

Potage de poireaux - pommes de terre

Potage de poireaux et pommes de terre, déshydraté, à cuire ou instantané, en sachet ou boîte de 0,75 à 1 kg.

Le potage de poireaux-pommes de terre est un incontournable de la cuisine de terroir. Il est généralement servi tel quel, parsemé de persil haché au moment du service.

La quantité totale des deux principaux légumes mis en œuvre (poireau et pomme de terre) au sein de nos offres n'est pas homogène puisqu'elle varie entre 15,3 et 28,5 %. Pour cinq d'entre elles, la teneur en pommes de terre est majoritaire (10 à 22 %) mais pour les deux restantes, ce sont les poireaux qui dominent (14,1 à 18 %). Parmi cinq offres, on remarque aussi la présence d'autres légumes tels que des jus de légumes concentrés, des oignons ou des épinards. Les propriétés organoleptiques des potages (goût, texture, couleur) seront donc assez variables. D'un point de vue nutritionnel, les valeurs sont plutôt homogènes, hormis pour la teneur en sel. En effet, cette dernière oscille entre 0,03 et 0,85 g pour 100 g de potage reconstitué. En dessous d'une certaine teneur en sel, les industriels peuvent inclure à la dénomination de vente des allégations nutritionnelles³.

C'est le cas pour trois de nos offres. Celle en contenant 0,2 g (ou 80 mg de sodium/100 ml) est définie comme « hyposodée » et entre dans la catégorie « pauvre en sodium ou en sel » (teneur < à 120 mg). La 2nde porte l'allégation « à teneur réduite en sodium » et avec ses 0,09 g de sel (ou 36 mg de sodium/100 ml), elle est considérée comme un produit « très pauvre en sodium ou en sel » (teneur < à 40 mg). Seule l'offre proposée « sans sel ajouté » ne répond pas tout à fait aux critères réglementaires car sa teneur en sodium est de 12 mg/100 ml alors qu'elle ne devrait pas dépasser 5 mg. Dans ce cas, l'indication correcte est : la teneur en sel est exclusivement due à la présence de sodium naturellement présent.

³ Les valeurs de référence indiquées pour les allégations nutritionnelles sont basées sur la teneur en sodium. La conversion pour obtenir la teneur en sodium par rapport à la quantité de sel est la suivante : sodium = sel/2,5.



Question d'un acheteur

L'un des potages poireaux-pommes de terre de la sélection est défini comme « instantané ». Quelle différence y a-t-il avec les autres offres ?

Comme on peut le constater par rapport à la mise en œuvre, ce dernier ne nécessite pas de cuisson mais juste un ajout d'eau bouillante. Les autres offres demandent quant à elles entre 5 à 10 minutes de cuisson.

Evolution de l'indice tarifaire 2012-2015

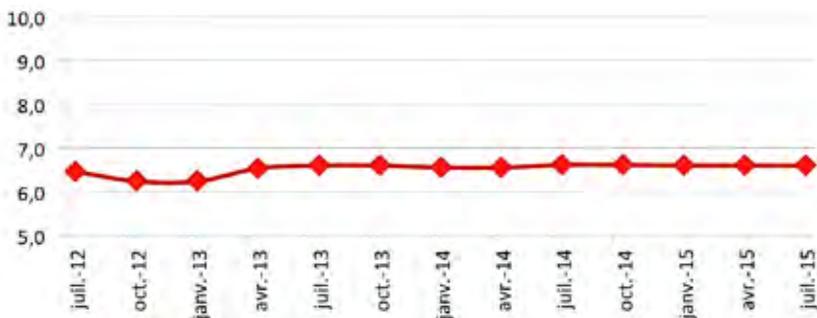


Tableau nutritionnel

| | Référence | Valeur énergétique | Protéines | Glucides | dont sucres | Matières grasses | Sel | Fibres | Industriels Marque |
|---------------|-----------|--------------------|-----------|----------|-------------|------------------|--------|---------|-------------------------------|
| COLIN RHD | 1196 | 21 kcal | 0,7 % | 3,8 % | 1,2 % | < 0,5 % | 0,09 g | < 0,5 g | COLIN RHD Côte Ouest |
| EPISAVEURS | 86790 | 25 kcal | < 0,5 % | 3,5 % | 0,7 % | 0,8 % | 0,85 g | < 0,5 g | UNILEVER FOOD SOLUTIONS Knorr |
| NECTARY'S | 35PG30 | 21 kcal | 0,5 % | 4,4 % | 0,5 % | 0,2 % | 0,03 g | 0,2 g | NECTARY'S D'lys |
| NEFF MADA | 5585 | 19 kcal | 0,6 % | 3,5 % | 0,5 % | 0,3 % | 0,80 g | 0,3 g | NEFF MADA Neff |
| PRO A PRO | 55706 | 19 kcal | 0,3 % | 3,7 % | 0,3 % | 0,3 % | 0,70 g | 0,3 g | SOMAPRO Dédicaces Culinaires |
| SADAC CYRANIE | Z199 | 28 kcal | < 0,5 % | 6,3 % | 0,6 % | < 0,5 % | 0,20 g | < 0,5 g | SADAC CYRANIE Cyranie |
| TRANSGOURMET | 961347 | 39 kcal | 0,5 % | 6,8 % | 0,7 % | 1,0 % | 0,80 g | 0,4 g | NESTLE PROFESSIONNEL Maggi |

valeurs données pour 100 ml de produit reconstitué

Suggestions du chef

ASTUCES / IDÉES

Pour une présentation plus rustique, servez-le agrémenté de chips de poitrine fumée et de quelques cerneaux de noix.

THÈMES & RECETTES

Le terroir : Parmentier au lard
L'automne : Soupe aux châtaignes

Comparaison des offres

| | Référence | Etat Aspect | Type de légume et % | Type de féculent et % | Autres ingrédients et % | Industriels Marque |
|---------------|-----------|--|---|---|--|-------------------------------|
| COLIN RHD | 1196 | déshydraté, à cuire, mélange homogène, hyposodé | poireau 18 % | pomme de terre 8 %, farine de blé 41 %, farine de riz 10 %, féculé de manioc 2 % | lactose 10,8 %, crème en poudre 2 %, huile de tournesol 3 % | COLIN RHD Côte Ouest |
| EPISAVEURS | 86790 | déshydraté, à cuire, mélange homogène | poireau 6,7 %, oignon % NC, jus de légumes concentré % NC | pomme de terre 20 %, farine de riz % NC, amidon modifié de maïs % NC, amidon de pomme de terre et pois % NC | lactose % NC, protéines de lait % NC, huile de maïs % NC, huile de palme % NC, sucre % NC | UNILEVER FOOD SOLUTIONS Knorr |
| NECTARY'S | 35PG30 | déshydraté, à cuire, mélange homogène, sans sel ajouté | poireau 5,3 % | pomme de terre 10 %, farine de blé % NC, amidon de maïs % NC, amidon de pomme de terre % NC | lait écrémé % NC, lactose % NC, protéines de lait % NC, huile de colza % NC, | NECTARY'S D'lys |
| NEFF MADA | 5585 | déshydraté, à cuire, mélange homogène, | poireau 9,9 %, oignon % NC | pomme de terre 12 %, farine de blé % NC, amidon de maïs % NC | lait écrémé % NC, lactose % NC, protéines de lait % NC, huile de colza % NC, | NEFF MADA Neff |
| PRO A PRO | 55706 | déshydraté, à cuire, mélange homogène | poireau 14,1 %, oignon 4,1 % | flocon de pomme de terre 11,5 %, féculé de pomme de terre 36 %, amidon de maïs modifié 0,3 % | huile de tournesol 2,1 %, huile de colza 1,6 %, maltodextrine 14 %, sirop de glucose 0,7 % | SOMAPRO Dédicaces Culinaires |
| SADAC CYRANIE | Z199 | déshydraté, instantané, mélange homogène, à teneur réduite en sodium | flocon de poireau 8 %, oignon 1 % | flocon de pomme de terre 20 %, féculé de pomme de terre 22 %, amidon de maïs 1,4 % | lactose et protéines de lait 1,7 %, huile de colza 0,5 %, maltodextrine de maïs 34 %, sirop de glucose de maïs 2,6 % | SADAC CYRANIE Cyranie |
| TRANSFOURMET | 961347 | déshydraté, à cuire, mélange homogène | poireau 6,5 %, épinard % NC | pomme de terre 22 %, farine de blé % NC, farine de riz % NC, féculé de pomme de terre % NC | lactose % NC, protéines de lait % NC, huile de tournesol % NC, huile de palme % NC, maltodextrine % NC, sucre % NC | NESTLE PROFESSIONNEL Maggi |

| | Référence | Arômes et Epices Additifs et Agents de texture | Mode d'emploi | Dosage | DDM | DDM après ouverture | Présentation Calibre Conditionnement | Industriels Marque |
|---------------|-----------|--|---|------------------------|---------|---------------------|---|-------------------------------|
| COLIN RHD | 1196 | arômes naturels, plantes aromatiques, épices, acidifiant, antioxydant, conservateur, émulsifiant, épaississant, extrait de levure, stabilisant | délayer dans un peu d'eau froide, verser dans l'eau bouillante restante, porter à ébullition, cuire à feu doux | 65 g/l, 812 g = 12,5 l | 24 mois | NC | boîte PP, 812 g, refermable, 6 x 812 g | COLIN RHD Côte Ouest |
| EPISAVEURS | 86790 | arôme, ail, poivre, curcuma, extrait de levure | délayer dans l'eau bouillante, cuire à feu doux 5 min | 65 g/l, 815 g = 12,5 l | 4 mois | NC | boîte, 815 g, refermable, 6 x 815 g | UNILEVER FOOD SOLUTIONS Knorr |
| NECTARY'S | 35PG30 | arômes naturels, épices, ail, exhausteur de goût | délayer dans un 1/5 d'eau froide, verser dans l'eau bouillante restante, porter à ébullition, cuire à feu doux 10 min | 64 g/l, 800 g = 12,5 l | 18 mois | 18 mois | sachet PET, 800 g, non refermable, 10 x 800 g | NECTARY'S D'lys |
| NEFF MADA | 5585 | arômes naturels, épices, ail | délayer dans un 1/5 d'eau froide, verser dans l'eau bouillante restante, porter à ébullition, cuire à feu doux 10 min | 64 g/l, 800 g = 12,5 l | 18 mois | 3 mois | sachet complexe, 800 g, non refermable, 10 x 800 g | NEFF MADA Neff |
| PRO A PRO | 55706 | poivre blanc, curcuma, émulsifiant, extrait de levure | délayer dans l'eau bouillante, cuire à feu doux 5 min | 60 g/l, 750 g = 12,5 l | 18 mois | 3 mois | boîte PP, 750 g, refermable, 6 x 750 g | SOMAPRO Dédicaces Culinaires |
| SADAC CYRANIE | Z199 | persil, acidifiant, exhausteur de goût, extrait de levure, stabilisant | délayer dans l'eau bouillante, réserver | 95 g/l, 950 g = 10 l | 24 mois | NC | sachet doypack, 950 g, refermable par zip, conditionnement NC | SADAC CYRANIE Cyranie |
| TRANSFOURMET | 961347 | arômes, épices, persil, acidifiant, émulsifiant, épaississant, extrait de levure | délayer dans l'eau bouillante ou froide, cuire à feu doux 5 min | 100 g/l, 1000 g = 10 l | 12 mois | NC | boîte PP, 1000 g, couvercle refermable, 6 x 1000 g | NESTLE PROFESSIONNEL Maggi |

Depuis le mois de juillet, il est important de prendre en compte une modification concernant les portions recommandées par le GEMRCN pour les potages à base de légumes destinés aux personnes âgées en institution⁴. En effet, la quantité préconisée passe de 165 ml

à 250 ml, que ce soit pour le déjeuner ou le dîner. Pour les autres catégories de populations, les grammages restent les mêmes, à savoir : 125 ml pour les maternelles, 165 ml pour les primaires et 250 ml pour les adolescents, adultes et repas portés à domicile. A noter toutefois que

l'ensemble des grammages pour les repas portés, qui étaient jusqu'alors les mêmes que pour la catégorie « adolescents et adultes », sont maintenant ceux recommandés pour les personnes âgées.

⁴ Recommandations nutritionnelles pour les personnes âgées, version 1.0 juillet 2015.