs et les cuire sur feu doux quelques minutes sans bouillir. Dès qu'elle épaissit, arrêter la cuisson et faire refroidir rapidement. Laver la poire, couper la pointe, éplucher. Pour finir, ciseler en petits cubes (5 mm / 5mm). Concasser le chocolat. Dressage : prenez un verre, disposer un peu de poire, du chocolat puis encore de la poire. Napper de la crème anglaise puis déposer la pointe de la poire.



MENU NORMAND

Claude PERIER et Fabrice GOBLET

Lycée Louis Modeste Leroy (27)

GRATINÉ DE POMMES ET DE CÉLERI
COCOTTE NORMANDE DE PINTADE FERMIERE
AUX POMMES
POÊLÉE DE LÉGUMES FRAIS DU TERROIR
PAIN PERDU AUX POMMES

GRATINÉ DE POMMES ET DE CÉLERI

Ingrédients pour 100 personnes :

8 kg de céleri rave / 8 kg de pommes Reine des reinettes / 6 l de lait / 3 l de crème fraîche / 1,8 kg de gruyère / 50 œufs / persil / muscade.

Éplucher le céleri et les pommes et couper-les en fines lamelles. Dans une casserole chauffer le lait et la crème. Ajouter le céleri. Cuire 20 minutes, saler, poivrer, ajouter la muscade. Égoutter le céleri. Beurrer les moules à gratin, laver et hacher le persil. Battre les œufs en omelette avec du céleri et du persil. Tapiser les moules de lamelles de céleri intercalés avec les pommes. Verser l'appareil.

Parsemer de gruyère. Enfourner 40 minutes à 180°C (th. 6).

COCOTTE NORMANDE DE PINTADE FERMIERE AUX POMMES

Ingrédients pour 100 personnes :

25 pièces de pintade fermière / 25 pommes Reine des Reinettes / 25 pommes Boskoop / 25 pommes Golden / 50 échalotes / 1 l de cidre brut fermier / 1 kg de beurre / 50 cl d'huile / 1 kg de crème fraîche.

Couper les pommes en deux. Les dorer 5 mn avec du beurre puis réserver. Dans le même récipient dorer les échalotes émincées puis les réserver. Mettre l'huile dans la sauteuse et rissoler les cuisses de pintade et les autres morceaux 7 à 8 minutes. Mouiller avec le cidre. Ajouter les pommes et les échalotes. Faire mijoter 20 minutes et ajouter la crème fraîche. Prolonger la cuisson 15 minutes. Réserver la pintade et les pommes dans un plat. Réduire la sauce et napper sur la volaille.

POÊLÉE DE LÉGUMES FRAIS DU TERROIR

Ingrédients pour 100 personnes :

20 kg carottes de Créances / 20 kg céleri rave / 20 kg navets / 20 kg pommes de terre "Charlotte" / 1 kg de beurre / persil / sel / poivre.

Cuire les légumes séparément à l'anglaise. Une fois cuits, égoutter et rassembler dans un légumier. Assaisonner, beurrer, persiller et envoyer.

PAIN PERDU AUX POMMES

Ingrédients pour 100 personnes :

50 petits pains (d'environ 100 g) / 50 pommes Idared (grosses) / 2 kg de beurre / 1,2 kg de sucre / vanille / 6 l de lait / 25 œufs / 20 cl de Calvados / cannelle.

Porter à ébullition le lait et la moitié du sucre, la vanille et la cannelle. Retirer du feu et laisser refroidir. Éplucher, épépiner et couper les pommes en quartiers. Faites les rissoler dans la moitié du beurre. Saupoudrer de sucre et faites caraméliser les pommes. Faites les ensuite flamber. Couper les pains en deux. Faites les tremper dans le lait refroidi et les œufs battus. Faites les dorer de chaque cotés avec l'autre moitié du beurre. Disposer le pain perdu et le garnir avec les pommes.

MENU NORMAND

Pascal GOS

Lycée professionnel Éliça (76)

MESCLUN DE SALADE AU VINAIGRE BALSAMIQUE,
TOMATES CONFITES ET BONBONS DE CAMEMBERT AU MIEL
RÔTI DE BŒUF EN CROÛTE SUR LIT DE CHAMPIGNONS
POÊLÉS, SAUCE MOUTARDÉE À L'ANCIENNE ET AU CIDRE

PURÉE DE BETTERAVES ROUGES
ET FLANS DE COURGETTES CUIT À L'ÉTUÉE

SPIRALE DE GOLDEN CUITE AU FOUR, BOULE GLACÉE
VANILLÉE SUR COULIS DE CARAMEL ET BEURRE SALÉ,
NOUGATINE D'AMANDES ET PISTACHES BROYÉES.

MESCLUN DE SALADE AU VINAIGRE BALSAMIQUE, TOMATES CONFITES ET BONBONS DE CAMEMBERT AU MIEL

Ingrédients pour 100 personnes :

6 laitues / 6 feuilles de chêne rouges / 3 frisées / 3 barquettes de mâche /
2 kg d'endives / 4 lolo rossa / 1/2 l de vinaigre balsamique /
1/2 d'huile de soja / sel / poivre / 3,5 kg de tomates cerisettes /
50 feuilles de brick / 7 camemberts / 3 bottes de ciboulette /
1 kg de miel d'acacia / huile d'olive et thym.

Préparer la salade. Réaliser la sauce vinaigrette avec le vinaigre balsamique et l'huile de soja, saler, poivrer. Laver les tomates cerisettes, les rouler dans de l'huile d'olive, parsemer de thym et faire cuire à basse température au four. Préparer les feuilles de brick en y mettant des petites tranches de camembert et de miel d'acacia. Avec l'huile d'olive restante, badigeonner au pinceau les feuilles de brick. Passer au four 15 minutes avant de servir.

RÔTI DE BŒUF EN CROÛTE SUR LIT DE CHAMPIGNONS POÊLÉS, SAUCE MOUTARDÉE À L'ANCIENNE ET AU CIDRE

Ingrédients pour 100 personnes :

12 kg de rôti de bœuf cru / 4 plaques de pâte feuilletée surgelée /
4 kg de mélange forestier surgelé / 500 g d'échalotes / sel / poivre /
1 kg de moutarde à l'ancienne / 1 l de cidre brut /
1/4 de l de crème liquide / 200 g de fond brun de veau.

Badigeonner le rôti de beurre fondu au pinceau, prendre 25 g de beurre du dessert. Faites suer les échalotes avec un peu d'huile, caraméliser légèrement et ajouter les champignons, assaisonner avec le sel, le poivre et les herbes de Provence. Plaquer contre le rôti de bœuf puis enrouler avec la pâte feuilletée décongelée. Plaquer et faire cuire au four à 100° C maximum jusqu'à ce que la pâte feuilletée soit bien cuite. Préparer la sauce, ajouter la crème dans une casserole, puis ajouter la moutarde, puis le cidre, assaisonner.

PURÉE DE BETTERAVES ROUGES ET FLANS DE COURGETTES CUIT À L'ÉTUÉE

Ingrédients pour 100 personnes :

20 kg de pommes de terre / 5 kg de betteraves rouges / 3 l de lait entier /
1 kg de gruyère râpé / sel / poivre / flans de courgettes.

Éplucher les pommes de terre, les laver, faire cuire en four vapeur, mettre au batteur, fouetter en ajoutant 3 l de lait chauffés au préalable, assaisonner, ajouter les betteraves cuites et épluchées dans la purée, bien mélanger puis ajouter le gruyère râpé. Remettre au four à gratiner avant le service. Flans de courgettes : mettre en gastro-plaques de l'eau à mi-hauteur des timbales alu des courgettes et faire cuire à chaleur sèche 150°C environ et démouler au moment du service.

SPIRALE DE GOLDEN CUITE AU FOUR, BOULE GLACÉE VANILLÉE SUR COULIS DE CARAMEL ET BEURRE SALÉ, NOUGATINE D'AMANDES ET PISTACHES BROYÉES.

Ingrédients pour 100 personnes :

8 kg de pommes / 2 kg de sucre / 1 l de crème liquide / 250 g de beurre salé / 250 g de beurre doux / 1 kg d'amandes effilées / 2,4 l glace vanille intense / 300 g de pistache.

Laver les pommes, éplucher à l'aide du vide pomme manuel. 1 pomme pour 2. Garder la pomme entière, ajouter une noisette de beurre et un peu de sucre. Faire cuire au four à 160°C. Préparer le caramel, couper la cuisson en mettant la casserole dans une baignoire d'eau, ajouter le beurre salé et la crème, bien mélanger. Colorer les amandes effilées au four. Préparer un autre caramel puis ajouter les amandes effilées grillées. Pilonner dans une baignoire en inox. Au moment de servir, ajouter la demi pomme en spirale tiède, ajouter une boule de glace vanille, napper de caramel au beurre salé et parsemer de miettes de nougatine et pistaches concassées.



MENU NORMAND

Agnès HARDEL

Collège Nicolas Jacques Conté [61]

CROUSTILLANT D'ANDOUILLE AU CAMEMBERT,
SALADE DE SAISON ET CHUTNEY AUX POIRES

NAVARIN DE LIEU NOIR AU POIRÉ
ET SES LÉGUMES

ÉCRASÉ DE POMMES DE TERRE À LA CIBOULETTE

ENTREMET AUX POMMES FONDANTES
ET SA SAUCE AU CAMEMBERT SALÉ

CROUSTILLANT D'ANDOUILLE AU CAMEMBERT, SALADE DE SAISON ET CHUTNEY AUX POIRES

Ingrédients pour 100 personnes :

50 feuilles de brick / 2,5 kg d'andouille de Vire / 7 camemberts au lait cru / 10 salades de saison / 1 l d'huile / 1 l de vinaigre / sel / poivre.

Pour le chutney : 25 poires coupées en dés / 25 tomates concassées / 375 g d'oignons hachés / 250 g de raisins secs / jus de 2 kg d'oranges / 1,25 l de vinaigre blanc / 625 g de sucre semoule / sel / cannelle / muscade.

Préparer le chutney : dans une casserole mettre tous les ingrédients sauf les poires et cuire 30 mn. Ajouter les poires et continuer la cuisson pendant 20 minutes. Débarrasser dans un récipient et mettre en cellule. Éplucher, laver et essorer la salade. Faire la vinaigrette au cidre. Réserver. Préchauffer le four à 200°C. Préparer le croustillant : couper la brick en deux. Au milieu mettre 1 rondelle d'andouille et du camembert. Fermer, badigeonner de beurre et plaquer. Mettre au four 8 à 10 minutes. Dresser le croustillant sur assiette avec de la salade et une quenelle de chutney.

NAVARIN DE LIEU NOIR AU POIRÉ ET SES LÉGUMES

Ingrédients pour 100 personnes :

10 kg de lieu noir / 2,5 kg de carottes / 2 kg d'oignons / 4 kg de champignons de Paris / 3 kg de poireaux / 1 kg d'échalotes / 625 g de beurre / 5 l de Poiré / 2,5 l de fumet de poisson / 6 citrons / 3 kg de tomates / sel / poivre.

Émincer les échalotes. Monder, épépiner et concasser les tomates. Escaloper les champignons. Faire une julienne de poireaux. Couper les carottes en bâtonnets. Éplucher les oignons. Dans une cocotte, fondre le beurre et faire suer les échalotes et le poireau. Ajouter les champignons et les tomates. Mouiller avec le Poiré et le fumet de poisson. Mijoter 20 mn. Cuire à la vapeur les carottes et les oignons. Couper le poisson en cubes et le rajouter à la sauce avec les carottes et les oignons. Cuire 10 mn. Rectifier l'assaisonnement. Dresser sur une assiette. Mettre les légumes au milieu et disposer le poisson dessus avec une tranche de citron en décor.

ÉCRASÉ DE POMMES DE TERRE À LA CIBOULETTE

Ingrédients pour 100 personnes :

10 kg de pommes de terre / 1 l de crème liquide / 5 bottes de ciboulette / 1,250 kg de beurre / sel / poivre

Laver les pommes de terre sans les éplucher et les cuire à l'eau bouillante salée. Ciseler la ciboulette. Faire fondre le beurre et la crème. Éplucher et écraser les pommes de terre. Incorporer la ciboulette et le mélange beurre / crème. Vérifier l'assaisonnement. Dresser cet écrasé avec le navarin de lieu noir.

ENTREMET AUX POMMES FONDANTES ET SA SAUCE AU CAMEMBERT SALÉ

Ingrédients pour 100 personnes :

1,625 kg de farine / 750 g de beurre (pomade) / 12,5 sachets de levure / 1,25 l de lait écrémé / 1,625 kg de sucre / 25 œufs.

Pour les pommes : 50 pommes / 1,250 kg de beurre / confiture de lait 25 cuillères à soupe (facultatif). Sauce caramel : 1,250 kg de sucre / 875 g de beurre salé / 5 l de crème liquide.

Sauce caramel : dans une casserole, mettre le beurre et le sucre. Cuire jusqu'à obtention d'une couleur brune. Hors du feu, ajouter la crème. Mélanger et cuire à feu moyen pendant 5 mn. Débarrasser et réserver à température. Éplucher, vider et couper les pommes en quartiers. Dans une poêle, fondre le beurre et cuire les pommes. Les disposer dans des ramequins préalablement enduits de confiture de lait. Préparer l'appareil : au batteur mélanger la farine, la levure et le sucre. Incorporer progressivement les œufs, le beurre et le lait. Répartir le mélange sur les pommes et cuire au bain-marie pendant 20 mn à 150°C. Dresser la préparation sur une assiette : démouler le gâteau de façon à voir les pommes et décorer d'un cordon de sauce caramel.

MENU NORMAND

Jean-François LECOQ / Stéphanie ANAYA / Stéphane LETERREUR

Collège Pierre Varignon (14)

MOUSSE DE TACAUD ET COQUES EN ENDIVETTE,
SIROP DE VINAIGRE DE CIDRE CIBOULETTE CISELÉE

ÉCHINE DE PORC FARCIE SAUCE AU CIDRE

CRUMBLE DE CAROTTES ET DE TOPINAMBOURS,
POMMES FONDANTES

FROMAGES DE NORMANDIE

POMMES / POIRES EN SABLÉE SAUCE CARAMEL

MOUSSE DE TACAUD ET COQUES EN ENDIVETTE,
SIROP DE VINAIGRE DE CIDRE CIBOULETTE CISELÉE

Ingrédients pour 100 personnes :

3 kg endivettes / 1 kg coques décortiquées / 8 kg filets de tacaud /
2 kg tomates / 250 g échalotes / 200 g oignons / 150 g fumets de poisson /
1 bouquet garnis / 2 l crème UHT / 0,5 l vinaigre de cidre / 250 g sucre /
ciboulette.

Couper les tomates en petits dés. Diluer le fumet de poisson dans l'eau et le porter à ébullition 20', avec, l'oignon émincé, le bouquet garni. Plonger les filets de poisson, les cuire quelques minutes à ébullition lente et les égoutter. Hacher les échalotes et la ciboulette séparément. Préparer le sirop, dans une casserole, mettre le sucre, le vinaigre de cidre et cuire de façon à obtenir un sirop épais, laisser refroidir. Égoutter les coques et émietter les filets. Monter la crème en chantilly, assaisonner. Incorporer le poisson émietté à la crème fouettée. Ajouter l'échalote et une partie de la ciboulette hachée. Rectifier l'assaisonnement. Dressage, dans le fond d'une assiette disposer les feuilles d'endivettes, garnir de mousse de poisson, disposer quelques coques, les dés de tomates, parsemer de ciboulette puis verser un peu de sirop de cidre.

ÉCHINE DE PORC FARCIE SAUCE AU CIDRE

Ingrédients pour 100 personnes :

12 kg rôti porc échine / 1,5 kg pommes / 800 g poitrine fumée /
400 g échalotes / 1,5 kg champignons frais / huile d'olives / 500 g oignons /
1 l crème fraîche / 1,5 l cidre bouché / 150 g fond veau lié / persil /
500 g citron.

Hacher l'oignon, les champignons, les pommes, la poitrine fumée et une partie du persil, bien mélanger et vérifier l'assaisonnement. Couper l'échine de porc de façon à obtenir une surface plane, saler, poivrer. Disposer une légère couche de farce et rouler l'ensemble en un rôti, ficeler et plaquer. Huiler les rôtis, ajouter les oignons émincés, saler, poivrer et cuire au four 170°C pendant 1h30 en retournant régulièrement et en arrosant avec une partie du cidre.

Préparer la sauce : mettre en réduction l'échalote, mouiller juste à hauteur de cidre, laisser réduire à sec, ajouter le fond de veau lié, porter à ébullition quelques minutes. Sortir les rôtis et les couvrir. Passer au tamis le jus des rôtis et ajouter à la sauce, ainsi que le reste de cidre et incorporer la crème fraîche, rectifier l'assaisonnement. Trancher les rôtis et napper de sauce.

CRUMBLE DE CAROTTES ET DE TOPINAMBOURS ,
POMMES FONDANTES.

Ingrédients pour 100 personnes :

9 kg pommes / 750 g beurre / 13 kg carottes / 1 kg topinambours /
1,2 kg pain / 600 g farine / 600 g parmesan / 100 g ail / Persil /
1,5 kg beurre.

Couper le pain en tranche, le faire sécher, colorer au four et faire la chapelure. Mélanger la farine, le parmesan, la chapelure, le sel, le poivre, l'ail et le persil hachés. Ajouter une partie du beurre et malaxer jusqu'à obtention d'un appareil sableux. Râper les carottes et les topinambours, saler, mélanger et plaquer sur une hauteur d'environ 4 cm, recouvrir de l'appareil. Mettre à cuire doux 120°C à 140°C pendant environ 2 heures. Couper et tourner les pommes, les faire colorer en sauteuse, saler puis finir à four doux 10 minutes. Dresser, décorer et servir avec le rôti.

FROMAGES

Faire une assiette avec une portion de camembert et de Pont-l'Évêque.

POMMES / POIRES EN SABLÉE
SAUCE CARAMEL

Ingrédients pour 100 personnes :

Pâte sablée : 1,250 kg farine / 20 œufs / 600 g sucre semoule /
500 g beurre
Garnitures : 6 kg pommes du Calvados / 6 kg poires / 1,5 kg farine /
1,5 kg sucre semoule / 750 g beurre / 0,1 l vanille liquide / 0,25 l Calvados
Caramel : 1 kg sucre semoule / vinaigre de cidre / 1 l crème fraîche /
1 l crème liquide UHT

Pâte sablée :

Mélanger la farine, le sel et le beurre. Séparer les jaunes d'œufs et y ajouter le sucre, blanchir en fouettant énergiquement. Verser les jaunes blanchis sur l'appareil farine et beurre et remuer pour obtenir une pâte homogène. Former des pâtons et laisser reposer. Couper les pommes et poires en tranches fines.

Préparer la garniture :

Mélanger à nouveau la farine, le sucre, le beurre coupé en morceaux, la vanille liquide. Étaler la pâte, fonder les moules (24 cm) et piquer. Garnir les fonds de tarte d'une couche de poire, puis de pomme et parsemer de l'appareil (semoule) mettre à four chaud 180°C pendant environ 40'.

Préparer le caramel :

Dans une casserole, mettre le sucre, l'eau, le vinaigre et cuire. Lorsque le caramel est cuit, avec une cuillère former des filaments sur des feuilles de cuisson. Avec le reste du caramel, ajouter un peu d'eau tiède et une partie de la crème fraîche pour obtenir une sauce caramel. Monter la crème liquide en chantilly. Décorer le fond de l'assiette avec un filet de sauce, déposer une part de tarte, avec une cuillère de crème fouettée et déposer un filament de caramel et une feuille de menthe.

MENU NORMAND

Didier MORICE

Collège Jacques Prévert (61)

SOUPE DE FRUITS DE MER EN CROÛTE
FILET DE POULET FACON ORLOFF
AU JAMBON DE LA MANCHE
GALETTE DE POMME DE TERRE
AUX TOPINAMBOURS ET AU THYM
SALADE DE POMMES AU BASILIC

SOUPE DE FRUITS DE MER EN CROÛTE

Ingrédients pour 100 personnes :

5 kg de moules / 5 kg de coques / 2 l de vin blanc / 500 g d'échalotes /
500 g de carottes / 2 kg de champignons / 500 g de beurre /
3 l de crème fraîche / 5 pâtes feuilletées surgelées de 22,5 cm /
ciboulette / 1 œuf pour dorer.

Nettoyer et laver les coques et les moules. Éplucher, carottes, champignons, échalotes. Détailler les carottes en petits dés. Émincer les champignons. Ciseler les échalotes. Les faire suer au beurre puis déglacer au vin blanc. Laisser réduire. Déposer dans la soupière la garniture aromatique. Répartir ensuite les coques et les moules. Recouvrir les soupières de la pâte feuilletée. Dorer avec le jaune d'œuf. Mettre au four 20 mn, Th. 200. Sortir du four et ensuite ôter en douceur la pâte avant de servir.

FILET DE POULET FACON ORLOFF AU JAMBON DE LA MANCHE

Ingrédients pour 100 personnes :

50 filets de poulet / 50 tranches de jambon fumé de la Manche /
3 l de crème fraîche / 5 l de fond de veau / 500 g de beurre /
0,5 l d'huile de pépins de raisins.

Faire raidir les filets de poulet à la poêle ou au four. Les détailler en tranches. Intercaler les morceaux de jambon et les tranches de filet de poulet. Napper de crème fraîche additionnée de fond de veau. Déposer sur les filets de poulet quelques lamelles de camembert. Passer au four et servir.

GALETTE DE POMME DE TERRE AUX TOPINAMBOURS ET AU THYM

Ingrédients pour 100 personnes :

3 kg de topinambours / 3 kg de carottes / 6 kg de pommes de terre /
1 kg d'oignons / 1,5 kg de lardons / 2 l d'huile de pépin de raisin / thym.

Éplucher les topinambours, les carottes et les râper avec la grosse grille, réserver. Peler les pommes de terre, les laver et les râper, réserver. Éplucher l'oignon, l'émincer, le faire revenir dans l'huile puis les lardons, les pommes de terre et les topinambours. Plaquez le tout et passer au four 20 minutes. Décorer d'une brindille de thym.

SALADE DE POMMES AU BASILIC

Ingrédients pour 100 personnes :

25 Granny Smith / 25 Elstar / 4 bottles de basilic / 1 kg de sucre en poudre /
3 l d'eau / 3 bouteilles de cidre.

Verser l'eau, le sucre et le cidre dans un casseroles. Laisser bouillir 5 mn à feu moyen et refroidir. Ajouter le basilic effeuillé et mixer jusqu'à obtention d'un sirop bien vert. Peler les pommes et les couper en petits morceaux dans un saladier tout en laissant la peau. Arroser de sirop et placer au frais au moins 6 heures. Servir avec des gâteaux secs type sablés normands.



MENU NORMAND

Frédéric ROBILLARD

EREA / LEA Pierre Mendés – France [61]

VELOUTÉ DE MOULES

ESCALOPE DE POULET, SAUCE AU CIDRE
ET CHAMIGNONS, GRATIN DE CAROTTES
ET POMMES DE TERRE AU CAMEMBERT

TARTE FINE POMME, BOUDIN NOIR

FLAN AUX POIRES ET CARAMEL, MÉLI MÉLO
SAUCE CHOCOLAT CRÈME ANGLAISE.

VELOUTÉ DE MOULES

Ingrédients pour 100 personnes :

10 kg moules de Bouchot / 4 l fumet de poisson / 500 g échalotes /
1 kg blancs de poireaux / 2 l vin blanc / 1, 250 kg beurre / 900 g farine
2 l crème épaisse (Isigny) / thym / laurier / curry / riz d'or.

Émincer les poireaux. Ciseler les échalotes. Cuire les moules. Suer les échalotes avec 250 g de beurre (30 g pour 4 personnes). Mouiller au vin blanc, adjoindre les herbes aromatiques, poivre et moules. Cuire à feu vif, à couvert 6 minutes. Égoutter les moules, réserver le jus de cuisson le passer au chinois. Décortiquer les moules. Saisir les poireaux avec 1 kg de beurre. Cuire 5 minutes à feu doux. Ajouter la farine cuire 2 minutes. Mouiller au fumet de poisson et jus de cuisson des moules. Cuire 20 minutes en remuant. Ajouter 2 l de crème et cuire 2 minutes. Rectifier l'assaisonnement. Ajouter 1 pointe de curry et riz d'or. Ajouter les moules au velouté.

ESCALOPE DE POULET, SAUCE AU CIDRE ET CHAMIGNONS, GRATIN DE CAROTTES ET POMMES DE TERRE AU CAMEMBERT

Ingrédients pour 100 personnes :

100 escalopes de poulet / 2 l huile / 750 g beurre / 500 g farine
5 l crème épaisse / 16 camemberts / 3 l cidre / 0,2 l Calvados
2 kg pommes / 2 kg champignons / 10 kg carottes (Créances)
12 kg pommes de terre (charlotte) / 8 l lait entier.

Éplucher et tailler en rondelles les légumes (séparément). Assaisonner séparément carottes et pommes de terre. Superposer dans les plaques carottes et pommes de terre. Mélanger le lait chaud et la crème. Saler, poivrer, verser dans les plaques. Cuire 1h15 environ entre 150°C et 170°C. Au ¾ de la cuisson, poser les camemberts coupés en 2 dans le sens de l'épaisseur. Suer les échalotes avec 250 g de beurre et faire sauter les pommes coupées en dés, et les champignons. Saisir les escalopes sur les faces, assaisonner, les ranger dans des plaques. Cuire au four à 150°C 20 mn environ. Dégraisser l'ustensile de cuisson et "poncer les sucs". Flamber au Calvados, ajouter le cidre et réduire d'un quart avec les pommes

et champignons (10 mn). Réaliser un roux (beurre fondu et farine). Ajouter 4 l de fond blanc de volaille et le mélange cidre, pommes, champignons. Cuire 15 mn. Adjoindre la crème. Cuire 2 mn. Rectifier l'assaisonnement.

TARTE FINE POMME, BOUDIN NOIR

Ingrédients pour 100 personnes :

Cercles de pâte feuilletée / 100 unités Ø 12 cm / 3 kg boudin noir /
3 kg pommes (reinette) / 5 œufs.

Laver et éplucher les pommes. Tailler en rondelles régulières de 1 cm environ. Détailler 100 cercles à l'emporte pièces. Casser les œufs et battre en omelette (doreur). Dorer les cercles. Appliquer 1 tranche de pomme sur chaque cercle. Cuire à 170°C, 10 minutes environ. Détailler le boudin en tranches. Disposer les tranches au milieu en les intercalant. Servir tiède.

FLAN AUX POIRES ET CARAMEL, MÉLI MÉLO SAUCE CHOCOLAT CRÈME ANGLAISE

Ingrédients pour 100 personnes :

4 kg poires / 400 g beurre / 48 œufs / 1 kg sucre / 800 g farine / 5 l lait
300 g amandes poudre / 800 g sucre / 350 g beurre (Isigny)
0,3 l crème / 1 kg chocolat / 0,3 l crème liquide
1,5 l crème anglaise (UHT) / 0,4 l alcool de poires / 400 g sucre roux /
200 g amandes en grains.

Éplucher et couper les poires en quartiers. Les faire sauter avec le beurre et saupoudrer avec du sucre roux. Faire un caramel brun avec le sucre. Hors du feu ajouter le beurre en morceaux (fouetter vivement et adjoindre de la crème épaisse). Remuer. Réserver. Mélanger les œufs, le sucre. Ajouter la poudre d'amandes, puis la farine. Ajouter de l'alcool de poire, puis le caramel tiède et le lait chaud. Disposer les poires dans les plaques et verser l'appareil dessus. Cuire à 160°C pendant 1 h. À mi-cuisson, parsemer d'amandes en grains. Au bain-marie, faire fondre le chocolat ajouter la crème liquide et un peu d'eau et fouetter. Couper le flan refroidi en parts et décorer avec la crème anglaise.

L'inventaire des QUALITÉS NUTRITIONNELLES des produits NORMANDS

A consulter dès maintenant sur le site :
www.irqua-normandie.fr
accès gratuit



QUALITÉ
PLAISIR
ÉQUILIBRE

LA VIE EN NORMANDIE
naturellement équilibrée



IRQUA Normandie
6, rue des Roquemonts 14053 CAEN CEDEX 4
Tél. 02 31 47 22 52 - Fax. 02 31 47 22 86
www.irqua-normandie.fr

