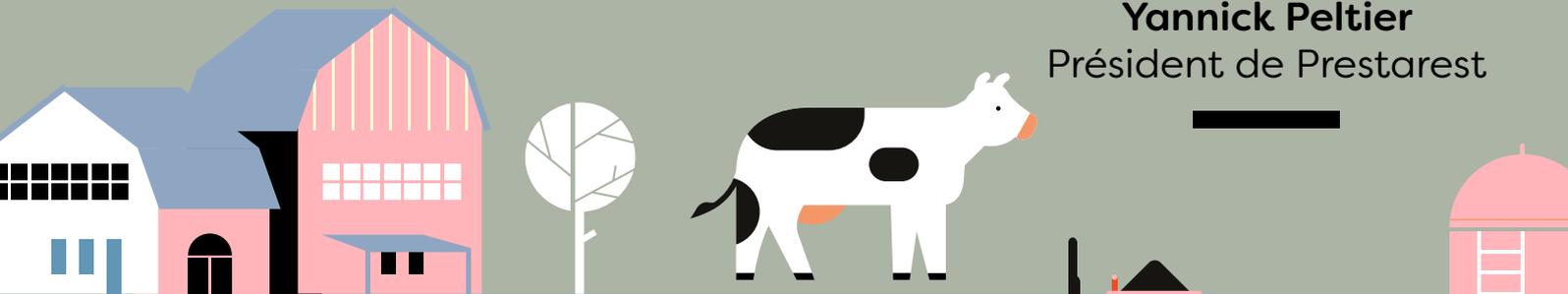


PRESTAREST

ACTUALITÉ, AGENDA, INNOVATION, DÉCRYPTAGE, ÉTAT DES LIEUX ...
RETROUVEZ L'ACTUALITÉ DE LA RESTAURATION COLLECTIVE

#Rencontre
Yannick Peltier
Président de Prestarest



— LOI EGALIM 2 —

OBJECTIF : DES RELATIONS ENCORE PLUS JUSTES

Petite révolution dans le monde de l'agroalimentaire, la loi visant à protéger la rémunération des agriculteurs, dite « loi EGALIM 2 », a profondément impacté les négociations commerciales en 2022. Depuis le 1^{er} janvier 2023, de nouvelles obligations viennent renforcer cette loi.



www.groupe-imestia.fr
28 avenue du Petit Parc
94300 Vincennes
01 73 43 66 40

prestarest

GRUPE
imestia

-1,2 %

La France a collecté 17,643 milliards de litres de lait de vache en cumul sur l'année 2022, c'est 1,2 % de moins par rapport à 2021.



Un observatoire de sécurité alimentaire sur l'offre végétale est programmé en janvier 2023.

Inscrivez-vous dès maintenant en envoyant un mail à qualite@prestarest.fr

D'autres tests produits et observatoires de sécurité alimentaire peuvent également se programmer à la demande, n'hésitez pas à nous envoyer vos souhaits par mail.



BRUNO HOUPPERMANS LANCE REST'ECO, SALON VIRTUEL DÉDIÉ À LA RESTAURATION ÉCO- RESPONSABLE

Après Chef'Eco et Click&Don, le spécialiste de la restauration collective va plus loin en rassemblant sur un même site internet ouvert gratuitement aux professionnels une quarantaine de partenaires engagés dans une démarche RSE au service de la RHF.

« L'idée de Rest'Eco s'inscrit dans la démarche que je poursuis depuis plus de dix ans avec la création de Chef'Eco en 2010, souligne son créateur Bruno Houppermans. Mes clients voulaient aller encore plus loin dans leur approche éco-responsable et avaient besoin de partenaires fabricants qui complètent notre offre de tables de tri des déchets et notre expertise de conseil. En les rassemblant sur un même site, tout le monde y gagne ».

Professionnel de la restauration durant plus de 20 ans, Bruno Houppermans a créé Chef'Eco en réponse aux constats qu'il effectuait chaque jour à travers ses différentes missions. Anticipant la législation, il a mis au point des solutions de tri des déchets inédites dans la mesure où elles étaient les premières du marché à intégrer des pesées connectées. « Ces tables sont vite devenues des outils de gestion incontournables pour les collectivités sensibilisées à la problématique du gaspillage alimentaire ». Chef'Eco vend chaque année entre 250 à 300 tables de tri.

Avec le lancement du salon virtuel Rest'Eco, le dirigeant poursuit son combat pour une meilleure gestion des déchets et sa lutte contre le gaspillage alimentaire, même s'il reconnaît que « les mentalités évoluent encore très lentement, quand elles ne sont pas suffisamment contraintes par des législations ». Il compte rassembler plus largement autour de cet enjeu, y compris parmi les collectivités territoriales.

Pour en savoir plus : www.rest-eco.fr

Agenda

DU 19 AU 23 JANVIER 2023

Salon du SIHRA
EUREXPO LYON FRANCE

DU 25 FÉVRIER AU 5 MARS 2023

Salon de l'Agriculture
PARIS, PORTE DE VERSAILLES



DES PRODUCTEURS QUI ABANDONNENT LE BIO

Ils n'étaient déjà pas si nombreux que cela : on recense un peu moins de 60 000 exploitations certifiées bio en France. Mais ils sont de plus en plus nombreux à laisser tomber : la déconversion des producteurs bio s'accélère dans un contexte de crise et de retour de l'inflation.

Les consommateurs consomment moins de produits bio. Ainsi, entre janvier et septembre 2022, les achats de produits bio ont dégringolé de 6,3% en France, selon les chiffres de la Fédération nationale d'agriculture biologique, en recul pour la deuxième année consécutive.



#LABEL MSC

LUTTER EFFICACEMENT CONTRE LA SURPÊCHE ET SES RÉPERCUSSIONS SUR L'ENVIRONNEMENT



Afin de lutter contre la problématique mondiale de la surpêche et ses répercussions environnementales et socio-économiques, WWF et Unilever créent en 1997 une organisation indépendante à but non lucratif : le Marine Stewardship Council.

Depuis plus de 20 ans, cette ONG internationale offre aux consommateurs le choix de la pêche durable via son programme de certification des pêcheries volontaires. Les fournisseurs et distributeurs promouvant cette dynamique œuvrent ainsi pour la préservation des ressources marines, des espèces menacées et des écosystèmes.

Les produits issus de cette démarche sont facilement identifiables grâce au label bleu MSC présent sur l'emballage. Ce label ne s'applique qu'aux poissons sauvages ou aux fruits de mer provenant de pêcheries qui ont été certifiées durables selon le programme de certification et labellisation MSC. L'utilisation de ce programme comprenant deux référentiels permet aux entreprises de garantir l'origine durable de leurs produits de la mer. Le Référentiel Pêcheur est ouvert à toutes les pêcheries de captures sauvages en mer ou eau douce et s'applique à la plupart des poissons, mollusques et

crustacés. Il prend en compte 28 indicateurs répartis sous trois principes fondamentaux :

- **La durabilité du stock** : l'intensité de pêche ne doit pas mettre en danger la pérennité des populations de poissons.
- **L'impact minimisé sur l'écosystème** : les activités de pêche doivent assurer la stabilité et le bon fonctionnement des écosystèmes.
- **La gestion efficace des pêcheries** : la pêcheur doit respecter les lois en vigueur et doit avoir un système de gestion pertinent.

Les pêcheries certifiées sont évaluées de manière indépendante par des organismes de certification.

Le référentiel Chaîne de Garantie d'Origine assure que les produits provenant des pêcheries durables certifiées MSC sont identifiables, traçables et séparés des produits non-certifiés à l'aide d'un



76% des français pensent qu'il est indispensable d'acheter des produits issus de la pêche durable pour sauver les océans.

81% des consommateurs de produits de la mer souhaitent aujourd'hui que les marques et les distributeurs parlent davantage de la durabilité des ressources.

système de traçabilité efficace. Afin que ces produits puissent porter le label bleu MSC sur leur emballage, toutes les entreprises de la chaîne d'approvisionnement doivent obtenir leur certificat après audit mené par des organismes de certification indépendants.

La certification est valable 3 ans et fait l'objet d'un audit annuel. Les référentiels sont conformes aux directives fournies par l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO), par l'ISEAL et par l'Initiative mondiale pour les produits de la mer durables (GSSI) et sont révisés tous les 5 ans.

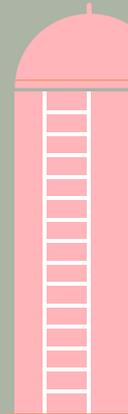
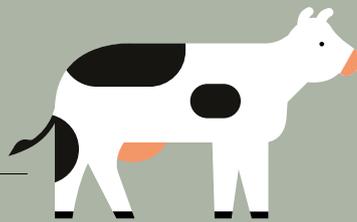
#ProduitDuMois



Réinventez vos salades grâce à Maille Inspiration !

Les clients aspirent à une offre de salades saines, surprenantes et savoureuses. De délicieuses vinaigrettes légères à base de fruits, proposant un mariage de saveurs unique et moderne. La gamme est composée de quatre références : Pomme Avocat Jalapeno, Tomate Fraise, Ananas Coco et Agrumes Gingembre. Sans arôme et colorant artificiel. A utiliser à froid, mais aussi à chaud. Pensez au tri, ensemble réduisons l'impact environnemental des emballages : la bouteille et le bouchon sont 100% recyclables.

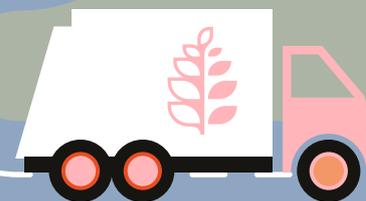
Retrouvez cette gamme auprès de vos distributeurs
Cercle Vert, Pomona et Pro à Pro.



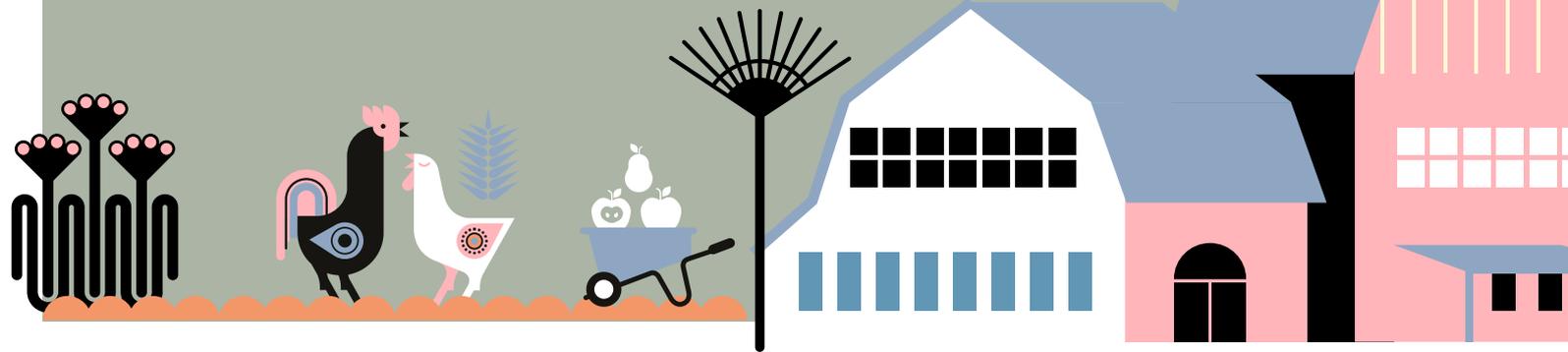
LOI EGALIM 2



OBJECTIF : DES RELATIONS ENCORE PLUS JUSTES



Petite révolution dans le monde de l'agroalimentaire, la loi visant à protéger la rémunération des agriculteurs, dite « loi EGALIM 2 », a profondément impacté les négociations commerciales en 2022. Depuis le 1^{er} janvier 2023, de nouvelles obligations viennent renforcer cette loi.



Longue de 17 articles, la loi EGALIM 2 impacte l'ensemble de la chaîne économique, aussi bien la relation « amont » entre le producteur agricole et son acheteur que la relation « aval » entre un fournisseur et un distributeur.

UN MÉCANISME DE RÉVISION AUTOMATIQUE DU PRIX

Afin de mieux prendre en compte les évolutions liées aux coûts de production et au marché, la loi crée un mécanisme de révision automatique du prix lorsqu'il est fixe. Cette clause s'appuie sur les catégories d'indicateurs, dont l'usage a déjà été rendu obligatoire par la loi EGAlim, pour les modalités de détermination du prix des contrats conclus selon une formule de prix. Il s'agit d'indicateurs de coûts de production et de prix de marché. Dans cette perspective, les organisations interprofessionnelles doivent élaborer et publier des indicateurs qui servent d'indicateurs de référence, tous les trimestres.

#C'est maintenant !

« À l'amont agricole, la loi EGAlim 2 rend obligatoire, à partir du 1^{er} janvier 2023, la conclusion d'un contrat écrit pour la vente d'un produit agricole. »

L'IMPACT DE LA LOI EGALIM 2 RELATION « AMONT » : PRODUCTEUR / PREMIER ACHETEUR

- Contractualisation pluriannuelle obligatoire entre le producteur et son premier acheteur ;
- Présence obligatoire d'une clause de révision automatique des prix ;
- La proposition du producteur devient le socle de la négociation commerciale ;
- Interdiction des clauses d'alignement des prix sur la concurrence ;
- Expérimentation d'une « clause de tunnel de prix » dans la filière bovine ;
- Entrée en vigueur et application dans le temps au plus tard au 1^{er} janvier 2023 (1 an après la date d'entrée en vigueur pour la pêche maritime).

RELATION « AVAL » : PRODUCTEUR / PREMIER ACHETEUR

- Instauration d'un principe de transparence dans les CGV du fournisseur ;
- Instauration d'une date butoir pour l'envoi des CGV et la conclusion de la convention écrite entre fournisseur et distributeur ;
- Clause de révision automatique des prix obligatoire ;
- Interdiction de négocier le prix des MPA ou des produits composés de plus de 50% de MPA ;
- Interdiction de la discrimination entre partenaires commerciaux ;
- Entrée en vigueur depuis le 1^{er} janvier 2022.

RENDRE NON-NÉGOCIABLE LA PART DE MATIÈRE PREMIÈRE AGRICOLE (MPA) DANS LE PRIX DES PRODUITS ALIMENTAIRES

L'une des grandes innovations de la loi EGALim 2 est d'instaurer un principe de transparence dans les conditions générales de vente (CGV) du fournisseur, s'agissant de la part de matière première agricole (MPA) ou de produits transformés comportant plus de 50% de matières premières agricoles dans le propre produit alimentaire du fournisseur. Les fournisseurs sont en effet obligés d'indiquer dans leurs CGV le pourcentage en volume et le pourcentage du tarif que représentent, dans son produit alimentaire, les MPA ou les produits transformés composés de plus de 50% de MPA. De plus, un nouvel article prévoit que la convention écrite exclut de la négociation commerciale, la matière première agricole. Ces contrats devront également contenir une



clause de révision automatique des prix en fonction de l'évolution du coût des matières premières agricoles. Enfin, il est interdit que la négociation commerciale porte sur la part du prix des matières premières agricoles et des produits composés de plus de 50% de MPA, dans le tarif du fournisseur.

RENFORCER LE RÔLE DU MÉDIATEUR DES RELATIONS COMMERCIALES AGRICOLES ET L'ARTICULER AVEC LE NOUVEAU COMITÉ DE RÈGLEMENT DES DIFFÉRENDS COMMERCIAUX AGRICOLES

Les missions du médiateur des relations commerciales agricoles (MRCA), mises en place par la loi EGALim, ont encore été renforcées par la loi EGALim 2. Pour rappel, le médiateur peut connaître tout litige relatif à la conclusion ou à l'exécution d'un contrat de vente d'un produit agricole ou alimentaire, à l'amont ou à l'aval. Le MRCA est également compétent pour tout litige concernant la clause de renégociation. Dans le cadre de la loi EGALim 2, le médiateur peut désormais, en plus de ses conclusions, avis ou recommandations, rendre publics les refus des parties et communiquer les éléments nécessaires à la médiation des litiges.

AMÉLIORER L'INFORMATION RELATIVE À L'ORIGINE DES PRODUITS ALIMENTAIRES

Des obligations spécifiques d'information sont prévues, par décret, concernant l'origine du cacao, de la gelée royale, des miels, des bières ainsi que celle des vins servis en restauration hors foyer. Par ailleurs, les obligations d'étiquetage de l'origine des viandes sont étendues par décret aux établissements sans salle de consommation sur place ou proposant seulement des repas à emporter ou à livrer, ainsi qu'aux viandes utilisées en tant qu'ingrédients dans les préparations de viandes et des produits à base de viande.

EXPÉRIMENTATION D'UN « RÉMUNÉRASCORE »

La loi EGALim 2 ouvre la possibilité d'expérimenter, pour certains produits agricoles définis par décret, un affichage relatif aux conditions de rémunération des producteurs agricoles, dit « rémunérascor ». Cet affichage fait notamment ressortir, pour les consommateurs, les répercussions en termes de rémunération des producteurs des prix auxquels sont achetés leurs produits. Les catégories de produits concernés par cet affichage concerneront, a minima, les produits de la filière bovine, les produits laitiers et certains produits issus de l'agriculture biologique. Durant la phase d'expérimentation, les personnes (publiques ou privées) qui souhaitent mettre en place l'affichage du rémunérascor à destination du consommateur, doivent mentionner le caractère expérimental sur l'affichage.

#Rencontre

« LA RESTAURATION COLLECTIVE A UNE GRANDE RESPONSABILITÉ DANS LA PÉRIODE QUE NOUS TRAVERSONS »

Une crise économique qui s'installe durablement, des aspirations professionnelles et sociales qui évoluent, un dérèglement climatique qui s'accroît, une quête de sobriété qui s'impose ... nous avons beau fouiller les livres d'Histoire, les temps que nous vivons semblent inédits. Yannick Peltier, président de Prestarest nous en livre sa vision et revient sur les missions de Prestarest, au combien importantes dans ce contexte si bouleversé.



YANNICK PELTIER

PRÉSIDENT DE PRESTAREST

Si l'incertain et le changement peuvent déstabiliser les plus conservateurs d'entre nous, chez Prestarest, notre persévérance et notre adaptabilité nous challenge sans cesse pour nous permettre d'accompagner nos clients au mieux, même en pleine tempête.

L'UNION FAIT LA FORCE

L'adage est bien connu. Aujourd'hui, il prend tout son sens. « L'inflation que nous observons depuis ces derniers mois est

inédite et la situation n'est pas près de s'inverser. Dans une note de conjoncture du 6 octobre, l'Insee prévoit une progression de l'inflation dans l'alimentaire. L'envolée spectaculaire du prix de l'énergie, des matières premières agricoles et industrielles, les aléas climatiques extrêmes, la guerre en Ukraine ... la hausse des coûts se répercute à retardement sur toute la chaîne de production » explique Yannick Peltier.

« Face à ce contexte inédit, chez Prestarest, nous avons entièrement revu nos processus de négociation. Alors qu'auparavant nous échangeons annuellement avec les fournisseurs que nous référençons, aujourd'hui, nos échanges avec eux sont quotidiens. En tant que Centrale de Référence, notre volume d'achat est un levier de pression puissant. C'est un atout majeur dans le contexte actuel. Ainsi, nous arrivons à maîtriser les prix et à faire face aux tensions effectives sur certains produits. »

DONNER À LA RESTAURATION COLLECTIVE LES MOYENS DE MAINTENIR SON RÔLE SOCIAL

Offrir des menus à haute valeur nutritive privilégiant des approvisionnements locaux, bio et de qualité à un prix raisonnable pour les convives est la mission première de la restauration collective. « En entreprise, mais aussi dans les écoles, il n'est plus rare de constater que les repas servis dans les restaurants collectifs sont les seuls repas équilibrés de la journée » souligne Yannick Peltier qui poursuit « la responsabilité de la restauration collective est donc grande. C'est pour cela que, chez

« Notre Centrale de référencement est un outil qui peut permettre d'atténuer les effets de la crise »

Prestarest, nous prenons notre mission très à cœur. Référencer le meilleur au meilleur prix est primordial. Nous devons contribuer, tous ensemble, à relever le défi de maintenir, coûte que coûte, un équilibre économique et nutritif. »

ACCOMPAGNER LE CHANGEMENT FACE À DES ATTENTES CONVIVES QUI ÉVOLUENT

En entreprise, l'hybridation des modes de travail s'installe. L'alternance du présentiel et du distanciel devient la norme. Les restaurants collectifs doivent s'adapter. « Depuis la crise sanitaire, le recours au télétravail s'est accru. Cela impacte toutes les activités périphériques, dont bien évidemment, la restauration collective d'entreprise. Nous avons l'habitude de dire qu'une journée de travail correspond à une activité réduite de 20% pour les activités périphériques. C'est une vraie problématique pour les restaurants. Chez Prestarest, nous accompagnons nos clients pour les guider dans la transformation et le repositionnement de leur activité. En fonction des contraintes de chacun, nous déployons des plans d'actions sur mesure pour accroître la performance de la gestion du restaurant tout en répondant aux attentes de plus en plus exigeantes des convives. » conclut Yannick Peltier.

LES ATOUTS D'UNE CENTRALE DE RÉFÉRENCIEMENT

- Suivre au quotidien le panel de fournisseurs en challengeant la qualité de leurs produits et leur pertinence
- Limiter les risques en élaborant des relations de confiance sur le long terme
- Maîtriser les prix grâce aux volumes d'achats importants
- Faire face efficacement aux tensions et aux pénuries de stocks

CONCILIER LA LOGIQUE ÉCONOMIQUE ET LA NOUVELLE DEMANDE SOCIALE

3,7 milliards de repas sont servis chaque année en restauration collective en France. 4 repas sur 10 sont assurés par la restauration collective. Les entreprises de restauration collective ont une responsabilité sociale de premier plan à jouer en s'adaptant en continu aux attentes et aux besoins des convives.



Permettre au plus grand nombre de bien se nourrir chaque jour tout en conservant un haut niveau d'exigences sur le plan alimentaire et sanitaire, tel est le défi relevé quotidiennement par les entreprises de restauration collective.

UNE ALIMENTATION ACCESSIBLE À TOUS QUI ALLIE PLAISIR ET ÉQUILIBRE NUTRITIONNEL

De la crèche, aux EPAD, en passant par l'entreprise, la restauration collective croise la route de millions de français tout au long de leur vie. Conscientes

de leur responsabilité en matière de santé publique, les sociétés de restauration collective s'imposent de délivrer une offre exigeante, souvent au-delà de ce qu'impose la réglementation en vigueur en matière de contrôle bactériologiques, d'équilibre nutritionnel ou encore d'approvisionnement en produits de qualités et biologiques.

Éveil au goût pour les plus jeunes, rupture du quotidien pour les personnes hospitalisées ou âgées ou encore ouverture au dialogue et

à la convivialité pour les convives des entreprises, les sociétés de restauration collective sont très attentives aux dimensions de plaisir qui font partie intégrante de l'acte de se nourrir.

UN LEVIER D'ATTRACTIVITÉ POUR LES ENTREPRISES

A l'heure de l'hybridation des modes de travail où le bureau devient une destination et non plus un passage obligé, les entreprises s'interrogent, à présent, sur comment rendre le bureau attractif. La désirabilité du lieu est stratégique tant l'enjeu d'attirer et de fidéliser les talents est grand. Les attentes des collaborateurs évoluent. La flexibilité devient la norme. Ainsi, se développent les brunchs du vendredi où entre 10h30 et 15h, les équipes se réunissent autour d'une grande table et partagent un temps professionnel mais convivial. Les offres de click & collect se démocratisent. Les typologies de menus s'élargissent pour permettre à chacun, quels que soient leur régime alimentaire, de bien se nourrir. Les innovations sont grandes !



#ProduitDuMois

Fabriquée en France, **Andros Gourmand et Végétal** est la 1^{ère} marque sur l'UF Végétal hors soja, une gamme de dessert sans colorant, sans conservateur, aux arômes naturels qui répondra aux attentes des convives en offrant un large choix entre les brassés, le délice, le ferme et fondant et les petits plaisirs.



DEMANDEZ LE MENU !

**PRESTAREST VOUS GARANTIT LE RESPECT
DE VOTRE BUDGET EN PRIVILÉGIANT DES PRODUITS
DE SAISON ET DES MENUS VARIÉS**

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Velouté de cresson Palette de porc provençale Gratin de chou de Bruxelles Yaourt aux fruits 125g Corbeille de fruits*	Carottes râpées à la coriandre Emincé de boeuf criollo Haricots rouges Coulommiers Moelleux choco framboise	Velouté légumes maison Risotto végétarien Courgettes aux herbes Pain perdu Corbeille de fruits*	Wraps crudités assorties Foie de boeuf à la milanaise Pommes sautées Crottin huile 30gr Fromage blanc à la rhubarbe	Oeuf dur sauce verte Choucroute de la mer Yaourt nature Tarte fine à la poire
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Tomate vinaigrette Hamburger 180g basque Frites fry'n dip Fromage blanc Corbeille de fruits*	Velouté de chou de Bruxelles Fricassé de dinde Vallée d'Auge Fourme Pomme fondante Flan pâtissier	Brick au thon Gnocchi 3 fromages Salade verte Crème brûlée Corbeille de fruits*	Salade d'endives Kig ar faz Légumes du pot Saint-Marcelin Compote aux fruits	Œuf dur paprika Potage garni - façon bouillabaisse Yaourt gourmand Corbeille de fruits*
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Potage vermicelle tomate Croissant chèvre Salade verte Panacotta pêche Corbeille de fruits*	Samoussa Epaule d'agneau à la menthe Semoule et légumes Chèvre bûche Brochette d'ananas rôti	Crème Dubarry maison Tagliatelles courgette pesto Choux de Bruxelles à la crème et à la moutarde Brownies maison Fromage blanc Corbeille de fruits*	Deshabillé tomates aux herbes Cuisse de canard panais et champignons Pommes vapeur Maroilles Entremet vanille	Céleri rémoulade Boulettes de bœuf sauce tomate Riz Gratin de poire Yaourt nature
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Salade de chou de Bruxelles à la poire et à la mimolette Fish and chips mérou blanc Frites Yaourt allégé fruits Corbeille de fruits*	Soupe de poisson et croustons Risotto fruits de mer Cantal Tiramisu	Poireaux vinaigrette Planche alsacienne Riz au lait aux agrumes Corbeille de fruits*	Assiette crudité Cassoulet d'agneau Haricots blancs tomate Coulommiers Crêpes à la confiture	Macédoine et crevettes Faux filet sauce roquefort Haricots verts Crème aux œufs Corbeille de fruits*

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

Tomate aux oignons rouges
Omelette nature
Carottes vichy
Yaourt lait de vache bio
Corbeille de fruits*

Potage cresson
Galette de sarrasin complète
Salade
Chaource
Gâteau breton aux pruneaux

Concombre à la grecque
Risotto mascarpone, choux de Bruxelles et champignons
Entremet citron
Mangue fraîche

Potage butternut
Choucroute
Pommes vapeur et chou
Yaourt brassé aux fruits
Corbeille de fruits*

Betterave mimosa
Quiche aux oignons
Epinards
Semoule fruits rouges
Corbeille de fruits*

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

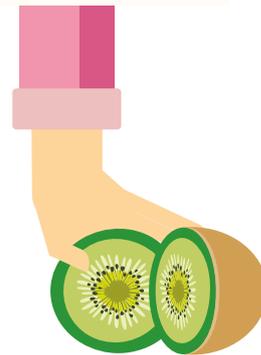
 Chou blanc aux noix
Hamburger volaille au bacon
Frite fry'n dip
Edam
Smoothie

Œuf à la russe
Pot au feu
Légumes
Yaourt aux fruits
Tarte à l'orange maison

Rillettes de maquereau
Planche normande
Salade et pommes de terre robe des champs
Ile flottante
Corbeille de fruits*

Potage poireaux pommes de terre
Chou farci
Blé
Faisselle
Tarte tatin à la poire

Houmous et tapenade
Brandade de poisson
Salade verte
Bleu d'Auvergne
Coupe de fruits exotiques



CORBEILLE DE FRUITS : pomme, banane, poire, kiwis, ananas ou mangue, orange ou orange sanguine, clémentines x2 ou mandarines x2, litchis

 produits de saison  plat végétarien  snaking  cuisine du monde

#EnCeMoment

LE GRAND RETOUR DU CHOU DE BRUXELLES

Un temps mis à l'écart et souvent boudé par les enfants notamment, le chou de Bruxelles fait son grand retour dans nos assiettes boosté par les jeunes chefs qui en ont fait leur chouchou.

Son image parfois dépréciée lui colle à la peau mais le temps est venu de découvrir ou redécouvrir le Chou de Bruxelles, un légume facile à cuisiner, savoureux et nutritif.

Le chou de Bruxelles est un légume des saisons froides. Sa pleine saison s'étale de septembre à décembre, même si certaines variétés tardives sont encore disponibles dans les linéaires jusqu'en mars.

Puissant de goût, le chou de Bruxelles apprécie les mariages avec des aliments aux saveurs marquées. Il se déguste idéalement avec des viandes grasses et/ou fumées, avec des fromages vieux et affinés, du bleu, en ragoût, avec de la viande hachée, du poulet ou en potage. En salade, braisé ou farci, le chou est économique, simple et facile à apprêter, mais il peut aussi s'intégrer à des plats raffinés. Son partenaire idéal est la pomme de terre avec qui il réalise de délicieux stoemp ou purées. Froid, il donnera une salade originale en entrée, avec des cranberries, des noix, du roquefort.

Et pourquoi pas le sucré-salé ? Le chou de Bruxelles aime aussi les pommes, les châtaignes, les raisins secs et le miel. A tester !



#LeSaviezVous ?

Au XVII^{ème} siècle, afin d'optimiser leur rendement, les maraîchers de Saint-Gilles créèrent une nouvelle variété de chou qui se cultivait à la verticale et prenait ainsi moins d'espace.

Très rentable, cette culture se répandit rapidement sur de grands espaces. Elle permit de nourrir la population en forte croissance de Bruxelles et valut aux Saint-Gillois le surnom de « Kuulkappers » (coupeurs de choux).

#OnMange



VIANDES
Boeuf
Porc



VOLAILLES
Oie
Canard
Caille



POISSONS
Hareng
Moule
Saint Jacques



LÉGUMES
Chou de Bruxelles
Endive
Poireau



FRUITS
Kiwi
Orange
Pomme



FROMAGES
Beaufort
Camembert
Ossau-Iraty

#OuiChef ...



Risotto au mascarpone, chou de Bruxelles et champignons

INGRÉDIENTS POUR 10 PERSONNES

- 750 g de riz à risotto
- 2,5 l de bouillon de poule ou de légumes
- 25 cl de vin blanc
- 5 échalotes
- 1 kg de chou de Bruxelles
- 1 kg de champignons de Paris émincés
- 10 cuillères à soupe de mascarpone
- 10 cuillères à soupe de parmesan râpé frais
- Huile d'olive
- Poivre noir et sel

Étapes de préparation :

Commencez par préparer le bouillon en portant l'eau et le cube à ébullition, gardez à frémissement. Pelez et émincez les échalotes. Nettoyez les choux de Bruxelles et coupez-les en 2 ou en 4 selon leur grosseur. Rincez et égouttez les champignons. Faites chauffer environ 10 à 12 cuillères à soupe d'huile d'olive dans une grande poêle, ajoutez l'échalote émincée et laissez fondre quelques minutes. Versez le riz, mélangez-le à l'huile d'olive jusqu'à ce qu'il devienne transparent. Augmentez le feu 10 minutes et versez le vin blanc. Quand le vin est évaporé, ajoutez 10 à 12 louches de bouillon ainsi que les choux de Bruxelles. Salez, poivrez et laissez cuire à feu moyen en remuant de temps en temps. Ajoutez du bouillon au fur et à mesure qu'il est absorbé. Il faut compter 20 à 25 minutes de cuisson. Le riz doit être «al dente». Pour finir, ajoutez les champignons, le mascarpone et le parmesan, mélangez bien.