

## Avocat

Avocat, demi ou lamelle, avec ou sans peau, surgelé, sachet de 0,5 à 1 kg.

L'avocat est souvent proposé avec une garniture à base de thon, de crevette ou de crabe, assaisonnée avec une mayonnaise légèrement pimentée.

Proposé avec un simple jus de citron ou bien garni pour une entrée plus festive, l'avocat est toutefois un produit délicat à proposer en restauration hors domicile. Soit trop mûr ou bien pas assez, il possède rarement le degré de maturité que l'on souhaite au moment de son emploi. Nos offres d'avocats surgelés s'avèrent donc être une solution pratique pour résoudre ce problème. Proposés sous différentes formes (une offre en lamelles et quatre présentées en moitié dont une avec peau), elles s'adaptent ainsi à diverses présentations et vous assure un gain de temps lors de la mise en œuvre. Seul bémol, il faut tout de même tenir

compte d'un délai de 4 à 12 heures de décongélation en enceinte réfrigérée (0/3 °C) afin de ne pas détériorer leur aspect et leur texture. Les quantités nettes à consommer dans l'assiette sont de 50 g pour les maternelles, 70 g pour les primaires, 80 g pour le déjeuner et dîner des personnes âgées en institution et 80 à 100 g pour les adolescents, adultes et repas livrés à domicile. Pour l'ensemble de notre sélection, les industriels utilisent tous la variété "Hass", et l'un d'eux emploie également la variété "Ettinger". Celles-ci font partie des trois variétés les plus consommées en France, la troisième étant la variété "Fuerté".

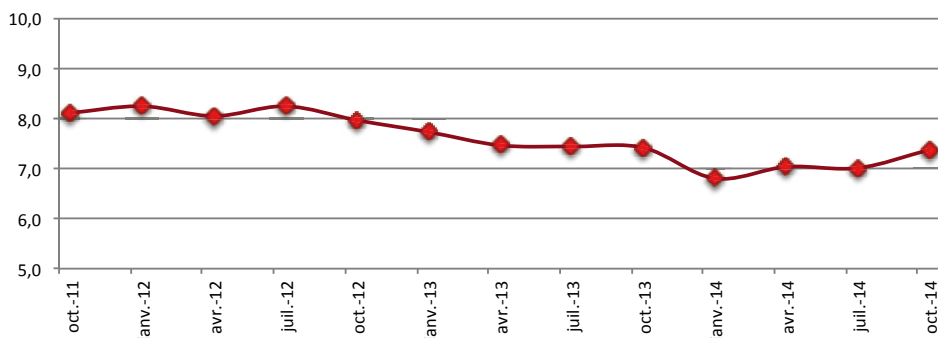


### Question d'un acheteur

#### Doit-on limiter la fréquence de présentation de l'avocat en entrée ?

L'avocat est un fruit oléagineux riche en lipides (de bonne qualité toutefois) dont la teneur oscille entre 16 et 18%. Servi seul, il fait partie des entrées supérieures à 15% de lipides, donc à limiter. Toutefois, lorsque l'avocat est associé à d'autres ingrédients (ex : salade de tomate et avocat), il convient de vérifier la teneur totale en lipides de l'entrée car elle peut être inférieure à 15%.

### Evolution de l'indice tarifaire 2011-2014



### Suggestions du chef

#### ASTUCES / IDÉES

Vous pouvez aussi présenter vos avocats avec une sauce à base de tarama et ricotta, le tout parsemé de cubes de concombre et de betterave.

#### THÈMES & RECETTES

**Festif :** Gelée d'avocat à la chair de homard

**Le Mexique :** Avocat façon guacamole

### Tableau nutritionnel

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	Lipides	dont AGS	Sodium	Fibres	Industriels Marque
BRAKE	72674	184 kcal	1,0%	7,0%	16,0%	4,0%	100 mg	4,0 g	CROP'S Crop's NV
DAVIGEL	12200634	176 kcal	1,1%	2,4%	17,0%	4,8%	115 mg	4,6 g	DAVIGEL Davigel surgelé
FRANCE FRAIS	107134	185 kcal	1,3%	3,1%	17,9%	NC	230 mg	3,4 g	PATRIGEL SAS Patrigel
PASSION FROID	7947	176 kcal	1,0%	7,0%	16,0%	4,0%	NC	4,0 g	CROP'S Crop's NV
TRANSGOURMET	237665	176 kcal	1,1%	2,4%	17,0%	NC	115 mg	4,6 g	DOTTA EUROPE Without brand

## Comparaison des offres

	Référence	Etat, aspect	Type de fruit et %	sel et %	Additifs Agents de texture	Industriels Marque
BRAKE	72674	moitié, cru, dénoyauté, sans peau, longueur 6 à 12 cm, largeur 5 à 8 cm	avocat 93,3%, <i>Hass, Lamb Hass, Ettinger</i>	sel 0,25%	antioxydant, régulateur d'acidité	CROP'S Crop's NV
DAVIGEL	12200634	moitié, cru, denoyauté, avec peau, dimensions NC	avocat 98%, <i>Hass</i>	sel 0,29%	acidifiant	DAVIGEL Davigel surgelé
FRANCE FRAIS	107134	moitié, cru, denoyauté, sans peau, longueur 6,5 à 11,5 cm, largeur 5 à 8 cm	avocat 98,8%, <i>Hass</i>	sel NC	acidifiant, antioxydant	PATRIGEL SAS Patrigel
PASSION FROID	7947	moitié, cru, denoyauté, sans peau, longueur 6 à 12 cm, largeur 5 à 8 cm	avocat %NC, <i>Hass</i>	sel 0,3%	antioxydant, régulateur d'acidité	CROP'S Crop's NV
TRANSGOURMET	237665	en tranche, cru, sans peau, longueur 2,5 à 4,4 cm (maxi 10%), longueur 4,5 à 12,7 cm (mini 90%)	avocat 97%, <i>Hass</i>	sel 0,2 à 0,8%	antioxydant, régulateur d'acidité	DOTTA EUROPE Without brand

	Référence	Mode d'emploi	Origine matière première Pays de transformation	DLUO	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	72674	décongélation en chambre froide positive 4 à 5 h	Pérou, Mexique, Espagne	12 mois	surgelé, IQF, sachet 1 kg, pièce +/- 80 g, 11/15 pièces par sachet, 5 x 1 kg	CROP'S Crop's NV
DAVIGEL	12200634	simple décongélation	Pérou	24 mois	surgelé, IQF, sachet 0,5 kg, pièce +/- 105 g, 4/5 pièces par sachet, 6 x 0,5 kg	DAVIGEL Davigel surgelé
FRANCE FRAIS	107134	décongélation en chambre froide positive	Pérou, Mexique	24 mois	surgelé, IQF, sachet 240 g, pièce +/- 60/80 g, 3/4 pièces par sachet, nombre de sachets NC	PATRIGEL SAS Patrigel
PASSION FROID	7947	décongélation 12 h dans le sachet d'origine, en chambre froide positive, utilisation à chaud comme à froid	Pérou	24 mois	surgelé, IQF, sachet de 1 kg, pièce +/- 80 g, 12/15 pièces par sachet, 5 x 1 kg	CROP'S Crop's NV
TRANSGOURMET	237665	décongélation en chambre froide positive 6 à 12 h	Pérou	24 mois	surgelé, IQF, sachet de 1 kg, tranche 9 à 12 g, nombre de sachet NC	DOTTA EUROPE Without Brand

### Références

**Noix de Saint-Jacques** : Production et consommation en 2012.

[http://www.rungisinternational.com/fr/bleu/produits\\_saison/mer/saintJacques.asp](http://www.rungisinternational.com/fr/bleu/produits_saison/mer/saintJacques.asp)

**Saumon fumé** : Production et consommation en 2012.

[http://www.rungisinternational.com/fr/bleu/produits\\_saison/mer/saumonfume.asp](http://www.rungisinternational.com/fr/bleu/produits_saison/mer/saumonfume.asp)

**Avocat** : Production et consommation

<http://www.lesfruitsetlegumesfrais.com/fruits-legumes/fruits-exotiques-et-tropicaux/avocat/carte-identite>

**Réglementation relative à la coquille Saint-Jacques.** <http://www.senat.fr/questions/base/1996/qSEQ961219712.html>

**Coquilles Saint-Jacques : Dossier de Presse 2011.** [http://www.michele-frene-conseil.fr/IMG/pdf/DP\\_CSJ\\_LabelRouge-2.pdf](http://www.michele-frene-conseil.fr/IMG/pdf/DP_CSJ_LabelRouge-2.pdf)

**Réglementation relative à la coquille Saint-Jacques.** <http://www.senat.fr/questions/base/1996/qSEQ961219712.html>

**GEMRCN** (Groupe d'étude des marchés de restauration collective et de nutrition), Recommandation relative à la nutrition, Août 2013

Base de données **AIDOMENU**, Evolutions tarifaires **SARA**, **Panel d'acheteurs de collectivités**