

# PRESTAREST

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

**#Rencontre**  
**Philippe Lapouge**, Directeur du  
Restaurant Administratif du ministère  
de l'Enseignement supérieur et de la  
Recherche et administrateur régional  
du réseau Restau'Co

---

## RESTAURATION COLLECTIVE : CE QUI CHANGE EN 2024

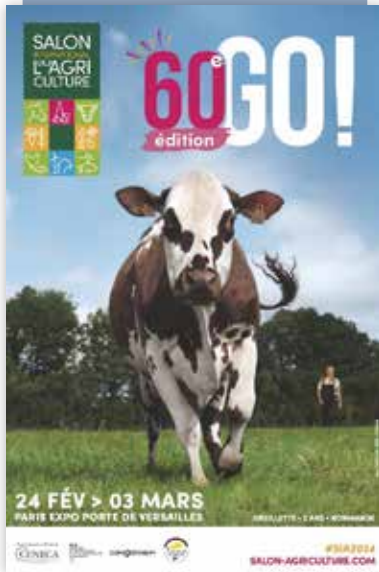
Sécurité sanitaire, loi EGALIM ... des évolutions législatives et organisationnelles impacteront cette année le secteur de la restauration collective. Prestarest fait le point.

[www.groupe-imestia.fr](http://www.groupe-imestia.fr)  
28 avenue du Petit Parc  
94300 Vincennes  
01 73 43 66 40

prestarest  
GROUPE  
imestia

## SALON DE L'AGRICULTURE 2024

Du 24 février au 3 au mars 2024 au Parc des expositions de la Porte de Versailles, aura lieu la 60<sup>e</sup> édition du Salon de l'Agriculture.



## LE E-LEARNING : UN ATOUT MAJEUR DANS LA FORMATION PROFESSIONNELLE DE LA RESTAURATION COLLECTIVE D'ENTREPRISE ET SAISONNIÈRE

La restauration collective d'entreprise et saisonnière font face à des défis constants, notamment en termes de formation du personnel. Dans ce contexte, le E-Learning émerge comme un outil stratégique permettant de répondre efficacement aux besoins de formation, offrant flexibilité, et accessibilité. Le E-Learning représente un atout majeur dans le secteur de la restauration collective d'entreprise et saisonnière, en offrant une formation continue, et flexible. En permettant aux employés de rester informés des normes en constante évolution et en facilitant l'accessibilité à la formation, le E-Learning contribue à l'amélioration des compétences et à l'efficacité opérationnelle.



Prestarest est en cours de création de modules de formation, payables en ligne. Nous reviendrons vers vous, pour vous informer de leur mise en ligne.

## #ProduitDuMois

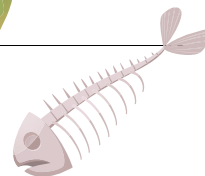
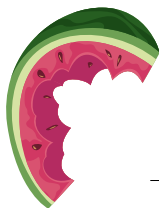
### Réinventez vos salades grâce à Maille Inspiration !

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.

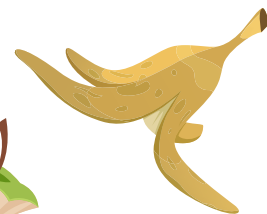
Pensez au tri, ensemble réduisons l'impact environnemental des emballages : la bouteille et le bouchon sont 100% recyclables.

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





# #EnBref



## LA VALORISATION DES BIODÉCHETS EN RESTAURATION COLLECTIVE, IL EST IMPÉRATIF D'AGIR !

La gestion des déchets est devenue l'un des défis majeurs de notre époque, avec des conséquences environnementales, économiques et sociales. La valorisation des déchets, qui consiste à transformer des déchets en ressources utiles, émerge comme une solution cruciale pour atténuer l'impact négatif de notre production de déchets.

La valorisation des déchets en restauration collective d'entreprise est un défi crucial pour promouvoir des pratiques durables. Voici quelques stratégies pour valoriser efficacement les déchets dans ce contexte spécifique :

### AUDIT DES DÉCHETS

Avant de mettre en place des initiatives de valorisation, il est essentiel de comprendre la composition des déchets générés. Un audit des déchets permet d'identifier les types de déchets les plus fréquents et de cibler les domaines où des améliorations peuvent être apportées.

### TRI SÉLECTIF

Mettez en place un système de tri sélectif dans les espaces de restauration pour séparer les déchets recyclables (papier, plastique, verre, métaux) des déchets non recyclables. Assurez-vous que les employés soient informés et encouragés à participer activement au tri.

### RÉDUCTION À LA SOURCE

Sensibilisez le personnel et les fournisseurs aux alternatives durables, encouragez l'utilisation de produits réutilisables ou biodégradables, et adoptez des pratiques d'achat responsables pour réduire la quantité de déchets à la source.

### COMMUNICATION

Communiquez de manière transparente sur les efforts de valorisation des déchets de l'entreprise. Les efforts durables peuvent également être mis en avant dans le cadre de la responsabilité sociale de l'entreprise (démarche RSE).

### MESURE DES PROGRÈS

Mettez en place des indicateurs de performance clés (KPI) pour mesurer régulièrement les progrès en matière de valorisation des déchets. Cela permet de suivre les performances, d'ajuster les stratégies si nécessaire et de célébrer les réussites.

#Pour rappel

**À compter du 1<sup>er</sup> janvier 2024, l'obligation de tri à la source des biodéchets s'applique à tous, quels que soient les volumes et l'activité.**

En application du 8° de l'article L. 541-46 du code de l'environnement, le fait de ne pas mettre en place le tri à la source des biodéchets EST UN DELIT PUNI D'UNE AMENDE DE 75000€ ET 2 ANS D'EMPRISONNEMENT.

#ProduitDuMois



### L'huile FRIAL Excellence et l'huile FRIAL Sélection Collectivité

font partie des huiles spéciales fritures. Elles sont composées d'huile de Tournesol oléique qui apporte une très bonne résistance à la chauffe, d'huile de tournesol et d'huile de colza qui confère un profil nutritionnel intéressant grâce à la présence d'oméga-3 ! Elles ne dégagent pas de mauvaises odeurs grâce à la présence d'huile essentielle de coriandre.

Nos deux huiles Origine France vous garantissent

#Dossier

# RESTAURATION COLLECTIVE : CE QUI CHANGE EN 2024

Sécurité sanitaire, loi EGALIM ... des évolutions législatives et organisationnelles impacteront cette année le secteur de la restauration collective. Prestarest fait le point.

## Sécurité sanitaire des aliments

Au 1<sup>er</sup> janvier 2024, la nouvelle Police unique de la Sécurité Alimentaire des Aliments sera entièrement assurée par la DGAL, qui deviendra la seule entité en charge des contrôles de la restauration commerciale, la restauration collective et la distribution.

La DGCCRF n'interviendra plus que pour contrôler la qualité et la loyauté des produits alimentaires (étiquetage, composition, dénomination des marchandises, pratique trompeuses sur l'origine et allégations) et les matériaux au contact avec les aliments

La DGS (Direction Générale de la Santé) sera toujours en charge de la gestion de la qualité sanitaire des eaux destinées à la consommation humaine.

Le renforcement des contrôles officiels sera par ailleurs réalisé par la délégation de certaines inspections en matière de sécurité sanitaire des aliments, à des organismes publics ou privés, dans les établissements concernés. Il concernera également les contrôles de l'effectivité de la mise en œuvre des retraits et des rappels dans les points de vente à la suite d'alertes sanitaires.

**Ce dispositif, effectif depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2024, vise à augmenter, de 80% le nombre d'inspections en remise directe soit un total de 100 000 contrôles par an, dès 2024**

#Coaching

**Prestarest peut vous accompagner à la création, la mise à jour, et l'appropriation de votre plan de maîtrise sanitaire.**



## Accompagner la transition alimentaire

La circulaire n° 6433 du 21 décembre 2023, soulignant les actions à mener pour atteindre les objectifs de la loi EGALim, insiste sur l'inscription des restaurants sur la plateforme «Ma Cantine» pour un suivi optimal des progrès et des résultats.

# Les évolutions EGALIM au 1<sup>er</sup> janvier 2024

<p><b>Au moins 50% de produits durables et de qualité, dont 20% de produits BIO</b></p>	<p>Le restaurant doit proposer une part au moins égale à 50% (en valeur HT d'achats en €, calculé par année civile) de produits alimentaires qui répondent à au moins un des critères suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les produits issus de l'agriculture biologique, à hauteur de 20% minimum (du total des achats HT).</li> <li>• Certains produits bénéficiant de signes officiels d'identification de la qualité et de l'origine (SIQO) : label rouge, AOP, AOC, HVE niveau 2 et 3, STG, pêche durable ...</li> </ul>
<p><b>Au moins 60% de produits durables de qualité pour les viandes et les poissons</b></p>	<p>Les familles de produits concernés :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les viandes bovines, porcines et volailles</li> <li>• Les produits de la pêche.</li> </ul> <p>Les produits entrant dans le décompte sont les mêmes que ceux mentionnés dans les 50% des produits de qualité et durables.</p>
<p><b>Information des usagers une fois par an, par voie d'affichage et par communication électronique, de la part des produits durables et de qualité et issus des produits PAT (Projets Alimentaires Territoriaux)</b></p>	<p>La part des produits de qualité et durables doivent faire l'objet d'un affichage permanent à l'entrée du restaurant, actualisé 1 fois / an et lisible par tous les usagers, et d'une information des usagers par communication électronique au moins 1 fois / an.</p>
<p><b>Plan pluriannuel de diversification des protéines, pour les restaurants &gt; 200 couverts / jour</b></p>	<p>Le restaurant doit présenter un plan pluriannuel de diversification de protéines, incluant des alternatives à base de protéines végétales dans les repas proposés. Menu végétarien = repas sans viande ni poisson, crustacés et fruits de mer. Les alternatives protéiques utilisées sont des légumineuses (lentilles, pois chiches...) associées à des céréales (blé, riz, boulgour...), les œufs et les produits laitiers.</p>
<p><b>Mise en place d'une démarche de lutte contre le gaspillage alimentaire à partir d'un diagnostic</b></p>	<p>La loi AGECE fixe l'objectif de réduction du gaspillage alimentaire, d'ici 2025, de 50% par rapport à son niveau de 2015. Pour ce faire, le restaurant doit mettre en place une démarche de lutte contre le gaspillage avec la réalisation d'un diagnostic préalable.</p>
<p><b>Interdiction de rendre impropres à la consommation des denrées alimentaires consommables</b></p>	<p>L'interdiction de rendre impropres à la consommation les excédents alimentaires encore consommables s'impose à la restauration, sous peine d'une amende de 3750€.</p>
<p><b>Etablissement d'une convention de don avec association caritative habilitée pour les restaurants &gt; 3000 couverts / jour</b></p>	<p>Les unités de restauration préparant plus de 3000 repas / jour (cuisines centrales et cuisines sur place) ont l'obligation de proposer à une association habilitée en application de l'article L.266-2 du code de l'action sociale et des familles, une convention de dons.</p>
<p><b>Obligation de proposer un contenant réutilisable ou composé de matières recyclables pour la vente à emporter en restauration collective</b></p>	<p>A compter du 1er janvier 2025, les services de restauration collective proposant des services de vente à emporter doivent proposer aux consommateurs d'être servis dans des contenants réutilisables ou composés de matières recyclables.</p>

## « SOYONS À L'AVANT-GARDE D'UNE SOCIÉTÉ INCLUSIVE AVEC LE PARTAGE COMME INNOVATION SOCIALE »

**Philippe Lapouge, Directeur du Restaurant Administratif du ministère de l'Enseignement supérieur et de la recherche et administrateur régional du réseau Restau'Co, partage avec nous aujourd'hui son expérience et son engagement en faveur de l'inclusion des jeunes porteurs de handicap. Il nous livre sa vision inspirante de l'intégration dans le milieu professionnel.**



PHILIPPE LAPOUGE

DIRECTEUR DU RESTAURANT ADMINISTRATIF  
DU MINISTÈRE DE L'ENSEIGNEMENT  
SUPÉRIEUR ET ADMINISTRATEUR RÉGIONAL  
DU RÉSEAU RESTAU'CO

« Mon engagement découle d'une conviction profonde que la diversité est une richesse. La démarche d'intégrer au sein de mes équipes des jeunes porteurs de handicap va au-delà de la simple responsabilité sociale, c'est une question de valeurs et d'inclusion. Et puis, il ne faut pas oublier c'est une obligation pour tout employeur de plus de 20 salariés ! » détaille Philippe Lapouge quand on l'interroge sur son engagement.

« L'expertise de l'association afuté nous a été précieuse pour adapter nos méthodes de travail et assurer un environnement propice à l'épanouissement de ces jeunes talents. »

### ÊTRE BIEN ACCOMPAGNÉ, LA CLÉ D'UNE INTÉGRATION RÉUSSIE

Au fil de ses propos, Philippe Lapouge n'a cessé de répéter qu'il est indispensable d'être accompagné pour mettre en œuvre une telle démarche. « Le monde du handicap est encore méconnu. Nous ne savions pas trop comment nous lancer alors nous avons contacté l'association Afuté, spécialisée dans l'accompagnement des jeunes porteurs de handicap dans l'emploi (cf page 7). Leur expertise nous a été précieuse pour adapter nos méthodes de travail et assurer un environnement propice à l'épanouissement de ces jeunes talents. Ils nous ont aidés à sensibiliser au handicap les membres de notre personnel, à établir des fiches de poste, à organiser les plannings des jeunes que nous accueillons... Leur aide nous est indispensable » insiste Philippe Lapouge.

### COMPRENDRE LES BESOINS SPÉCIFIQUES DE CHAQUE JEUNE ET PERSONNALISER LES PARCOURS D'INTÉGRATION

« L'association Afuté nous a également permis de mesurer l'importance de personnaliser les parcours d'intégration, notamment par la formation. Chaque jeune est capable de réaliser telle ou telle tâche, sur un laps de temps définis... Il

faut en avoir conscience pour adapter les missions confiées pour que le succès et l'épanouissement professionnel soit au rendez-vous » souligne Philippe Lapouge.

Après, le bonheur est très vite partagé ! « L'inclusion de ces jeunes ne devrait pas être considérée comme une option, mais plutôt comme une nécessité. Les talents sont divers, et chaque individu, quelle que soit sa situation, a quelque chose à apporter. C'est une responsabilité collective de créer des opportunités et d'assurer un accès équitable à tous. »

### ÊTRE À L'AVANT-GARDE D'UNE SOCIÉTÉ INCLUSIVE AVEC LE PARTAGE COMME INNOVATION

« Si j'avais un conseil à transmettre à mes confrères responsables de restaurants collectifs, ce serait de voir au-delà des préjugés et des stéréotypes. L'inclusion est une démarche qui enrichit l'entreprise, stimule la créativité et renforce le tissu social. Alors osez... en étant bien accompagnés » conclut très enthousiaste Philippe Lapouge.

## MISE EN LUMIÈRE

# AFUTÉ, UNE ASSOCIATION QUI MAXIMISE L'EMPLOYABILITÉ DES JEUNES PORTEURS DE HANDICAP

« Construire ensemble un monde vertueux porteur d'espoir pour nos enfants », voici la raison d'être de cette toute jeune association mais déjà grande de cœur. Afuté, c'est l'histoire d'une transformation, celle de l'exclusion en excellence collective. Découverte.

Aujourd'hui en France, 19% des personnes en situation de handicap ne trouvent pas d'emploi, un phénomène qui touche même plus de 95% des porteurs d'autisme. Et si la société se mettait à valoriser les richesses insoupçonnées dont disposent les personnes en situation de handicap ? C'est le pari qu'à souhaiter relever Olivier Tran dont le fils Alexandre est porteur de troubles sévères du spectre autistique. Face aux difficultés rencontrées par le manque de structure à même d'accompagner Alexandre dans son intégration du monde du travail, Olivier Tran fonde l'association Afuté en 2020 pour former à un métier les jeunes en situation de handicap de moins de 17 ans.

## DEUX MISSIONS PRINCIPALES : FORMER ET ACCOMPAGNER

Afuté forme les jeunes en situation de handicap en développant la méthode des



FUTÉ, les Fiches Universelles de Tâches Élémentaires. L'association prend en charge le recrutement, la mise à disposition des lieux de formation, l'encadrement des formateurs et les évaluations.

En parallèle, l'association accompagne également les jeunes, porteurs de handicap et les entreprises d'accueil dans leurs premiers pas communs. Cela consiste à préparer, d'une part, le jeune en formation à l'entrée dans la vie active et à l'accompagner jusqu'à l'emploi avec tout ce que cela implique d'apprentissage et d'autonomie (horaires, déplacements, part d'autonomie, recours à des services...) et d'autre part, l'entreprise à l'accueillir, notamment avec l'utilisation des FUTÉ, les Fiches Universelles de Tâches Élémentaires.



## VOUS SOUHAITEZ EN SAVOIR PLUS ?

Rendez-vous sur le site Internet de l'association : [www.afute.fr](http://www.afute.fr)



## #ProduitDuMois

### Une envie irrésistible de gourmandise ?

Les Gourmand® **Mamie Nova** offrent à la fois gourmandise, originalité et qualité, avec leur gamme de yaourts et desserts au lait entier français et conditionnés en pot carton.

Des Yaourts aux bons morceaux de fruits, des Crèmes délicieusement onctueuses, des Fondants à la texture ferme et crémeuse ... le tout dans un format généreux. **Mamie Nova** offre à chacun ses petits plaisirs gourmands et éveille la curiosité des amateurs de sensations gustatives.

**Mamie Nova**, il n'y a que toi qui me fais ça !

# DEMANDEZ LE MENU !

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

**LUNDI** 2,09 €

Velouté de petits pois  
Sauté de porc au curry  
Riz créole  
Yaourt aux fruits

**MARDI** 3,47 €

Soupe de poisson  
Couscous de poissons grillés  
Légumes et semoule  
Crème dessert chocolat

**MERCREDI** 2,98 €

Velouté d'asperges  
Blesotto  
Entremets café  
Fruits de saison

**JEUDI** 3,95 €

Oeuf anchois sauce rouille  
Foie de boeuf à la lyonnaise  
Pommes darphin maison  
Livarot

**VENDREDI** 3,04 €

Avocat nature  
Parmentier de boeuf  
Salade verte  
Tarte ananas maison

**LUNDI** 3,15 €

Bouillon de légumes à la chinoise  
Rougail de lieue  
Riz  
Fruits de saison

**MARDI** 3,09 €

Camembert pané  
Mafé au poulet  
Boulgour  
Tartelette citron

**MERCREDI** 2,77 €

Rillettes de porc  
Gnocchis aux épinards  
Epinards  
Fruits de saison

**JEUDI** 3,68 €

Carottes râpées  
Jambon rôti sauce miel romarin  
Purée grand-mère  
Rondin de chèvre

**VENDREDI** 2,74 €

Potage poireaux pommes de terre  
Tortillas poivrons chorizo  
Pommes sautées  
Fruits de saison

**LUNDI** 2,25 €

Potage tomate vermicelles  
Croissant chèvre  
Salade verte  
Pannacotta pêche

**MARDI** 3,41 €

Carottes à la marocaine  
Epaule d'agneau à la menthe  
Semoule et légumes  
Salade de fruits

**MERCREDI** 2,48 €

Cèleri rémoulade  
Marmite de poisson à la sétoise  
Riz  
Yaourt nature

**JEUDI** 4,16 €

Salade d'endives et aux noix  
Cuisse de canard panais et champignons  
Navets  
Fruits de saison

**VENDREDI** 2,97 €

Crème dubarry maison  
Tagliatelle au jambon et courgettes  
Brownis maison

**LUNDI** 3,74 €

Brick légumes curry  
Blanquette de veau  
Riz  
Fruits de saison

**MARDI** 3,38 €

Salade d'endive  
Hamburger au bacon  
Frites  
Cookies

**MERCREDI** 2,82 €

Oeuf cocotte aux herbes  
Dahl de lentilles corail  
Gâteau de semoule halwa

**JEUDI** 3,12 €

Potage de légumes  
Cuisse de poulet au thym  
Duo de haricots  
Fruits de saison

**VENDREDI** 3,81 €

Betterave mimosa  
Fish and chips cabillaud  
Pommes vapeur  
Crème caramel



**LUNDI**

2,62 €

Poireau vinaigrette à la menthe  
Emincé de porc aux oignons  
Riz basmati  
Yaourt maigre

**MARDI**

4,30 €

Croustade au fromage  
Papillote de cabillaud sauce muscadet  
Fenouil sauté  
Crème brûlée  
Fruits de saison

**MERCREDI**

1,81 €

Salade de boulgour  
Galette au chèvre  
Salade verte  
Mousse au chocolat

**JEUDI**

3,79 €

Oeuf frit et coulis de poivron  
Moussaka  
Paris Brest

**VENDREDI**

3,70 €

Tempura de légumes  
Langue de boeuf à la tomate  
Pomme ragoût  
Coulommier

**LUNDI**

2,29 €

Choux blancs aux noix  
Osso bucco de dinde à l'italienne  
Tortis légumes  
Edam

**MARDI**

2,39 €

Potage de légumes maison  
Choux farcis  
Carottes  
Yaourt aux fruits

**MERCREDI**

2,74 €

Filet de maquereau à l'escabèche  
Oeufs brouillés en croûte  
Fromage blanc

**JEUDI**

3,34 €

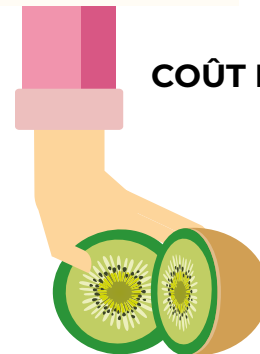
Taboulé libanais  
Filet de colin sauce champagne  
Riz aux petits légumes  
Cake au fruit de la passion

**VENDREDI**

2,61 €

Velouté de carottes  
Boulette de boeuf sauce tomate  
Spaghettis  
Fruits de saison

**COÛT MOYEN : 3,11€**



**CORBEILLE DE FRUITS :** pomme, banane, poire, kiwis, orange, ananas, mandarine

# #EnCeMoment

## LE CHOU, UN TRÉSOR DE SAVEURS

Le chou, humble légume aux feuilles denses et généreuses, est bien plus qu'un simple ingrédient dans le monde culinaire. Avec ses origines anciennes et ses nombreux bienfaits pour la santé, le chou mérite une place de choix dans nos assiettes.

Le chou se décline en de nombreuses variétés, chacune offrant des caractéristiques uniques en termes de forme, de couleur et de goût. Le chou vert frisé, le chou rouge, le chou de Bruxelles, le chou-fleur et le chou chinois sont parmi les nombreuses variétés populaires qui enrichissent la palette culinaire.

### UN ALLIÉ DÉTOX NATUREL

Le chou est une mine de nutriments essentiels. Riche en fibres, en vitamines C et K, ainsi qu'en minéraux tels que le potassium, le chou contribue à une alimentation équilibrée. De plus, il est connu pour ses propriétés antioxydantes, favorisant la santé cellulaire. Grâce à sa teneur en soufre et en glucosinolates, le chou est réputé pour ses propriétés détoxifiantes. Il participe à la neutralisation des substances toxiques dans le corps, contribuant ainsi au maintien d'un système immunitaire fort et à une peau éclatante.

### UN INGRÉDIENT POLYVALENT EN CUISINE

Le chou est un acteur polyvalent en cuisine. Que ce soit cru, râpé en salade, cuit à la vapeur, sauté, fermenté pour devenir de la choucroute, ou utilisé comme enveloppe pour des rouleaux, le chou s'adapte à une multitude de préparations culinaires.

### #LeSaviezVous ?

Le chou a une histoire qui remonte à plusieurs millénaires. Originaire de la région méditerranéenne, il a été cultivé et apprécié par diverses civilisations, de l'Égypte ancienne à la Grèce antique. Les Romains, notamment, l'ont introduit en Europe du Nord, où il est devenu un aliment de base important.

### #OnMange



**VIANDES**  
Boeuf  
Porc



**VOLAILLES**  
Oie  
Canard  
Caille



**POISSONS**  
Hareng  
Moule  
Saint Jacques



**LÉGUMES**  
Choux de Bruxelles  
Endive  
Poireau



**FRUITS**  
Kiwi  
Orange  
Pomme



**FROMAGES**  
Beaufort  
Camembert  
Ossau-Iraty

## #OuiChef ...

### Chou farci



#### INGRÉDIENTS POUR 10 PERSONNES

- 300 g d'oignons
- 2 g de fond brun
- 2,4 kg de chou vert
- 2 kg d'oeuf frais
- 10 g d'ail
- 150 g de persil plat
- 150 g de ciboulette fraîche
- 1,2 kg de boeuf égréné
- 250 g de lardons crus fumés
- 40 g de bouillon de boeuf sans sel

#### Étapes de préparation :

Avant de commencer la préparation du chou farci au bœuf haché, mettez votre four à préchauffer Thermostat 6/7 (200°C). Ensuite, faites bouillir de l'eau, ajoutez-y du sel, puis faites-y blanchir le chou, que vous aurez lavé au préalable, et les lardons pendant 10 minutes. Épluchez et coupez l'oignon en dés, procédez de même avec l'ail. Ciselez finement le persil. Préparez la farce en mélangeant la viande hachée, l'œuf, la chapelure, l'oignon, l'ail, la ciboulette, puis le persil. Salez et poivrez. Égouttez le chou et ôtez les feuilles jusqu'au cœur. Émincez le cœur du chou et ajoutez-le à la farce. Mélangez le tout. Coupez la grosse nervure de chaque feuille de chou dans le sens de la longueur (il vous sera ainsi facile de la plier). Il va vous falloir maintenant farcir les feuilles de chou. Mettez un peu de farce au centre d'une feuille et rabattez les côtés. Procédez ainsi avec chaque feuille de chou. Égouttez les lardons et disposez-les dans un plat. Disposez ensuite les feuilles de chou farcies (pliées en dessous) sur les lardons puis arrosez de bouillon de bœuf. Mettez votre plat de chou farci au bœuf haché au four pendant environ 1 heure à 200°C en arrosant régulièrement les feuilles de chou avec le bouillon.