



JEUDI 8 OCTOBRE 2026



Savoie

Betterave, compotée de coing et vinaigrette au miel

 10
PERSONNES

Ingrédients

Base betterave cuite :

- 1,5 kg Betteraves rouges entières (rendement net ~1,2 kg)
- 60 g Huile de colza ou tournesol
- PM Sel fin

Coing compoté acidulé :

- 600 g Coings frais
- 25 cl Eau
- 60 g Miel de Savoie ou sucre
- 3 cl Vinaigre de cidre ou vinaigre blanc doux

Vinaigrette miel/vinaigre :

- 40 g Miel
- 5 cl Vinaigre de cidre
- 10 cl Huile neutre ou de noix douce
- 2 g Serpolet ou thym doux

Option fromage de brebis :

- 250 g Fromage de brebis frais ou tomme jeune (20-25 g par portion)

Déroulé

- Cuire les betteraves entières avec la peau (vapeur ou eau frémissante 45 à 60 min, départ eau froide). Critère : la lame traverse sans résistance.
- Refroidir rapidement, peler puis tailler en cubes ou quartiers (1,5 cm pour scolaire/EHPAD, quartiers fins pour restauration traditionnelle).
- Éplucher les coings, retirer le cœur, tailler en petits dés réguliers. Si trop fermes, précuire 5 min à l'eau.
- Cuire les dés de coing avec l'eau, le miel et le vinaigre, couvert 20 à 25 min, puis découvrir pour faire évaporer. Texture : fondante avec morceaux encore visibles.
- Monter la vinaigrette miel-vinaigre-huile, ajouter le serpolet (infuser puis filtrer pour scolaire).
- Assaisonner les betteraves au dernier moment.
- Dresser betterave + coing + vinaigrette.
- Ajouter le fromage de brebis émietté uniquement si l'établissement valide l'option lactose/coût.

Points de contrôle : betterave non aqueuse, coing fondant mais non compote liquide, vinaigrette avec acidité présente et miel non dominant, fromage optionnel jamais obligatoire.



JEUDI 8 OCTOBRE 2026



Savoie

Blanquette de veau, riz pilaf au serpolet et rutabagas fondants

 10 PERSONNES

Ingrédients

Blanquette légère de veau au serpolet :

- 1,2 kg Épaule de veau désossée
- 800 g Gigot de veau désossé
- 250 g Carottes
- 200 g Oignons
- 150 g Poireaux
- 100 g Céleri branche
- 2,5 L Fond blanc de veau / bouillon clair
- 20 cl Vin blanc sec (optionnel)
- 8 g Serpolet frais
- 60 g Farine
- 60 g Beurre
- 25 cl Crème liquide (option)

Panais ou rutabaga fondants :

- 1,2 kg Panais ou rutabaga épluché
- 30 cl Bouillon clair ou eau
- 50 g Beurre
- 3 g Serpolet

Riz pilaf au serpolet :

- 700 g Riz long
- 120 g Oignon ciselé
- 60 g Beurre
- 1,4 L Fond blanc ou eau
- 5 g Serpolet effeuillé
- PM Oignons grelots confits (facultatifs)

Finition :

- QS Jus de cuisson réduit
- QS Feuilles de serpolet
- PM Sel, poivre blanc ou noir doux, pointe de citron

Déroulé

- Tailler l'épaule et le gigot en gros cubes.
- Suer carotte, oignon, poireau, céleri au beurre sans coloration.
- Ajouter le veau, singer très légèrement si besoin, mouiller au fond blanc (et au vin blanc si utilisé).
- Cuire à frémissement jusqu'à viande fondante, écumer si nécessaire.
- Réduire le bouillon pour obtenir une liaison légère.
- Ajouter la crème uniquement si l'option est retenue.
- Cuire à part les panais ou le rutabaga dans un peu de bouillon puis glacer au beurre.
- Réaliser un riz pilaf au serpolet.
- Dresser riz + veau + légumes + jus réduit.

Points de contrôle : veau fondant mais tenu, sauce légère et brillante non farineuse, légumes bien cuits non mous, riz pilaf aux grains distincts, serpolet lisible mais discret.

JEUDI 8 OCTOBRE 2026



Savoie

Poire pochée au sureau & chantilly genièvre

 10 PERSONNES

Ingrédients

Poire pochée au sureau :

- 10 Poires mûres mais fermes
- 1,7 L Eau
- 330 g Sucre
- 50 g Fleurs de sureau
- 3 g Jus de citron ou acide ascorbique (option)

Chantilly genièvre :

- 1 L Crème liquide 35%
- 100 g Sucre glace
- 20 g Baies de genièvre (réduire à 10-12 g pour scolaire)
- PM Fromage blanc fouetté (option allégée)

Biscuit moelleux simple (option grand repas) :

- 10 Biscuits de Savoie ou génoise légère
- 80 g Miel de Savoie

Dressage :

- QS Sirop réduit au sureau
- QS Chantilly genièvre

Déroulé

- Porter l'eau et le sucre à ébullition.
- Hors feu, infuser les fleurs de sureau 15 min puis filtrer.
- Ajouter les poires épluchées et évidées dans le sirop filtré.
- Pocher à frémissement jusqu'à texture fondante.
- Brûler les baies de genièvre au chalumeau, les infuser 12 h dans la crème froide.
- Chinoiser puis monter avec le sucre glace.
- Dresser très simplement : poire fondante, trait de sirop, chantilly légère.

Points de contrôle : poire très fondante mais tenue, genièvre très léger, sirop clair non trop sucré, chantilly stable et souple.