



Manger Bio Local, c'est l'idéal ! En restauration collective

ÉDITION 2024

**Bio ou local ? Les produits bio sont aussi locaux.
Ne choisissez pas entre l'un ou l'autre !**



BIO
en NORMANDIE

Bio en Normandie agit, dans l'intérêt général, pour le développement de l'agriculture biologique et d'une alimentation saine, locale, équilibrée et respectueuse de l'environnement.

CONTACTS

Marie THOMASSIN
(Eure, Seine-Maritime)

T. 06 51 29 94 85
mthomassin@bio-normandie.org

Gladys LEGALLOIS
(Calvados, Manche, Orne)

T. 06 02 37 56 62
glegallois@bio-normandie.org

Avec le soutien de :



Du 23 au 27 septembre dans toute la Normandie

Une semaine (ou une journée) pour mettre en valeur les produits bio locaux dans votre établissement : préparez des recettes à base de produits bio locaux, sensibilisez votre équipe et vos convives, communiquez... Bio en Normandie vous soutient dans la préparation de votre événement !

Voir page suivante →

6 BONNES RAISONS DE PARTICIPER :



Proposer un événement festif le mois de la rentrée scolaire



Communiquer sur vos engagements et sur les actions mises en place au sein de votre établissement



Valoriser le travail et les savoir-faire de vos équipes



Mettre en évidence la **relocalisation de vos approvisionnements bio** et les liens avec les producteurs



Sensibiliser sur les enjeux d'une agriculture saine, savoureuse et respectueuse de la nature



Découvrir de nouveaux producteurs et approfondir votre **sourcing local**

Inscrivez-vous avant le 12 juillet sur :

www.mangerbioetlocalnormandie.fr/participer/en-resto-co/

BIO EN NORMANDIE VOUS SOUTIENT DANS LA PRÉPARATION DE VOTRE ÉVÈNEMENT



UNE SUGGESTION DE **MENU BIO LOCAL**

→ À retrouver sur la page suivante



DES **CONTACTS DE FOURNISSEURS DE PRODUITS BIO LOCAUX**

→ Mise en relation personnalisée, selon vos besoins

Partenaires de la campagne :



Normandie · Inter Bio Normandie Services SCIC

Coopérative de producteurs biologiques normands
au service de la restauration collective

Armelle MARIE

mangerbioennormandie.services@gmail.com

02 31 69 89 56 | 07 66 02 78 49

Commander en ligne : www.mangerbioennormandie.fr



« **Des produits diversifiés
issus de nos fermes
BIO NORMANDES ET DE
LA PLATEFORME Biocoop
Restauration, en une seule
FACTURE** »



UN **KIT DE COMMUNICATION** CONTENANT DES **AFFICHES**.

→ Exemples :



UNE **ANIMATION SUR SITE** PAR UN **PRODUCTEUR/ARTISAN BIO**
OU UNE **CONSEILLÈRE DE BIO EN NORMANDIE**

(selon les disponibilités)

→ C'est l'occasion d'inviter les **producteur-riche-s** qui fournissent déjà votre établissement !



LA **VALORISATION DE VOTRE ÉVÈNEMENT** AUPRÈS DE LA PRESSE
(RÉGIONALE ET LOCALE)



Les paysans BIO LOCAUX se mobilisent !

Les fermes bio locales s'impliquent pour vous proposer leurs produits de saison et venir à la rencontre de vos convives ! Les fermes bio ouvrent également leurs portes au grand public lors de cet évènement ; retrouvez le programme des animations sur le site internet :

www.mangerbioetlocalnormandie.fr

Inscrivez-vous avant le **12 JUILLET** sur :

WWW.MANGERBIOETLOCALNORMANDIE.FR/PARTICIPER/EN-RESTO-CO/



Le menu « Bio Local et de Saison »

ÉQUILIBRÉ, DE SAISON, BIO, LOCAL ET... GOURMAND !

▪ Entrée :

MUFFIN CAROTTE & CHÈVRE

▪ Plat :

(ALTERNATIF ! ÉQUILIBRÉ avec ou sans viande)

MOELLEUX DE VOLAILLE, DAHL DE LENTILLES, ÉCRASÉ DE POMMES DE TERRE & DE POTIMARRON

▪ Dessert :

GOURMAND POMME & CARAMEL BEURRE SALÉ

PENSEZ AU PAIN BIO LOCAL :

Les boulangers bio locaux favorisent en général la diversité des farines et utilisent des farines semi-complètes ou complètes, plus riches en fibres et en minéraux ! Le pain semi-complet ou complet fait partie des apports intéressants d'un menu équilibré.



**Sébastien GACHELIN, chef au
collège Molière de L'Aigle (61)
vous propose son menu
« Bio Local et de Saison »**

Ce menu a été élaboré par le chef cuisinier Sébastien GACHELIN, du collège Jean Molière (61), et vérifié par Delphine BEAUCÉ, diététicienne-nutritionniste de la SCIC Nourrir l'Avenir. L'équilibre alimentaire est assuré.

**QUANTITÉS ADAPTÉES POUR DES COLLÉGIENS.
N'HÉSITEZ PAS À ADAPTER SELON VOTRE PUBLIC !**



MUFFIN CAROTTE & CHÈVRE

Pour 100 convives

INGRÉDIENTS & QUANTITÉS

- Fromage de chèvre bio en bûche : 2,5 kg
- Carottes râpées bio : 1 kg
- Farine bio T80 : 4 kg
- Levure : 0,200 kg
- Oeufs bio : 40
- Laitue bio
- Huile de tournesol ou de colza bio : 1,620 kg
- Lait 1/2 écrémé bio : 2,150 l
- Sel, poivre, paprika, basilic (*quantité suffisante*)

1. Couper le fromage en cube.
2. Mélanger l'ensemble des ingrédients, puis mettre dans les moules beurrés et farinés.
3. Préchauffer le four à 170° puis cuire 20 min.
4. Dresser sur une assiette et accompagner de quelques feuilles de salade.

MOELLEUX DE VOLAILLE, DAHL DE LENTILLES, ÉCRASÉ DE POMMES DE TERRE & DE POTIMARRON

Pour 100 convives

INGRÉDIENTS (MOELLEUX DE VOLAILLE)

- Filet de poulet : 40 pièces
- Huile d'olive (*quantité suffisante*)
- Sel, poivre (*quantité suffisante*)

INGRÉDIENTS (DAHL DE LENTILLES CORAIL)

- Lentilles corail : 2 kg
- Oignons : 10
- Gousses d'ail : 5
- Tomates concassées : 2 kg
- Crème liquide : 300 cl
- Bouillon de légumes : 200 cl
- Sel, poivre, curry (*quantité suffisante*)

INGRÉDIENTS (ÉCRASÉ DE POMMES DE TERRE & POTIMARRON)

- Pommes de terre : 0,700 kg
- Potimarron : 0,700 kg
- Lait 1/2 écrémé : 0,500 l
- Beurre : 0,150 kg
- Sel, poivre, muscade moulue (*quantité suffisante*)



1. Assaisonner les filets de poulet et cuire pendant 1h à 85°C.
2. Éplucher et laver les pommes de terre et le potimarron puis les tailler, mettre en cuisson.
3. Réaliser l'écrasé, puis réserver.
4. Préparer le **Dahl**.
5. Dresser sur une assiette.



Préparer le Dahl :

1. Mettre les lentilles à tremper environ 1h, puis rincer.
2. Porter à ébullition le bouillon de légumes, le concassé de tomates et la crème liquide.
3. Ajouter les oignons ciselés et l'ail haché. Ajouter les lentilles corail ensuite. Laisser mijoter 20 min, puis dresser.



Gourmand pomme & caramel beurre salé

Pour 100 convives

Ingrédients (Biscuit sablé)

- Farine bio T80 : 0,8 kg
- Sucre en poudre bio (*non raffiné si possible*) : 0,160 kg
- Beurre doux bio : 0,400 kg
- Oeufs bio : 3
- Graines de lin bio : 0,130 kg
- Sel fin (*quantité suffisante*)

Ingrédients (Compote de pommes)

- Pommes bio : 10 kg
- Sucre bio : 0,035 kg

Ingrédients (Crème chantilly)

- Crème liquide 35 % : 5 l
- Sucre glace : 0,500 kg

Ingrédients (Caramel beurre salé)

- Sucre bio : 1 kg
- Beurre 1/2 sel bio : 0,400 kg
- Crème liquide : 2 l

1. Préparer le biscuit.

- Réaliser un sablage avec la farine, le sucre, le sel, les graines de lin et le beurre. Ajouter les œufs.
- Laisser reposer au frais, puis tailler des disques et cuire environ 10 min à 180°C.
- Laisser refroidir.

2. Laver et éplucher les pommes, puis réaliser la compote, réserver au frais.

3. Réaliser le caramel beurre salé.

4. Préparer la chantilly, réserver également.

5. Dresser sur une assiette.

Pain semi-complet

Pour 100 convives : 7 kg

