LES CUISINES SOLIDAIRES
RELÈVE

La Tablée des Chefs

L'opération solidaire de la nouvelle génération en cuisine

Du 27 mars au 7 avril 2023

10e édition

Kit à destination des porteurs de projet

Sommaire

2 **Qui sommes nous ?**
Présentation de l'association

4 **Nouveautés 2023**

6 **Présentation et déroulé de l'action**
Le rôle des participants
Le planning et les actions parallèles que vous pouvez mener

9 **Kit de communication**

6 **Annexes**
Autorisation d'utilisation d'image
Bon de commande
Fiches techniques
Bon de prise en charge

Qui sommes nous ?

La Tablée des Chefs a été créée pour agir face au double constat de l'existence de la précarité alimentaire et du gaspillage dans le milieu de la restauration.
L'association intervient dans la lutte contre l'insécurité alimentaire, l'éducation culinaire des générations futures et la sensibilisation des futurs professionnels du secteur culinaire au travers de nos deux volets :

Éduquer : des programmes d'éducation culinaire proposés dans des collèges en réseau d'éducation prioritaire et des maisons d'enfants à caractère social éduquent les générations futures à une alimentation saine et durable.

Nourrir : Lors d'ateliers solidaires pour des entreprises et durant *Les Cuisines Solidaires – La Relève*, des milliers de repas sont préparés chaque année au profit d'associations d'aide alimentaire.

Depuis 2013, ce sont :
• Près de 2 500 jeunes durablement impactés par nos ateliers de cuisine en collèges et en Maisons d'Enfants à Caractère Social (MECS),
• 26 collèges majoritairement en réseau d'éducation prioritaire (REP/REP+) et 39 MECS ayant bénéficié de nos activités d'éducation culinaire,
• Plus de 92 000 repas produits et distribués grâce à nos différents programmes,
• 5 600 apprenants et leurs professeurs de cuisine lors des *Cuisines Solidaires - La Relève*.

Nous sommes soutenus par un parrain très engagé auprès de la jeunesse :
Guillaume Gomez, Représentant Personnel du Président de la République pour la Gastronomie et l'Alimentation.

• 2015 : Lauréat La France s'engage
• 2018 : Lauréat du Programme National pour l'Alimentation
• Depuis 2020 : Hauts patronages des Ministères de l'Education Nationale, de la Jeunesse et des Sports et de l'Agriculture et de l'Alimentation

Pourquoi organiser Les Cuisines Solidaires – La Relève ?

Le constat

La **précarité alimentaire** s'exprime par des difficultés à manger sainement et en quantité nécessaire. Cela implique par exemple de ne pas pouvoir manger des fruits et légumes tous les jours, de la viande ou du poisson une fois par semaine et ne pas avoir accès à trois repas par jour. Elle touche **7 millions** de personnes chaque année en France.
Pourtant, dans le même temps, en France, le **gaspillage alimentaire** représente **10 millions de tonnes** de produits par an. Ce chiffre correspond à tous les aliments qui ne sont pas consommés, depuis la production agricole jusqu'à la consommation individuelle. Chaque maillon de la chaîne d'approvisionnement est susceptible de créer du gaspillage.
Une note encourageante cependant, **78% des jeunes (16-24 ans) se disent prêts à s'impliquer pour aider les personnes en situation de pauvreté.** Les acteurs de la restauration peuvent jouer un rôle solidaire primordial !

Il peut être utile de prendre une heure en classe pour discuter avec les élèves du gaspillage et de la précarité alimentaire. Leur vécu dans le monde de la restauration est un point de départ :
- Quelles sont les connaissances des élèves sur la précarité alimentaire ?
- Quelles sont leurs expériences, en stage, à l'école, du gaspillage alimentaire ?
- Quelles solutions peuvent être envisagées pour réduire ces problèmes ? Quels sont les freins à celles-ci ?

Nous vous proposons quelques resources de bas de page pour préparer ce temps d'échange.

Notre proposition

L'école hôtelière est le lieu des apprentissages. Nous souhaitons y introduire des notions de solidarité et de durabilité. Cuisiner des repas pour une association d'aide alimentaire, c'est une action concrète qui a un impact immédiat : des centaines de bénéficiaires en France pourront profiter d'un repas de qualité. *Les Cuisines Solidaires – La Relève*, c'est un moment pour se questionner sur la précarité et le gaspillage alimentaires dans les filières de restauration et de l'impact qu'un·e cuisinier·ère peut avoir par le biais de son engagement professionnel.

Les élèves peuvent s'initier à la gestion en amont d'un événement en rapport avec la restauration par :
- La prospection d'une association partenaire ;
- La communication externe pour mettre en valeur l'événement.

Nous vous proposons donc **un programme clé en mains**, simple à mettre en œuvre, **qui s'intègre aux programmes pédagogiques**, que vous pouvez enrichir si vous le souhaitez et qui présente **un intérêt social**.

Pour aller plus loin …

Enquête INSEE 2022
Baromètre pauvreté Ipsos / Secours Populaire
Que sont la précarité et l'aide alimentaires ?
Les chiffres de la précarité alimentaire en France en 2021
Etat et enjeux du gaspillage alimentaire

Sources :

« Aide alimentaire : une fréquentation accrue des centres de distribution dans les grandes villes les plus exposées à la pauvreté début 2021 » : DREES
« 78% des jeunes (16-24 ans) se disent prêts à s'impliquer pour aider les personnes en situation de pauvreté » : baromètre pauvreté SPF (p20)
« L'aide alimentaire concerne 5.5 millions de personnes en France » : Senat
« le gaspillage alimentaire représente 10 millions de tonnes de produits par an » : ADEME

Les nouveautés 2023

Une édition anniversaire - 10e édition

L'événement *La Semaine des Écoles Hôtelières* a récemment changé de nom pour s'appeler *Les Cuisines Solidaires – La Relève*. Ce dernier fait référence aux *Cuisines Solidaires*, action portée par La Tablée des Chefs durant les confinements lors de laquelle des chefs professionnels ont cuisiné des milliers de repas pour l'aide alimentaire au moment de la fermeture des restaurants.

Un plat et un dessert végétarien qui font la part belle aux fruits et légumes frais

Les recettes sont élaborées par un comité composé de professionnels du milieu enseignant. Elles sont destinées à une distribution en grande quantité et doivent donc être accessibles au plus grand nombre. Seuls 7% des foyers précaires atteignent les recommandations des 5 fruits et légumes par jour. Le menu végétarien convient à la majorité des régimes alimentaires et les deux plats sont adaptés à un conditionnement en barquette et à un réchauffage. De plus, ces recettes intègrent des techniques classiques de la cuisine française telles que les différents taillages, le riz pilaf et les fruits pochés. Ainsi, les étudiants continuent à apprendre lors de cette journée de solidarité.

Vous avez sans doute remarqué que les recettes sont relativement similaires d'une année sur l'autre. Procéder de la sorte nous permet de pérenniser les partenariats de dons en matières premières et ainsi, l'opération *Les Cuisines Solidaires – La Relève* elle-même.

Un webinaire pour prolonger l'expérience

Jeudi 6 avril 2023 de 15 à 17h

Fort du succès de l'année dernière, La Tablée des Chefs organise son 2e webinaire à destination des participants aux *Cuisines Solidaires – La Relève*. Il rassemblera différents acteurs de la lutte contre la précarité alimentaire en France et au Québec, qui apporteront un point de vue éclairé sur le sujet.
Nous espérons vous y retrouver avec les classes qui ont participé à l'action et, pour certains, y entendre votre témoignage. Nous vous enverrons prochainement un lien pour vous connecter au webinaire.

Le parrain des Cuisines Solidaires – La Relève

Cette année, nous avons l'honneur d'accueillir le Chef Philippe Mille comme parrain de cette édition anniversaire. En tant que chef engagé dans sa cuisine et dans la transmission auprès des jeunes générations, il portera le message de La Tablée des Chefs.

Petits fils de paysans passionné de cuisine depuis sa jeunesse, Philippe Mille en entame l'apprentissage à l'âge de 15 ans. Il apprend alors des plus grands chefs comme Jean Bordier, Louis Grondard, Frédéric Anton, Michel Roth et Yannick Alléno qui lui transmettent leur savoir, leur philosophie et l'envie de partager à son tour.

Fin 2009, Philippe Mille prend les commandes des cuisines du Domaine Les Crayères, à Reims, où il présente une carte conjuguant plaisir avec respect des produits et des saisons tout en mettant en valeur le terroir et les producteurs champenois. La Maison obtient deux étoiles au Guide Michelin pour le restaurant Le Parc.

En 2011, Philippe Mille décroche le titre de Meilleur Ouvrier de France Cuisine. Le titre de MOF est synonyme de transmission et partage pour ce jeune Chef. L'aventure du Trophée Mille prend alors tout son sens. L'association Trophée Mille est créée avec pour objectif de valoriser les métiers de la restauration, l'apprentissage et le patrimoine gastronomique de la région Grand Est.

En 2022, Philippe Mille nous fait l'honneur de participer pour la première fois au grand dîner caritatif annuel de La Tablée des Chefs, **La Grande Tablée** puis devient parrain, en 2023 de la 10e édition des *Cuisines Solidaires - La Relève*.

Les parrains régionaux

Chaque année, **des établissements invitent des chefs renommés de leur région** à participer à l'action avec eux. **Nous vous encourageons à prendre cette initiative** qui est inspirante pour les étudiants et renforce la valeur de l'action.
Si vous accueillez vous aussi un chef, merci de bien vouloir nous en faire part afin que nous puissions le mettre en avant dans nos communications.

« On compte sur vous pour nous aider à cuisiner pour ceux qui en ont le plus besoin ! »

Le rôle des participants

Porteurs de projet

Professeur, directeur, directeur délégué à la formation professionnelle, chef parrain

Ils organisent l'opération au sein de leur établissement, notamment en assurant le lien entre l'établissement et les autres acteurs : La Tablée des Chefs, les fournisseurs de matières premières et l'association bénéficiaire.

Exemple : le porteur de projet est le contact que La Tablée des Chefs indique à METRO pour planifier la réception des marchandises.

Établissements d'enseignement

Ecole hôtelière, centre de formation

Ils mettent à disposition les locaux (cuisines d'application et espace de stockage), et accueillent en leur sein les partenaires susceptibles de participer à l'action : membre de La Tablée des Chefs, association bénéficiaire, parrain, partenaire, médias…

Donateurs de matières premières

Metro, SOLAAL, Demain La Terre, Sabarot, Ben's Original, Plus Pack

En tant que donateurs, leur rôle est d'apporter des matières premières aux élèves et à l'établissement participant. Ils se réfèrent à La Tablée des Chefs pour l'organisation des dons à l'échelle de la France puis aux porteurs de projet pour se coordonner avec l'école participante pour la livraison et éventuellement une rencontre.

Étudiants

Étudiants en CAP, Bac Pro, Bac techno, BTS, adultes en reconversion

Ils réalisent la production de repas. C'est le moment pour eux de s'instruire sur la précarité alimentaire, le gaspillage, mais aussi de découvrir les associations qui luttent contre ceux-ci et tous les moyens pour réduire ces problèmes.

Associations caritatives

Banques alimentaires, Restos du cœur, Secours Populaire…

Elles récupèrent les productions dans les établissements puis les distribuent aux bénéficiaires. La rencontre avec les étudiants peut être un moment de partage à propos des actions de solidarité existantes et à mettre en œuvre.

Parrains / Marraines

Chef·fe·s de cuisine professionnel·le·s

Ils interviennent dans les établissements pour transmettre les valeurs de La Tablée des Chefs et discuter de l'intérêt d'actions telles que *Les Cuisines Solidaires – La Relève* ainsi que de ce qui peut être mis en place dans une structure professionnelle en restauration.

Le planning

Mi-janvier

Confirmation de la date
et des quantités produites

Fin-janvier

Présentation du projet aux étudiants, choix d'une association d'aide alimentaire (à communiquer à La Tablée des Chefs)

Février

Communication sur l'action, invitation d'intervenants (producteurs, journalistes, chefs professionnels…), envoi des autorisations de droits à l'image à La Tablée des Chefs

La semaine de l'opération

Réception des marchandises, des étiquettes d'allergènes, **production** en cuisine, échange avec les invités éventuels, photos et vidéos de l'opération rencontre et don à l'association

Après le jour J

Evaluation et retour sur l'action (réponse au questionnaires, envoi de photos, articles de presse…) et échange lors du **webinaire**

D'AUTRES ACTIONS QUE VOUS POUVEZ MENER

Participer aux Cuisines Solidaires - La Relève, peut, au-delà de la production de repas se déployer selon vos envies :

IMPLIQUER LES ÉLÈVES EN AMONT — **JANVIER**

- Rechercher une association
- Contacter des médias qui pourraient avoir envie de couvrir l'opération

DÉFINIR UN NIVEAU D'ENGAGEMENT — **FÉVRIER**

- Décider de distribuer des repas au sein de votre restaurant d'application
- Choisir de participer à une maraude, d'organiser une collecte ou un dîner caritatif

METTRE EN VALEUR LA SEMAINE DE PRODUCTION — **MARS-AVRIL**

- Inviter la presse
- Inviter des chefs locaux
- Accueillir des partenaires, des bénévoles ou des bénéficiaires de l'aide alimentaire

EVALUER ET PROLONGER L'ENGAGEMENT — **AVRIL - MAI**

- Profiter de l'évaluation et du webinaire pour créer le dialogue et l'échange entre les participants
- Se projeter dans d'autres actions associatives ou solidaires

Kit de communication

Couverture médiatique de l'événement

Nous vous encourageons à communiquer à propos de l'événement !

Si vous êtes en lien avec la presse locale qui réalise un article à propos de l'événement, communiquez-le nous afin que nous puissions rassembler toutes les actus correspondant à l'action. Merci de bien veiller à ce que chaque publication ou émission cite ***Les Cuisines Solidaires – La Relève*** de **La Tablée des Chefs.**

L'équipe de La Tablée des Chefs se mobilise également pour se rendre dans plusieurs des établissements participant à l'opération.

Un lancement presse se déroulera à Paris le vendredi 24 mars. Ce sera le moment pour l'association de présenter le projet à la presse et à différents acteurs d'une alimentation durable et accessible.

Nous devrons adapter le nombre d'invités selon les règles sanitaires qui seront en vigueur et ne pourrons donc pas inviter tous les participants à l'événement. Si vous souhaitez être invité, contactez-nous et nous vous compterons parmi les personnes présentes ce jour !

Les photos et vidéos de votre travail mettent l'engagement de votre école en valeur. Il peut s'agir de :

- La production (des élèves, des détails d'ambiance, des produits, des barquettes préparées, des gestes) ;
- Des images de groupes ;
- La distribution, les intervenants extérieurs (avec leur autorisation).

Veuillez nous les envoyer par mail à l'adresse suivante :
communication@tableedeschefs.fr
Nous pourrons les utiliser pour nos communications, et sommes heureux de voir ce qui se passe dans chaque établissement.

Nous sommes présents sur les réseaux sociaux, taguez-nous si vous y postez du contenu !

N'hésitez pas à employer nos hashtags **#tableedeschefsfr #cuisinessolidaires #nourrir #solidarité**

@latableedeschefsfrance @tableedeschefsfr latableedeschefsfrance

www.tableedeschefs.fr

Contacts :

Responsable de l'alimentation solidaire :
Jeanne Pariente
jeanne.pariente@tableedeschefs.fr
+33 6 03 91 17 69

Chargé de communication :
Wilfried Bonnet
wilfried.bonnet@tableedeschefs.fr
+33 6 34 04 26 08

Si vous en avez la possibilité, merci d'adhérer à La Tablée des Chefs !
Votre soutien nous permet de maintenir nos activités
et de les développer pour faire profiter de nos programmes
au plus grand nombre.

Adhérer

Les partenaires de l'opération

Pour réaliser *Les Cuisines Solidaires – La Relève*, La Tablée des Chefs peut compter sur ses fidèles partenaires.

- **METRO** fournit des matières premières et une aide logistique en assurant le transport des marchandises des producteurs jusqu'aux écoles.
- **SOLAAL**, qui lutte contre le gaspillage en organisant des dons de surplus agricoles aux associations d'aide alimentaire, fournit des produits frais.
- **Demain La Terre**, collectif de producteurs engagés pour une alimentation durable, nous fournit des produits frais.
- **Sabarot** fournit les pois chiches qui constituent la protéine du plat végétarien.
- **Ben's Original** fait don de riz.
- **Pro à Pro** fournit des matières premières locales en outre-mer.
- **Plus Pack** fournit les barquettes nécessaires au conditionnement des repas produits par les élèves.
- **Ogilvy** est l'agence qui nous apporte son expertise afin de communiquer à propos de l'événement.
- **BNP Paribas Cardif**, mécène officiel des programmes éducatifs de La Tablée des Chefs, soutient le développement des *Cuisines Solidaires – La Relève* partout en France.

Mécène officiel de nos programmes éducatifs

Annexes

1. Autorisation d'utilisation d'image

Cette autorisation, à faire remplir par tous les étudiants participants, nous permet d'utiliser les photos prises lors de l'action.

La Tablée des Chefs

AUTORISATION D'UTILISATION D'IMAGE

Je, soussigné.e, _____

Né.e le _____

Résidant à _____

_____

(Si le participant n'est pas majeur, la présente déclaration doit être également signée par le titulaire de l'autorité parentale)

Je, soussigné.e, _____

Né.e le _____

Résidant à _____

_____

représentant de l'autorité parentale, je suis d'accord avec les dispositions ci-dessous concernant _____ dont j'ai la charge.

autorise de manière expresse, à compter de la signature de la présente, l'association La Tablée des Chefs France – déclarée sous le nom Cuisine et Partage (ci-après « L'Association »), directement ou indirectement, par tout tiers de son choix, à :

- procéder à la captation et à l'enregistrement de mon nom, mon image, ma voix et mes propos ainsi que des éléments de ma biographie (ci-après mon « Image ») réalisés dans le cadre d'activités et événements organisés par l'Association ou ses partenaires réalisé par tous procédés (photographie, vidéo, audio, etc.) et sur tous supports connus ou inconnus à ce jour ;
- reproduire, représenter et communiquer au public et à faire reproduire, représenter et communiquer au public mon Image par, dans et sur tous supports et procédés techniques connus ou inconnus à ce jour, et en tous formats, dont voie de presse écrite, audiovisuelle, informatique (ondes, câbles, satellites, réseaux informatiques, Internet, ...).

La présente autorisation couvre notamment le droit d'associer à mon Image tout commentaire audio (notamment en voix-off) et/ou écrit (notamment par sous-titres) et de procéder à tout montage et coupures sur la captation de mon Image.

Cette autorisation vaut pour les utilisations de mon Image exclusivement dans le cadre de la communication interne et externe de l'Association pour ses besoins de formation, de promotion, d'information sur ses activités et de recherche de financement, notamment l'appel à la collecte de dons par tous procédés et sur tous supports. Mon Image ne pourra être utilisée que dans un contexte qui ne m'est pas préjudiciable et/ou avec une légende qui ne comportera aucun terme que la Justice trouverait préjudiciable à mon égard.

Cette autorisation est consentie à titre gracieux, pour le monde entier et pour une durée de 5 ans à compter de sa date de signature. Je garantis que je ne suis pas lié(e) par ailleurs par un contrat exclusif relatif à l'exploitation de mon Image.

Cette autorisation est consentie sous réserve du respect du règlement en matière de protection des données personnelles et, notamment, du Règlement General sur la Protection des Données (RGPD - Règlement (UE) 2016/679). Pour plus d'information sur la façon dont sont traitées mes données personnelles dans ce cadre, y compris mon Image, je peux me référer à la mention d'information dédiée ci-dessous.

Tout différend relatif à l'interprétation ou à l'exécution de la présente autorisation doit faire l'objet d'une tentative de résolution à l'amiable à compter de la survenance du différend. Dans le cas d'une non-résolution à l'amiable, il pourra être soumis au Tribunal compétent par la partie la plus diligente.

Fait à _____ le _____

Signature précédée de la mention « bon pour autorisation »

Signature du représentant de l'autorité parentale (le cas échéant) précédée de la mention « bon pour autorisation » :

L'association la Tablée des chefs (dont les coordonnées sont disponibles à l'adresse suivante : contact@tableedeschefs.fr traite les données personnelles de la personne concernée, y incluant son Image, aux fins de réalisation des utilisations telles qu'autorisées ci-dessus dans le cadre de son intérêt légitime à la réalisation de formations, de recherche de financement, de promotions ou à l'information du public interne ou externe sur ses activités.

Ces données personnelles sont traitées soit par l'Association directement (accès limité aux personnels dûment habilités), soit par l'intermédiaire de tous tiers ou organismes mandatés par l'Association à cette fin. Ces données seront conservées pour la durée nécessaire à l'utilisation autorisée dans le cadre de l'autorisation ci-dessus.

Chaque personne concernée dispose d'un droit d'accès, de rectification, d'effacement et de portabilité des données qui le concernent ainsi que d'un droit de limitation et d'opposition au traitement de ses données. Afin d'exercer ses droits ou pour toute question portant sur le traitement des données personnelles, chaque personne concernée peut s'adresser à l'Association par voie postale à l'adresse suivante : 80 rue des Haies 75020 Paris ou par email : contact@tableedeschefs.fr. La personne concernée dispose également d'un droit de recours auprès des autorités de contrôle nationales compétentes telles que la Commission Nationale de l'Infomatique et des Libertés en France en cas de violation de la règlementation applicable en matière de protection des données personnelles.

La Tablée des Chefs France - 80, rue des Haies 75020 Paris
contact@tableedeschefs.fr - www.tableedeschefs.fr

2. Bon de commande

Ce bon de commande, réalisé pour 100 couverts, vous permettra de vérifier les marchandises à leur livraison effectuée par METRO.
Les produits peuvent arriver en quantités supérieures à celles indiquées selon les colis que les producteurs utilisent habituellement. Vous pouvez alors augmenter les portions ou bien faire un don de ces denrées brutes à l'association.

La Tablée des Chefs

BON DE COMMANDE

PLAT : Riz pilaf à la pulpe de carotte, carottes et navets rôtis, pois chiches aux herbes et pickles d'oignon rouge

DESSERT : Pomme pochée et biscuit aux épices

100 couverts

DENRÉES	UNITÉS	PLAT	DESSERT
FRUITS/LEGUMES			
CAROTTE	KG	21	
NAVET	KG	10,5	
CITRON	KG	1,750	ZESTES
POMME	KG		10
CIBOULETTE	KG	0,070	
BETTERAVE	KG		0,300
B.O.F			
BEURRE	KG		2,50
ECONOMAT			
AIL EN GOUSSES	KG	0,070	
AIL EN POUDRE	KG	0,105	
AMANDES EFFILEES	KG		0,300
BICARBONATE DE SOUDE	KG	0,030	
CANNELLE MOULUE	KG		0,075
CASSONADE	KG		1,250
CHOCOLAT BLANC	KG		0,500
CUMIN MOULU	KG	0,053	
ECHALOTE	KG	0,525	
EPICES A COLOMBO	KG	0,105	
FARINE DE BLE	KG		3,125
HUILE D'OLIVE OU HUILE VEGETALE	KG	2,310	
LEVURE CHIMIQUE	KG		0,050
MIEL	KG	0,270	
OIGNON JAUNE	KG	2,800	
OIGNON ROUGE	KG	1,400	
PAPRIKA FUME	KG	0,070	
POIS CHICHES SECS	KG	2,750	
POIVRE MOULU	KG	0,105	
QUATRE EPICES	KG		0,025
RIZ	KG	5	
SEL FIN	KG	0,175	0,050
SUCRE EN POUDRE	KG	0,700	1,200
VINAIGRE DE CIDRE	KG	1,400	

3. Fiche technique plat

RIZ PILAF À LA PULPE DE CAROTTE, CAROTTES ET NAVETS RÔTIS, POIS CHICHES AUX HERBES ET PICKLES D'OIGNON ROUGE (100 cvts)

Denrées	Unité	Quantité pour 100 cvts
RIZ PILAF		
RIZ SAUVAGE	kg	5
HUILE D'OLIVE OU HUILE VÉGETALE	L	0,525
OIGNON	kg	2,800
BOUILLON DE PARURES DE LÉGUMES ET JUS DE CUISSON DES CAROTTES	L	11
SEL FIN	kg	0,123
CAROTTES ET NAVETS RÔTIS		
CAROTTE	kg	10,5
NAVET	kg	10,5
HUILE D'OLIVE OU HUILE VÉGETALE	L	1,050
AIL EN POUDRE	kg	0,105
ÉPICES A COLOMBO	kg	0,105
PAPRIKA FUMÉ	kg	0,070
SEL FIN	kg	0,070
MIEL	kg	0,270
PULPE DE CAROTTES		
CAROTTE	kg	10,5
CUMIN	kg	0,053
SEL FIN	kg	0,053
POIVRE MOULU	kg	0,053
POIS CHICHES		
ÉCHALOTE	kg	0,525
AIL (GOUSSES)	kg	0,070
HUILE D'OLIVE OU HUILE VÉGETALE	L	0,735
BOUILLON DE PARURES DE LÉGUMES ET JUS DE CUISSON DES CAROTTES	L	0,525
CIBOULETTE	kg	0,070
CITRON JAUNE OU VERT	kg	1,750
SEL FIN	kg	0,053
POIVRE MOULU	kg	0,053
POIS CHICHES SECS	kg	2,750
BICARBONATE DE SOUDE	kg	0,030
PICKLES D'OIGNON ROUGE		
OIGNON ROUGE	kg	1,350
VINAIGRE DE CIDRE	L	1,400
SUCRE EN POUDRE	kg	0,700
EAU	L	2,100
CONTENANTS		
BARQUETTE ALUMINIUM 680 mL MICRO-ONDABLE + COUVERCLE	P	100
ÉTIQUETTE PRÉ-REMPLIE	P	100

PHASES TECHNIQUES

1. La veille, hydrater les pois chiches dans un grand volume d'eau froide avec le bicarbonate de soude. Le Jour J, marquer en cuisson les pois chiches dans un grand volume d'eau froide environ 1h30. Egoutter, rafraichir et réserver.

2. **Laver, éplucher les légumes et les herbes**. (Garder toutes les épluchures sauf ail et oignon).

3. **Réaliser le bouillon**. Dans un grand rondeau mettre toutes les épluchures, ajouter 15L d'eau, couvrir et cuire à feu vif.

4. **Réaliser les taillages.** Tailler les oignons rouges en pétales. Ciseler les oignons, les échalotes et la ciboulette, hacher les gousses d'ail et réserver en récipients séparés. Tailler les carottes en grosse mirepoix (sans perte) pour la pulpe. Tailler les légumes à rôtir en sifflets pour les carottes. Pour les navets, tailler en quartiers si ce sont des navets ronds et en coin de rue si ce sont des navets longs. Réserver.

5. **Réaliser les pickles.** Dans un rondeau porter à ébullition le mélange eau, sucre et vinaigre. Verser le mélange bouillant sur les pétales d'oignons rouges. Couvrir et réserver jusqu'à refroidissement.

6. **Réaliser la pulpe de carottes**. Marquer en cuisson la mirepoix de carotte à l'anglaise jusqu'à ce que les carottes soient fondantes. Les égoutter en conservant l'eau de cuisson (pour le riz pilaf) assaisonner avec le cumin et le poivre et mixer pour obtenir une pulpe lisse. Refroidir en cellule et réserver.

7. **Réaliser les légumes rôtis**.
Assaisonner les carottes avec l'huile, le sel, l'ail et les épices à colombo, mélanger. Marquer en cuisson environ 30 min à 180° en bac gastro. Remuer régulièrement. Refroidir en cellule et réserver. Assaisonner les navets avec l'huile, le sel, le miel et le paprika fumé, mélanger et enfourner. Marquer en cuisson environ 30 min à 180° jusqu'à ce qu'ils soient dorés et fondants. Remuer régulièrement. Refroidir en cellule et réserver.

8. **Filtrer le bouillon.** Ajouter l'eau de cuisson des carottes.

9. **Réaliser le riz pilaf**. Dans un rondeau, suer les oignons ciselés dans l'huile. Nacrer le riz. Débarrasser le riz en bac gastro, ajouter le bouillon. Saler. Couvrir et cuire environ 20 min au four à 200°. Une fois le riz cuit, le mélanger délicatement avec la pulpe de carottes.

10. **Assaisonner les pois chiches**. Prélever le zeste des citrons (réserver les zestes de 2 citrons pour le dessert). Dans un cul de poule, presser le jus de tous les citrons, y dissoudre le sel, ajouter le bouillon et émulsionner avec l'huile. Ajouter les pois chiches, les échalotes, les herbes ciselées, l'ail haché, les zestes de citron et le poivre.

11. Dresser les barquettes en mettant le riz d'un côté, les légumes rôtis de l'autre, les pois chiches au centre et quelques pétales de pickles pour décorer le plat.

Les grammages ont été créés pour remplir généreusement les barquettes : 0,230kg riz + 0,080kg pois chiches + 0,170kg légumes soit des barquettes de 480g environ.
Nous vous remercions d'éviter toute perte.

12. Refermer et étiqueter les barquettes. Veiller à ce que la face alu du couvercle soit en contact avec les aliments.

13. Refroidir en cellule de refroidissement en moins de 2h à une température inférieure à +10° et stocker à +3° jusqu'à enlèvement.

Les fruits et légumes sont issus de dons de producteurs. Il peut y avoir quelques variations entre la fiche technique et les fruits et légumes fournis

4. Fiche technique dessert

POMME POCHÉE ET BISCUITS AUX ÉPICES (100 cvts)

Denrées	Unité	Quantité pour 100 cvts
BISCUIT AUX ÉPICES		
BEURRE POMMADE	kg	1,250
BEURRE FONDU	kg	1,250
CASSONADE	kg	1,250
FARINE DE BLÉ	kg	3,125
LEVURE CHIMIQUE	kg	0,050
SEL FIN	kg	0,050
CANNELLE MOULUE	kg	0,075
MÉLANGE QUATRE ÉPICES	kg	0,025
EAU	L	0,500
CHOCOLAT BLANC	kg	0,500
POMME POCHÉE		
POMME	kg	10
EAU	kg	6
SUCRE EN POUDRE	kg	1,200
BETTERAVE ROUGE	kg	0,300
ZESTES DE CITRON	kg	PM
AMANDES EFFILÉES		
AMANDES EFFILÉES	kg	0,300
CONTENANTS		
mL MICRO-ONDABLE + COUVERCLE	P	100
ÉTIQUETTE PRÉ-REMPLIE	P	100

PHASES TECHNIQUES

1. **Laver et éplucher les pommes**. Les couper en 2 et ôter le trognon délicatement à l'aide d'une cuillère à pomme parisienne (conserver les épluchures et les trognons). Laver et peler la betterave. La détailler en quartiers grossiers. Découper chaque demi-pomme en 12 quartiers ou en 8 si la pomme est plus petite.

2. **Réaliser le sirop**. Mélangez l'eau, le sucre, les épluchures et trognons et quelques zestes de citron. Porter à ébullition. Filtrer pour retirer les épluchures et trognons. Ajouter la betterave dans le sirop et cuire jusqu'à coloration.

3. **Pocher les quartiers de pommes** 6-8 min à feu moyen dans le sirop jusqu'à ce qu'elles soient fondantes et colorées. Réserver-les hors du sirop.

4. **Réaliser le biscuit** : Crémer le beurre pommade et le sucre, ajouter tous les ingrédients secs puis l'eau.
Abaisser la pâte entre 2 feuilles de papier cuisson sur une épaisseur de 3-4 mm. Marquer en cuisson à 180° pendant 12 minutes environ. Laisser refroidir.

5. **Torréfier les amandes** au four sur un plaque avec papier cuisson pendant 10 minutes. Réserver.

6. Mixer le biscuit avec le beurre fondu. Tassez 50g de préparation par barquette. Passer au froid pour laisser durcir le biscuit.

7. **Fondre le chocolat blanc au bain-marie et chablonner** légèrement les biscuits. Placer les barquettes au froid pour que le chocolat durcisse.

8. Disposer les quartiers de pomme en quinconce sur le biscuit.

9. Saupoudrer de quelques amandes effilées torréfiées.

10. Etiqueter et refermer les barquettes. Veiller à ce que la face alu du couvercle soit en contact avec les aliments

11. Stocker à +3° jusqu'à enlèvement.

Les grammages ont été créés pour remplir les barquettes comme suit : 50g biscuit + 70g pommes soit des barquettes de 120g environ.

Pomme de taille moyenne : 160g / Prévoir une demi-pomme par dessert

Les épluchures et trognons de pommes donnent davantage de goût au sirop et évitent le gaspillage mais ce n'est pas obligatoire. Le sirop de pochage restant peut être mixé avec la betterave qui sert de colorant naturel et servir de base à une boisson par exemple.

Les fruits et légumes sont issus de dons de producteurs. Il peut y avoir quelques variations entre la fiche technique et les fruits et légumes fournis.

5. Bon de prise en charge

Ce bon est à imprimer en 2 exemplaires ; un à conserver pour chaque partie.

Bon de prise en charge

Adresse de prise en charge :

Mode de prise en charge :

□ Glacière + bloc de froid (0-4°C) □ Camion frigorifique (0-4°C)

Dénomination	Quantité	Unité	DLC
Riz pilaf à la pulpe de carotte, carottes et navets rôtis, pois chiches aux herbes et pickles d'oignon rouge		1	/ / 2023
Pomme pochée et biscuit aux épices		1	/ / 2023
		1	/ / 2023
		1	/ / 2023

Partie à remplir par l'organisme donateur

Nom de l'établissement :

Adresse :

Représenté par (Nom, Prénom, Fonction) :

Certifie avoir offert le don en nature ci-dessus.

Partie à remplir par l'organisme receveur

Je soussigné (Nom, Prénom) :

Fonction dans la structure :

Agissant au nom de la structure :

Certifie avoir reçu le don en nature mentionné par le donateur ci-dessus, prendre en charge sous son entière responsablité les produits. La signature du bordereau de prise en charge entraînera transfert de la propriété et des risques au profit de l'organisme reçeveur.

Fait en 2 exemplaires à _____ le _____ /_____ /2023

Signatures du donateur : Signature de l'organisme receveur :