

CCTP « mode d'emploi »

Fruits et légumes du soleil

Lorsque l'on parle de fruits et de légumes du soleil, on pense inévitablement à l'été, au Sud de la France et bien entendu aux destinations exotiques. Nous avons donc essayé au travers de notre sélection de produits de mettre en avant toutes ces facettes.



Didier Brottes
Responsable qualité



Sandrine Rajaud
Diététicienne

Légume estival par excellence, la courgette se retrouve en général sur toutes les tables à partir des beaux jours. En France, les 127 000 tonnes cultivées et destinées à la vente en légumes frais, sont à 35 % produites en région Provence-Alpes Côte d'Azur. Placée derrière l'Espagne et l'Italie, la France est par ailleurs le 3^{ème} pays européen producteur de courgettes. Autres légumes rappelant le soleil, les aubergines et les poivrons, que l'on retrouve notamment en quantités non négligeables au sein de nos poêlées de légumes grillés, accompagnées bien sûr de courgettes... et souvent de basilic et d'huile d'olive pour la note

ensoleillée. Côté fruits, nous avons plutôt penché sur les pays lointains avec des préparations principalement à base d'ananas, de mangue et de papaye. Quant à la rhubarbe, sachez qu'elle fait elle aussi partie des légumes d'été, puisque la pleine saison s'étale en général d'avril à début août.

La sélection du mois

- Beignet de courgettes
- Poêlée de légumes grillés
- Salade de fruits exotiques
- Rhubarbe



Restauration Collective, en partenariat avec la Société VICI, vous propose depuis 13 ans la rubrique « Les cahiers de l'acheteur - CCTP mode d'emploi ». Ce guide pratique présente 4 produits détaillés et comparés au travers des fiches techniques fournies par les industriels et les distributeurs. Un grand merci à eux pour leur collaboration.

L'avis de...



LAURENT BRUNEL – CHEF DE CUISINE
Résidence Roche de France – Tournon sur Rhône (07)

Nous avons déjà proposé plusieurs fois des beignets de courgettes, mais cela va bien faire environ six mois qu'on ne les a pas intégrés dans nos menus. On les achète en surgelé et plutôt que de les repasser en friteuse, on les réchauffe au four. Sinon nous servons plutôt des gratins de courgettes faits maison. L'hiver, nous utilisons bien entendu des courgettes surgelées, mais l'été, on préfère cuisiner des fraîches. On se sert aussi des poêlées de légumes grillées, notamment celles avec du pesto. Les résidents apprécient car généralement cela change des autres légumes. Les salades de fruits exotiques font également partie de nos menus. On les prend aussi en surgelé. Elles sont assez pratiques d'ailleurs pour réaliser des textures modifiées. La rhubarbe est un produit que nous n'utilisons plus en raison de son aspect visuellement peu attirant. Au départ, on confectionnait des tartes avec, puis après on les a achetées toutes prêtes. Aujourd'hui, nous les servons en moyenne une fois par an, car ces produits ne sont plus vraiment adaptés à nos résidents.

Secteur : Privée

Type de convives : Personnes âgées

Nombre de couverts/jour : 300/jour repartis sur 2 sites



Beignet de courgettes

Beignet de courgettes, frit ou pré-frit, surgelé, sachet de 1 kg ou carton de 5 kg.

Les beignets de courgettes sont le plus souvent servis tels quels, mais ils peuvent aussi être présentés avec un coulis de tomates ou encore accommodés de persil haché.

Parmi nos offres, l'une d'elle est composée à 42 % de courgettes contre 58 % de pâte à beignet. Servie en tant que garniture, cette préparation sera donc comptabilisée dans la famille des "légumes secs, féculents ou céréales", puisqu'elle est à prédominance féculente. Concernant les trois offres restantes, la classification s'avère plus difficile. En effet, la pâte à beignet et les courgettes mises en œuvre, sont chacune présentes à hauteur de 50 % dans la composition du produit. Ces offres ne peuvent donc pas être considérées en tant que garniture de "légumes cuits, autres que secs", mais elles n'entrent pas non plus dans la catégorie des "légumes secs, féculents ou céréales". Si vous souhaitez que cette préparation puisse être comptabilisée dans le tableau de fréquence du GEMRCN, il faudra donc ajouter un complément (ex : beignet de courgettes + haricots verts ou beignet de courgettes + riz) afin de pouvoir l'associer à l'une ou l'autre famille. Par ailleurs, bien que la composition de nos offres semble assez similaire, on observe de grandes différences au niveau des valeurs nutritionnelles. La teneur en matières grasses oscille notamment entre 4,7 et 16 %. Ainsi, les deux offres à 16 % de lipides verront leur fréquence de présentation limitée, puisqu'elles sont à comptabiliser dans la catégorie "Produits à frire ou pré-frits contenant plus de 15 % de matières grasses".



Le saviez-vous

Considérée comme un légume du fait de son absence de goût sucré, la courgette est pourtant d'un point de vue botanique à inclure dans la famille des fruits, tout comme la tomate, l'aubergine ou encore le haricot. Et oui, techniquement on désigne sous le terme « fruit » tous les végétaux issus d'une fleur. C'est ici que réside la différence avec les légumes, tel que les salades, les poireaux, les carottes... issus d'autres modes de développement.

Suggestions du chef

Astuces/Idees

Pour une saveur plus fraîche, servez vos beignets avec une crème légèrement citronnée et aromatisée à l'aneth ou au basilic.

Thèmes & Recettes

Nice : Beignet de courgettes au saussoun

Les vacances : Friture provençale

Tableau nutritionnel

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	dont sucres	Matières grasses	dont AGS	Fibres	Sel	Industriels Marque
BRAKE	5792	236 kcal	3,0 %	19,5 %	0,9 %	16,0 %	1,9 %	1,1 g	1,33 g	GELEA Brake
DAVIGEL	12123280	174 kcal	2,8 %	19,3 %	1,7 %	9,3 %	1,2 %	1,0 g	0,94 g	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	105504	152 kcal	2,5 %	24,5 %	2,0 %	4,7 %	1,3 %	1,0 g	1,38 g	PATRIGEL Patrigel
TRANSFOURMET	489997	238 kcal	3,0 %	20,0 %	0,9 %	16,0 %	1,9 %	1,1 g	1,33 g	ALLIANCE ELABORES Gewy

Comparaison des offres

	Référence	Etat Aspect	Répartition	Légume et %	Type de féculent et %	Type de matière grasse et %	Additifs Agents de texture	Industriels Marque
BRAKE	5792	pré-frit, pièce de 6 à 18 g	courgette en rondelle 50 %, pâte à beignet 50 %	courgette 50 %, ail < 1 %	assemblage prêt à l'emploi % NC (farine de blé, maïs, seigle)	huile de tournesol % NC	agent levant, épaississant	GELEA Brake
DAVIGEL	12123280	frit, pièce de 6 à 18 g	courgette en rondelle 50 %, pâte à beignet 50 %	courgette 50 %	farine de blé % NC, farine de maïs % NC	huile de tournesol % NC	amidon, amidon modifié de blé, colorant, dextrose, lactose, protéines de lait, poudre à lever,	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	105504	pré-frit, poids pièce NC	courgette en rondelle 42 %, pâte à beignet 58 %	courgette 42 %	farine de blé % NC	huile de tournesol % NC	colorant, dextrose de maïs, épaississant, exhausteur de goût, gazéifiant, levure	PATRIGEL Patrigel
TRANSGOURMET	489997	frit, pièce de 6 à 18 g	courgette en rondelle 50 %, pâte à beignet 50 %	courgette 50 %, ail < 1 %	assemblage prêt à l'emploi % NC (farine de blé, maïs, seigle)	huile de tournesol % NC	agent levant, épaississant	ALLIANCE ELABORES Gewy

	Référence	Allergènes majeurs	Mise en œuvre	Origine matières premières	Pays de transformation	DDM	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	5792	gluten	sans décongélation, à la friteuse 2 à 3 min à 180 °C, ou au four à air pulsé 8 à 10 min à 180 °C	Maroc, UE	France	18 mois	surgelé, IQF, sachet 1 kg nombre de pièces par sachet NC, 5 x 1 kg	GELEA Brake
DAVIGEL	12123280	gluten, lait	sans décongélation, au four 5 à 6 min à 200 °C, ou avec décongélation, au four 3 min à 180 °C, ou 10 min à 120 °C	UE	France	18 mois	surgelé, IQF, sachet 1 kg 415 pièces +/- par carton carton 5 kg	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	105504	gluten	sans décongélation, à la friteuse 1,5 à 2 min à 180 °C, ou au four traditionnel ou à convection 10 à 12 min à 180 °C	Espagne, Ukraine	NC	18 mois	surgelé, IQF, sachet 1 kg nombre de pièces par sachet NC, 5 x 1 kg	PATRIGEL Patrigel
TRANSGOURMET	489997	gluten	sans décongélation, au four à air pulsé 10 min à 180 °C	France, UE	France	18 mois	surgelé, IQF, sachet 1 kg nombre de pièces par sachet NC, 5 x 1 kg	ALLIANCE ELABORES Gewy

Si la courgette en tant que fruit se cuisine très bien en beignet, sachez que la fleur supporte elle aussi à merveille ce type de préparation. Cette recette estivale est d'ailleurs un grand classique de la région niçoise. Certains distributeurs en restauration collective proposent aujourd'hui ces beignets à la vente. N'hésitez à les tester pour surprendre vos convives. Toutefois, la quantité de pâte à beignet étant bien souvent supérieure à la quantité de fleurs mise en œuvre, ces préparations seront à comptabiliser dans la famille des légumes secs, féculents ou céréales. Leur teneur en lipides étant également élevée, il est fort probable que vous deviez les inclure dans la famille des produits à frire ou pré-frits contenant plus de 15 % de matières grasses.



Poêlée de légumes grillés

Mélange de légumes grillés, assaisonné, surgelé, sachet de 1 à 2,5 kg.

La poêlée de légumes grillés est généralement cuisinée en sauteuse ou au four. Elle accompagne aussi bien les grillades de viandes que les poissons.

On note beaucoup de différence dans la composition de nos offres de poêlée de légumes. En effet, on comptabilise en tout neuf légumes mis en œuvre par rapport à la totalité de nos offres, alors que chaque poêlée n'en contient en fait que quatre à sept légumes maximum. Si les courgettes et les aubergines restent incontournables, les quantités demeurent toutefois très variables, puisque l'on retrouve respectivement 15 à 41 % de courgettes et 10 à 31 % d'aubergines selon les offres. Les poivrons sont également présents dans l'ensemble de notre sélection, avec une forte prédominance pour les rouges et les jaunes qui apparaissent dans la majorité de nos offres, mais là encore, en quantités plus ou moins variables. On note toutefois que si l'une de nos offres contient bien des poivrons rouges, les poivrons jaunes sont par contre remplacés par des verts, ce qui peut éventuellement apporter un peu plus d'amertume au niveau du produit fini. La présence d'oignons, de pommes de terre, de tomates ou encore de pois mange-tout n'est par contre pas systématique dans toutes les offres, pas plus que l'utilisation de basilic ou d'ail. Notons aussi qu'une de nos offres ne contient pas de matières grasses ajoutées, ce qui lui confère une valeur énergétique très basse (22 kcal/100 g).



Question d'un acheteur

Quels grammages de poêlée de légumes faut-t-il prévoir en fonction des différentes catégories de populations ?

Les légumes étant déjà précuits, la perte de poids à la cuisson de vos poêlées, si vous respectez les consignes de mise en œuvre, sera négligeable, voire nulle. Aussi, vous pouvez prévoir 100 g pour les élèves de maternelle et les élémentaires et 150 g pour les adolescents, les adultes et les personnes âgées en institution et ce, que ce soit pour le déjeuner ou le dîner.

Suggestions du chef

Astuces/Idees

Pensez à la poêlée de légumes grillés pour réaliser vos papillotes de poissons estivales aux senteurs méridionales.

Thèmes & Recettes

L'Italie : Poêlée à la genovese

Végétarien : Pizza aux légumes

Tableau nutritionnel

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	dont sucres	Matières grasses	dont AGS	Fibres	Sel	Industriels Marque
BRAKE	70008	42 kcal	1,3 %	4,3 %	4,0 %	1,6 %	0,2 %	2,8 g	0,30 g	GELAGRI Brake
DAVIGEL	12157122	88 kcal	2,4 %	8,6 %	4,7 %	4,4 %	0,7 %	2,1 g	0,41 g	DAVIGEL Création Brigade
FRANCE FRAIS	110846	62 kcal	2,2 %	5,6 %	4,8 %	2,7 %	0,3 %	3,0 g	0,03 g	BONDUELLE EUROPE LONG LIFE Bonduelle Food Service
KRILL	572346	80 kcal	2,1 %	5,1 %	NC	5,0 %	NC	NC	NC	Industriel NC Marque NC
PASSION FROID	34215	111 kcal	2,6 %	8,4 %	4,4 %	7,0 %	0,8 %	2,1 g	0,77 g	Industriel NC Passion Froid
RELAIS D'OR	4516	62 kcal	2,2 %	5,6 %	4,8 %	2,7 %	0,3 %	3,0 g	0,03 g	BONDUELLE EUROPE LONG LIFE Bonduelle Food Service
TRANSGOURMET	667709	22 kcal	1,2 %	2,7 %	2,3 %	< 0,5 %	0,1 %	2,5 g	0,03 g	D'AUCY FOOD SERVICE D'Aucy

Comparaison des offres

	Référence	Etat Aspect	Type de légume et %	Type de matière grasse et %	Epice-aromate et %	Additifs Agents de texture	Industriels Marque
BRAKE	70008	légumes grillés, assaisonnés	courgette grillée 22 %, aubergine grillée 13 %, poivron rouge grillé et poivron jaune grillé 23 %, oignon 22 %, tomate 17 %	huile de tournesol 1,1 %, huile d'olive 0,8 %	basilic 0,5 %, extrait d'ail 0,2 %, arôme naturel de poivre 0,01 %	/	GELAGRI Brake
DAVIGEL	12157122	légumes grillés, cuits	courgette grillée 17,3 %*, aubergine grillée 10 %*, poivron rouge grillé 12,7 %*, poivron jaune grillé 13,2 %*, oignon 6,6 %*, pomme de terre rondelle grillée 17,2 %* (* % minimum)	huile de tournesol % NC, huile d'olive % NC	basilic 3 %, ail 1,5 %, arôme de basilic % NC	colorant	DAVIGEL Création Brigade
FRANCE FRAIS	110846	légumes blanchis, grillés, pré-frits	courgette grillée 41 %, aubergine préfrite 14 %, poivron rouge grillé et poivron jaune grillé 24 %, pois mange-tout 21 %	huile de tournesol 1,7 % (pour friture aubergine)	/	/	BONDUELLE EUROPE LONG LIFE Bonduelle Food Service
KRILL	572346	légumes grillés, cuits	courgette grillée 36 %, aubergine préfrite 15 %, poivron rouge grillé 10 %, poivron jaune grillé 10 %, oignon rissolé 17 %, pois croquant en gousse 12 %	présence NC	présence NC	présence NC	Industriel NC Marque NC
PASSION FROID	34215	légumes grillés, cuits	courgette grillée 15 %*, aubergine grillée 12 %*, poivron rouge grillé 10 %*, poivron jaune grillé 6,5 %*, oignon grillé 8 %*, pomme de terre grillée 10 %*, tomate semi déshydratée marinée 4,5 %* (* % minimum)	huile de tournesol % NC, huile d'olive % NC	basilic % NC, ail % NC, arôme de basilic % NC, thym % NC, origan % NC	colorant	Industriel NC Passion Froid
RELAIS D'OR	4516	légumes blanchis, grillés, pré-frits	courgette grillée 41 %, aubergine préfrite 14 %, poivron rouge grillé et poivron jaune grillé 24 %, pois mange-tout 21 %	huile de tournesol 1,7 % (pour friture aubergine)	/	/	BONDUELLE EUROPE LONG LIFE Bonduelle Food Service
TRANSGOURMET	667709	légumes grillés, cuits	courgette grillée 31 %, aubergine grillée 31 %, poivron rouge grillé 21 %, poivron vert grillé 17 %	/	/	/	D'AUCY FOOD SERVICE D'Aucy

	Référence	Mise en œuvre	Origine matières premières	Pays de transformation	DDM	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	70008	sans décongélation, à la poêle 11 min avec un peu d'huile, ou au four 23 min à 180 °C avec un peu d'huile	UE, principalement Espagne	France	24 mois	surgelé, IQF, sachet 2,5 kg, 4 x 2,5 kg	GELAGRI Brake
DAVIGEL	12157122	sans décongélation, à la poêle ou en sauteuse 10 à 15 min	NC	Espagne	18 mois	surgelé, IQF, sachet 2,5 kg, 4 x 2,5 kg	DAVIGEL Création Brigade
FRANCE FRAIS	110846	sans décongélation, à la sauteuse 7 min avec un peu d'huile, ou au four 15 min à 180 °C en gastronomique couvert	Espagne, Portugal	France	24 mois	surgelé, IQF, sachet 1 kg, 6 x 1 kg	BONDUELLE EUROPE LONG LIFE Bonduelle Food Service
KRILL	572346	NC	NC	NC	NC	surgelé, IQF, sachet 1 kg, 10 x 1 kg	Industriel NC Marque NC
PASSION FROID	34215	avec ou sans décongélation, au four à chaleur sèche à 175/220 °C en gastronomique perforé couvert	Danemark, Espagne, France	Espagne	24 mois	surgelé, IQF, sachet 2,5 kg, 4 x 2,5 kg	Industriel NC Passion Froid
RELAIS D'OR	4516	sans décongélation, à la sauteuse 7 min avec un peu d'huile, ou au four 15 min à 180 °C en gastronomique couvert	Espagne, Portugal	France	24 mois	surgelé, IQF, sachet 1 kg, 6 x 1 kg	BONDUELLE EUROPE LONG LIFE Bonduelle Food Service
TRANSGOURMET	667709	sans décongélation, à la sauteuse 4 min, ou au four vapeur 40 min à 160 °C en gastronomique couvert, ou au four à chaleur tournante 20 min à 200 °C	UE	France	24 mois	surgelé, IQF, sachet 2,5 kg, 4 x 2,5 kg	D'AUCY FOOD SERVICE D'Aucy

Salade de fruits exotiques

Salade à base de fruits exotiques, surgelée ou fraîche, sachet de 1 kg ou seau de 3 kg.

La salade de fruits est traditionnellement proposée avec un gâteau sec type cigarette russe ou langue de chat. Elle peut également entrer dans la composition de coupes de glaces.

Avec onze fruits mis en œuvre pour la totalité de notre sélection, et seulement quatre à huit inclus au sein de nos offres, des différences au niveau de la texture et des parfums semblent inévitables. D'ailleurs, hormis pour un industriel qui n'utilise en alternance que deux fruits parmi l'ananas, la mangue, la papaye et le melon, on note que les seuls fruits que l'on retrouve en commun par rapport au reste de nos offres, sont l'ananas et la mangue. Le raisin, puis le melon, qu'il soit orange ou vert, sont ensuite les fruits les plus utilisés. On constate également la présence d'un liquide de recouvrement dans six sur sept de nos offres. Pour trois d'entre elles, il est précisé que ce liquide contient du sucre. Ces offres ne pourront donc pas toujours être comptabilisées dans le tableau de fréquence du GEMRCN en tant que dessert de fruits crus. En effet, pour les enfants, les adolescents et les adultes, un dessert de fruits crus doit être composé de 100 % de fruit crus. Les trois autres offres, faute de précision quant à la composition du liquide de recouvrement, ne seront pas non plus comptabilisées. Seule la 7^{ème} offre peut entrer dans cette catégorie, à condition de ne pas suivre les indications de mise en œuvre préconisant d'ajouter du sucre. Concernant les personnes âgées en institution, ce critère n'entre toutefois pas en ligne de compte. La seule obligation est de proposer une salade de fruits contenant au moins 80 g de fruits crus, soit des portions d'environ 125 g.



Question d'un acheteur

Certains desserts de fruits crus peuvent-ils être limités ?

Oui, si les portions servies contiennent plus de 20 g de sucres simples. Ce sera notamment le cas pour une de nos offres, à partir du moment où vous servirez des portions de 100 g, puisque sa teneur en sucres simples est de 20g/100 g. A noter toutefois que cette limitation concerne uniquement les enfants, les adolescents et les adultes, mais pas les personnes âgées en institution, pour lesquelles on ne tient pas compte du taux de sucres présent dans les desserts.

Suggestions du chef

Astuces/Idees

Pour apporter une note épicée à vos salades de fruits, vous pouvez réaliser un sirop infusé de cannelle, de badiane et/ou de poivre sechouan.

Thèmes & Recettes

Les Iles : Coupe glacée des alizées

Le terroir : Aumônière aux fruits exotiques

Tableau nutritionnel

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	dont sucres	Matières grasses	Fibres	Vitamine C	Industriels Marque
BRAKE	39441	49 kcal	0,5 %	10,7 %	10,6 %	0,1 %	1,0 g	NC	Industriel NC Brake
DAVIGEL	1698784	50 kcal	0,6 %	10,5 %	10,3 %	0,1 %	1,2 g	NC	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	11633	55 kcal	0,7 %	11,9 %	11,6 %	0,2 %	1,3 g	NC	DIRAFROST Marque NC
KRILL	650002	39 kcal	0,5 %	8,9 %	NC	0,1 %	NC	NC	Industriel NC Marquet NC
PASSION FROID	8558	49 kcal	0,7 %	10,8 %	10,6 %	0,1 %	1,2 g	NC	Industriel NC Passion Froid
RELAIS D'OR	111633	63 kcal	0,4 %	14,1 %	13,9 %	0,1 %	1,7 g	NC	DELIFRUITES Marque NC
TRANSFOURMET	301232	91 kcal	< 0,5 %	21,0 %	20,0 %	< 0,5 %	NC	NC	TRANSFOURMET Transfourmet Quality

Comparaison des offres

	Référence	Etat Aspect	Type de fruit et %	Type de liquide de recouvrement et %	Additifs Agent de texture	Industriels Marque
BRAKE	39441	cru	ananas 16 %, mangue 11 %, papaye 12 %, melon orange 14 %, melon vert 10 %, raisin 7 %	jus de fruit de la passion 30 % (eau, concentré de fruits de la passion, sucre)	/	Industriel NC Brake
DAVIGEL	1698784	cru	ananas 17 %*, mangue 11 %*, papaye 5 %*, melon orange 7 %*, melon vert 11 %*, raisin 6 %*, pêche 12 %* (* % minimum)	jus de fruit de la passion concentré 13,5 % maxi (composition NC)	/	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	11633	cru	ananas % NC, mangue % NC, melon orange % NC, melon vert % NC, raisin % NC, pêche % NC	NC	NC	DIRAFROST Marque NC
KRILL	650002	cru	ananas % NC, mangue % NC, papaye % NC, melon orange % NC, melon vert % NC, raisin % NC, mandarine % NC, kiwi % NC	sauce à base de jus concentré de fruits de la passion % NC (composition NC)	NC	Industriel NC Marque NC
PASSION FROID	8558	cru	ananas 16 %*, mangue 16 %*, melon vert 16 %*, raisin 16 %*, pêche 16 %* (* % minimum)	/	/	Industriel NC Passion Froid
RELAIS D'OR	111633	cru	pomme non épluchée 17,5 %, orange 14 %, raisin 7 %, 2 fruits divers entre ananas, mangue, papaye, melon 31,5 %	sirop 30 % (eau, sirop de glucose-fructose-saccharose)	acidifiant, conservateur	DELIFRUIT Marque NC
TRANSGOURMET	301232	cru	ananas % NC, mangue décongelée % NC, papaye décongelée % NC, kiwi % NC	sirop 35 % (eau, sirop de sucre inverti)	acidifiant, antioxydant, conservateur	TRANSGOURMET Transgourmet Quality

	Référence	Mise en œuvre	Pays de transformation	DDM/DLC	Durée de vie après décongélation/ouverture	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	39441	décongélation 4 h en enceinte réfrigérée	UE	24 mois	8 h à 4 °C maxi	surgelé, IQF, sachet 1 kg, 5 x 1 kg	Industriel NC Brake
DAVIGEL	1698784	simple décongélation 12 h en enceinte réfrigérée, ou préparation cuite à la poêle 5 à 7 min	UE	24 mois	NC	surgelé, IQF, sachet 1 kg, 5 x 1 kg	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	11633	NC	NC	24 mois	24 h à 4 °C maxi	surgelé, IQF, sachet 1 kg, 5 x 1 kg	DIRAFROST Marque NC
KRILL	650002	décongélation 10 h en enceinte réfrigérée	NC	NC	NC	surgelé, IQF, sachet 1 kg, 5 x 1 kg	Industriel NC Marque NC
PASSION FROID	8558	décongélation 2 h en enceinte réfrigérée, ou sans décongélation, jeter les fruits dans un sirop brûlant, réserver 2 h	Belgique	24 mois	24 h à 4 °C maxi	surgelé, IQF, sachet 1 kg, 5 x 1 kg	Industriel NC Passion Froid
RELAIS D'OR	111633	prête à l'emploi	France	15 jours	48 h à 4 °C maxi	réfrigéré, seau 3,2 l, poids net 3 kg, 1 x 3 kg	DELIFRUIT Marque NC
TRANSGOURMET	301232	prête à l'emploi	France	13 jours	48 h à 4 °C maxi	réfrigéré, seau 3,0 l, poids net 3 kg, 1 x 3 kg	TRANSGOURMET Transgourmet Quality

Côté conditionnement, cinq de nos offres sont proposées surgelées, contre deux réfrigérées. Les offres surgelées présentent deux avantages non négligeables : une DDM (Date de Durabilité Minimale) relativement longue de 24 mois, ainsi que la possibilité de ne sortir que la quantité nécessaire pour votre service. En revanche, les industriels conseillent de les consommer rapidement après leur décongélation (entre 8 et 24 heures maximum). Si la DLC (Date Limite de Consommation) n'est que de 13 à 15 jours pour les offres réfrigérées, après ouverture, vous pourrez toutefois les conserver pendant 48 heures.



Rhubarbe

Rhubarbe coupée, surgelée, sachet de 1 kg.

La rhubarbe est le plus souvent proposée compotée, associée à la pomme. Elle peut également être mise en œuvre pour la réalisation de certaines tartes.

Comme on peut le constater par rapport à nos offres, avec un apport compris entre 15 et 31 kcal pour 100 g, la rhubarbe est un aliment peu énergétique. Cela s'explique par le fait qu'elle ne contient pas de matières grasses et que sa teneur en glucides oscille juste entre 1,4 et 5,1 g/100 g (dont seulement un peu plus de 1 g de sucres simples). La quantité de fibres est également intéressante, et avec une teneur moyenne comprise entre 1,8 à 3,2 g, la rhubarbe est équivalente à la plupart des légumes. Cette plante possède par ailleurs un taux de calcium relativement élevé. En effet, 100 g crue apporte presque 130 mg de calcium¹, soit autant que 100 ml de lait de vache. Toutefois, la rhubarbe ne présente pas que des avantages. Son principal défaut réside dans sa forte teneur en acide oxalique. Cet acide organique a en effet tendance à se combiner avec le calcium, ce qui va empêcher l'absorption de ce dernier par l'organisme. De plus, l'acide oxalique est souvent responsable de la formation de calculs rénaux. Ainsi, si certains de vos convives présentent des problèmes de lithiase calcique (formation de masses minérales appelées « calculs »), ce qui peut être le cas chez les adultes et les personnes âgées, il vaut mieux éviter de leur proposer des préparations à base de rhubarbe, mais également à base d'épinards ou d'oseille.

¹ Table de composition nutritionnelle ciqual 2016



Le saviez-vous

La rhubarbe est souvent assimilée à un fruit en raison de son utilisation dans les préparations sucrées (tarte, confiture, compote). Pourtant, botaniquement cette dernière appartient à la même famille que l'oseille. En Europe, sa consommation remonte au 18^{ème} siècle et ce sont les anglais qui les premiers l'introduiront dans leur alimentation. Il faudra par contre attendre le 19^{ème} siècle pour voir cette plante rustique originaire d'Asie s'installer dans les cuisines et les jardins français.

Suggestions du chef

Astuces/Idees

Servez-vous de l'acidité de la rhubarbe pour réaliser une sauce crémée originale qui accompagnera vos poissons grillés.

Thèmes & Recettes

Le goût : Maquereaux grillés à la rhubarbe

Le Nord : Tarte à la vergeoise

Tableau nutritionnel

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	dont sucres	Matières grasses	Fibres	Industriels Marque
BRAKE	35695	31 kcal	0,6 %	5,1 %	1,1 %	0,1 %	1,8 g	Industriel NC Marque NC
DAVIGEL	1682352	31 kcal	0,6 %	5,1 %	1,1 %	0,1 %	1,8 g	DAVIGEL Terre et Mer
FRANCE FRAIS	11958	16 kcal	0,6 %	1,4 %	1,3 %	0,1 %	3,2 g	DIRAFROST Marque NC
PASSION FROID	12496	15 kcal	0,6 %	1,4 %	1,1 %	0,1 %	3,2 g	ARDO ET OERLEMANS Ardo et Oerlemans
RELAIS D'OR	936208	16 kcal	0,6 %	1,4 %	1,3 %	0,1 %	3,2 g	DIRAFROST Marque NC
TRANSFOURMET	292458	31 kcal	0,6 %	5,1 %	1,1 %	0,1 %	1,8 g	FRUITS ROUGES & CO. Legave

Comparaison des offres

	Référence	Etat Aspect	Type de rhubarbe et %	Mise en œuvre	Industriels Marque
BRAKE	35695	crue, coupée, morceaux : +/- 13 mm	rhubarbe rouge 100 %, <i>Rheum rhabarbarum</i> , variété : <i>Frambozen</i> ou <i>Timperley</i>	Avec décongélation en chambre froide réfrigérée, utiliser comme un produit frais	Industriel NC Marque NC
DAVIGEL	1682352	crue, coupée, morceaux : +/- 13 mm	rhubarbe rouge 100 %, <i>Rheum rhabarbarum</i> , variété : <i>Frambozen</i> ou <i>Timperley</i>	avec décongélation pour consommation crue, sans décongélation pour préparation cuite	DAVIGEL Terre et Mer
FRANCE FRAIS	11958	crue, coupée, morceaux : 11 à 13 mm	rhubarbe rouge 100 %, <i>Rheum rhabarbarum</i> , variété : NC	NC	DIRAFROST Marque NC
PASSION FROID	12496	blanchie, coupée, morceaux : 10 à 15 mm, < 25 mm	rhubarbe rouge 100 %, <i>Rheum rhabarbarum</i> , variété : NC	sans décongélation, plonger dans un sirop	ARDO ET OERLEMANS Ardo et Oerlemans
RELAIS D'OR	936208	crue, coupée, dimension des morceaux NC	rhubarbe rouge 100 %, <i>Rheum rhabarbarum</i> , variété : <i>Malinowa</i>	NC	DIRAFROST Marque NC
TRANSFOURMET	292458	crue, coupée, morceaux : +/- 13 mm	rhubarbe rouge 100 %, <i>Rheum rhabarbarum</i> , variété : NC	avec ou sans décongélation	FRUITS ROUGES & CO. Legave

	Référence	Origine matière première	Pays de transformation	DDM	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	35695	UE, Pays de l'Est	UE, Pays de l'Est	24 mois	surgelé, IQF, sachet 1 kg, 5 x 1 kg	Industriel NC Marque NC
DAVIGEL	1682352	Pologne	Belgique, Pologne	24 mois	surgelé, IQF, sachet 1 kg, 5 x 1 kg	DAVIGEL Terre et Mer
FRANCE FRAIS	11958	Pologne	Belgique	24 mois	surgelé, IQF, sachet 1 kg, 5 x 1 kg	DIRAFROST Marque NC
PASSION FROID	12496	Belgique, Pays-Bas, Pologne	Belgique, Pays-Bas, Pologne	24 mois	surgelé, IQF, sachet 1 kg, 5 x 1 kg	ARDO ET OERLEMANS Ardo et Oerlemans
RELAIS D'OR	936208	Pologne	Pologne	24 mois	surgelé, IQF, sachet 1 kg, 5 x 1 kg	DIRAFROST Marque NC
TRANSFOURMET	292458	Pologne	Pologne	24 mois	surgelé, IQF, sachet 1 kg, 5 x 1 kg	FRUITS ROUGES & CO. Legave

Références

- **La courgette** : Les fruits et légumes frais, InterfelFranceAgrimer
<https://www.lesfruitsetlegumesfrais.com/fruits-legumes/.../courgette/carte-identite>
- **Les spécialités niçoises** : les beignets de fleurs de courgettes
<http://www.nicerendezvous.com/200906073345/actu-n-1802.html>
- **La rhubarbe** : Les fruits et légumes frais, InterfelFranceAgrimer
<https://www.lesfruitsetlegumesfrais.com/fruits-legumes/.../courgette/carte-identite>
- **La lithiase calcique**
<http://www.urologues-saint-augustin.fr/pathologies/lithiase-calcul-renal/>

GEMRCN (Groupe d'étude des marchés de restauration collective et de nutrition), Recommandation relative à la nutrition, Juillet 2015.
Base de données AIDOMENU, Panel d'acheteurs de collectivités