



MANGER BIO & LOCAL LABELS ET TERROIR



LES RECETTES DE NOS CHEFS

Sélection de plats proposés
aux collégiens des Pyrénées-Atlantiques



Sommaire

ANGLET - Collège Endarra	4
Pain de campagne au fromage frais de vache	
BAYONNE - Collège Marracq	8
Dos de merlu de la criée façon crumble	
Compote de butternut bio à l'orange et sa tuile	
BILLÈRE - Collège du Bois d'Amour	14
Verrine tomates, calamar, houmous	
Eclair aux fruits et cappuccino	
MAULÉON SOULE - Collège Argia	20
Filet de truite à la souletine	
MONEIN - Collège Jean Sarrailh	24
Quiche sans pâte	
Œuf cocotte	
Tajine d'agneau aux fruits secs	
Fruits pâtissiers	
NAY - Cité scolaire Henri IV	34
Sauté de dinde façon pot-au-feu	
Le citron en tarte	
ST-PIERRE-D'IRUBE - Collège Aturri	40
Blanquette de merlu à l'indienne	
Pain perdu sauce abricotine à l'orange	

Le bon goût en partage

Les produits de qualité issus de circuits courts sont plus que jamais au cœur de l'actualité. Ils sont, si l'on ose dire, dans toutes les bouches et nous sommes de plus en plus nombreux à les plébisciter. Les productions locales labellisées garantissent le goût et la santé comme elles maintiennent des emplois, ici, tout en respectant au maximum l'environnement. Le Département les défend depuis plus de 10 ans avec le dispositif Manger bio&local, labels et terroir qui lui a permis d'inscrire l'exigence alimentaire au menu de tous ses services de restauration des collèges. Cet appétit s'étend aujourd'hui aux écoles primaires, aux crèches, aux Ehpad, aux établissements spécialisés. Le succès va continuer à s'élargir.

Les recettes proposées dans ce livret ont été essentiellement élaborées à partir de produits locaux. Elles témoignent du savoir-faire et de la créativité des cuisiniers et responsables de restauration collective des collèges. Elles racontent la passion de ces femmes et de ces hommes qui ont choisi de donner chaque jour les meilleurs plats aux collégiens des Pyrénées-Atlantiques. Elles disent combien il est possible de sublimer viandes et poissons, fruits et légumes de saison. Elles permettent à chacun de se faire plaisir en mangeant.

Jean-Jacques Lasserre
Président du Conseil départemental
des Pyrénées-Atlantiques

Merci aux responsables de restauration et aux cuisiniers qui ont participé à cette aventure culinaire.



FRANCIS BONNET



Cuisinier au collège d'Anglet
depuis 2012

Pourquoi faire compliqué quand on peut faire simple ? Si Francis Bonnet avait une devise, ça serait celle-là. Ce cuisinier du collège d'Anglet aime les plats qui vont droit au goût, ceux qui sont sans artifice mais qui subliment le produit. Si Francis a proposé cette recette de tartine, *« c'est parce qu'elle est facile, goûteuse et qu'elle se décline selon les envies »*.

Faire maison, c'est selon lui la base de la bonne cuisine. Alors quoi de plus normal pour ce passionné des saveurs que de réaliser lui-même ses conserves de légumes, pâtés, confits et confitures aux prunes du jardin. Aidé par sa femme, ils prennent beaucoup de plaisir à cuisiner et surtout déguster leurs préparations. *« Tout au long de l'année, peu importe la période, on peut manger nos produits. Je regrette que ce genre de pratiques se perdent »*.

Francis est un rêveur. Son inspiration, il la trouve lorsqu'il se promène ou sur une photo ou au détour d'une rue. *« Mes idées viennent aussi en fonction des rencontres, des saisons »*.

Son épice favorite n'est autre que la noix de muscade car *« elle se marie avec beaucoup d'ingrédients et parfume les plats »*. Il l'aime dans les préparations sucrées comme salées, avec de la pomme, de la purée...



ANGLET

Collège Endarra
644 élèves
640 repas servis





Pain de campagne au fromage frais de vache



Recette proposée par Francis Bonnet

Temps de préparation :

10 minutes

Cuisson :

8 minutes

Très facile

Pour 4 personnes :

200 g de fromage frais

4 tranches de pain de campagne

20 g de fromage de brebis râpé

1 cl d'huile olive bio

Persil haché bio

Ail frais haché bio

Un peu de cumin

Poivre et sel

Préchauffer votre four à 160 degrés.

- ▶ Mélanger le fromage frais avec la crème, le persil, les épices, ainsi que l'ail.
- ▶ Tailler le jambon de Bayonne en julienne.
- ▶ Tartiner le pain avec la préparation au fromage.
- ▶ Parsemer de jambon de Bayonne.
- ▶ Saupoudrer de fromage râpé.
- ▶ Assaisonner et enfourner pendant 8 minutes.
- ▶ Déguster !

ASTUCE

Variez le fromage,
les herbes aromatiques,
la viande et le pain
selon vos goûts.





MICHEL APARICIO



**Responsable de restauration
au collège de Marracq depuis 2011**

« *Le résultat, c'est la satisfaction des enfants* ». Le message de Michel Aparicio, responsable de restauration du collège de Bayonne, est clair. S'il fait ce métier, c'est sans jamais perdre de vue son objectif ultime : le retour des assiettes vides. Tout ce qu'il prépare doit plaire à ses convives, comme il les appelle, il aime connaître leurs avis et savoir si sa cuisine est savoureuse.

Les recettes du chef, tout comme sa vision de la restauration scolaire, sont modernes. Il s'amuse des contrastes et n'hésite pas à surprendre avec son crumble salé et sa compote de légumes. Si Michel a fait évoluer sa cuisine pour son plaisir, c'est aussi pour les collégiens. Désireux de leur faire découvrir la gastronomie, il leur a mis à disposition un salade-bar et a pour projet d'installer un buffet à smoothies.

Tout ce qu'il réalise, Michel sait qu'il le doit à son équipe et à la direction. « *J'ai de la chance d'avoir des personnes derrière moi et qui me donnent les moyens* ». La contrainte du budget n'en est pas une. Il arrive à proposer tous les midis quatre entrées, trois plats principaux et quatre desserts. « *On équilibre, les jours où on explose le budget, on adapte le lendemain. Mais il faut toujours varier les recettes, se diversifier* ».

Pour ça, Michel a son astuce : être anti-gaspi. Il fabrique son propre fumet avec des têtes et des arrêtes de poissons et prépare ses soupes en choisissant les légumes les moins nobles. Cette combine lui permet d'économiser mais aussi de continuer à faire maison. « *On se démarque ainsi car les plats restent frais et bons en toutes circonstances* ».



BAYONNE

Collège Marracq
761 élèves
700 repas servis





Dos de merlu de la criée façon crumble aux couleurs ibériques

Temps de préparation :

50 minutes

Cuisson :

Environ 1h

Recette proposée par Michel Aparicio

Pour 4 personnes :

4 dos de merlu local (environ 140 g chacun)

80 g de chorizo

40 g beurre doux

40 g parmesan râpé

60 g chapelure de pain

1 oignon jaune

200 g poivrons jaunes bio

10 cl de bouillon de légumes

1 tomate

Huile d'olive

Piment d'Espelette

1 gousse d'ail

Sel

- ▶ Pour le crumble, peler et couper en petits dés le chorizo ou le mixer grossièrement. Le mélanger avec le beurre ramolli, le parmesan râpé et la chapelure puis réserver au frais.
 - ▶ Pour le coulis de poivrons jaunes bio, éplucher et émincer l'oignon et l'ail. Laver et enlever les pépins des poivrons puis les tailler en cubes. Faire pareil pour la tomate.
 - ▶ Dans une marmite, verser l'huile d'olive, suer sans coloration les oignons, les cubes de poivrons, ajouter la tomate puis mouiller avec le bouillon de légumes. Laisser mijoter suffisamment pour cuire les légumes et obtenir un coulis d'une consistance plus ou moins épaisse. Mixer et rectifier l'assaisonnement. Réserver le coulis au chaud.
- Préchauffer le four à 200°C.**
- ▶ Dans un plat à gratin, verser un filet d'huile d'olive, disposer les pavés de poisson, assaisonner légèrement et recouvrir avec le crumble. Enfourner 5 à 10 minutes selon l'épaisseur du poisson.
 - ▶ Pour le dressage, napper une assiette avec le coulis de poivrons, déposer le poisson cuit par-dessus et décorer avec du citron et de la ciboulette. Servir aussitôt avec en garniture du riz pilaf et un bouquet de légumes.

ASTUCE

Pour ce plat et selon la saison, prenez du cabillaud, du merlan ou du lieu. Et pour plus de gourmandise, vous pouvez mouiller le coulis de poivrons avec du fumet de poisson et crémier légèrement.





Compote de butternut bio à l'orange et sa tuile aux amandes express

Recette proposée par Michel Aparicio

Temps de préparation :

50 minutes

Cuisson :

30 à 35 minutes

Pour 4 personnes :

Pour la compote

250 cl de jus d'orange

600 g de butternut

50 g de sucre semoule

1 c à café d'extrait de vanille

Le zeste d'une demi-orange

6 feuilles de menthe

Pour la tuile (8 pièces)

1 blanc d'œuf

20 g de sucre semoule

1 pincée de gros sel

20 g de beurre fondu

20 g de farine

Le zeste d'une demi-orange

15 g d'amandes effilées

- ▶ Peler le butternut, le tailler en deux, enlever les pépins et le couper en cubes. Dans une marmite déposer le butternut, mouiller avec le jus d'orange puis ajouter le sucre semoule et l'extrait de vanille. Cuire lentement à couvert pendant une dizaine de minutes.
- ▶ Ajouter les zestes d'oranges et terminer la cuisson à découvert en mélangeant régulièrement pour obtenir une consistance plus ou moins épaisse. En fin de cuisson mixer et réserver au frais.

Préchauffer le four à 200°C.

- ▶ Clarifier les œufs et ne garder que les blancs. Réserver les jaunes au frigo pour une autre préparation. Dans un cul de poule, mettre les blancs d'œufs, le sucre semoule, le gros sel, le beurre fondu et les zestes d'orange hachés finement. Battre énergiquement ce mélange avec un fouet puis ajouter la farine et bien mélanger.
- ▶ Sur une plaque à pâtisserie, déposer une feuille de papier cuisson. Avec une cuillère à soupe, faire des disques de 7/8 cm de diamètre finement étalés et déposer les amandes effilées par-dessus. Cuire les tuiles pendant 5 à 10 minutes. Les sortir du four quand le bord des tuiles est doré.
- ▶ Pour leur donner une forme arrondie, les déposer sur un rouleau à pâtisserie et laisser refroidir. Les réserver dans un milieu sec afin de garder le croustillant.
- ▶ Dresser la compote dans un verre à pied, décorer avec les feuilles de menthe fraîche et un fruit rouge (framboise ou cassis) et accompagner de tuiles aux amandes.

ASTUCE

Pour les tuiles, remplacez les amandes par des noisettes, pistaches, fruits confits ou raisins secs





PHILIPPE MIREMONT



**Responsable de restauration
au collège de Billère depuis 2007**

Entre les feux et les fours de la cuisine du collège Bois d'Amour se cache Philippe Miremont, un chef de caractère, rempli d'énergie. Avec le reste de sa brigade, il innove, teste et revisite des recettes. Le chef aime être entouré car, selon lui, « *créer seul est compliqué, on va plus loin quand on est soutenu et accompagné* ».

La gastronomie, c'est une affaire de famille. Sa tante était cuisinière, sa mère pâtissière et son beau-frère n'est autre que le chef doublement étoilé du palace Georges V à Paris. Est-ce pour cela que Philippe vise toujours plus haut ? En pâtisserie, il aime s'inspirer des plus grands comme Pierre Hermé ou Christophe Michalak... « *Je suis un véritable faussaire !* ». Sa recette d'éclair, il la tient d'un Meilleur Ouvrier de France. Philippe ne souhaite pas égaler n'importe qui.

Curieux de tout et très intéressé par l'évolution de son métier, Philippe achète de nombreux livres et s'informe des nouveautés. « *La cuisine du monde, de laboratoire... J'y suis ouvert tant qu'il y a du goût* ». Et pour être certain de servir de bonnes choses, Philippe va au contact des producteurs. Le chef aime savoir d'où viennent ses produits et qui les a cultivés. Cette proximité avec la nature, il l'a retranscrite chez lui car, depuis un an, il a son propre jardin potager. « *J'y cultive mes légumes et mes herbes aromatiques* ».

Il y a peu de temps, il confie avoir voulu ouvrir un food truck (ndlr : camion ambulant dans lequel on achète à manger). « *J'avais envie de servir une cuisine simple, de terroir et facile à emporter* ». En 1991, pour fêter le bicentenaire de Mozart, il a réalisé une pièce artistique culinaire en forme de piano en nougatine, le tout surmonté de petits fours. Le chef étonne et réserve des surprises.



BILLÈRE

Collège du Bois d'Amour

653 élèves

600 repas servis





Verrine tomates, calamar, houmous

Recette proposée par Philippe Miremont

Temps de préparation :

30 minutes

Cuisson :

8 minutes

Très facile

Pour 10 verrines :

Couche houmous :

500 g de pois chiche

125 g de yaourt nature (1 unité)

2 gousses d'ail

1 citron pour le jus

2 cuillères à soupe de pâte de sésame (sésame broyé avec de l'huile végétale)

10 cl d'huile olive

Piment d'Espelette, sel et poivre : pour assaisonner

- ▶ Passer les pois chiches au moulin à légumes et mixer la purée obtenue avec un yaourt, l'huile d'olive, une pointe de piment d'Espelette, sel et poivre, jus de citron et la pâte de sésame.
- ▶ Détendre la préparation avec un peu d'eau.
- ▶ Si besoin passer au tamis.
- ▶ Répartir l'houmous dans les verrines.

Couche tomates :

3 tomates

10 feuilles de menthe :

½ citron

1 cuillère à soupe d'huile d'olive

1 cuillère à café de vinaigre balsamique

une pointe de cumin pour assaisonner

- ▶ Plonger les tomates 10 secondes dans de l'eau bouillante. Les rafraîchir, les peler et les couper en dés.
- ▶ Ajouter la menthe ciselée, le jus de citron, le cumin et le vinaigre balsamique.
- ▶ Répartir dans les verrines.

Beignets de calamar :

500 g d'anneaux de calamar

3 anchois

2 œufs

100 g de farine

20 cl de lait

- ▶ Pour la pâte à beignet : casser les œufs en séparant les blancs des jaunes. Batre les jaunes avec le lait et l'anchois mixé. Ajouter la farine.
- ▶ Monter les blancs en neige et les incorporer à la préparation.
- ▶ Faire chauffer l'huile de friture à 160°C. Tremper les anneaux de calamar dans la pâte à beignet et les faire frire.
- ▶ Les égoutter sur du papier absorbant. Saler. Les disposer sur la verrine.





Eclair aux fruits

Recette proposée par Philippe Miremont

Temps de préparation :

40 minutes

Cuisson :

45 minutes

Pour 30 éclairs :

125 g de beurre

65 g de cassonade

160 g de farine

Pâte à choux

375 cl d'eau

125 cl de lait

5 g de sel

15 g de sucre

200 g de beurre

300 g de farine T55

10 œufs

Crème Mousseline

1 l de lait

4 jaunes d'œuf

250 g de beurre

80 g de Maïzena

25 cl de crème liquide

2 feuilles de gélatine

2 cuillères à soupe d'extrait de fruits

Gelée de fruits

500 g de pulpe de fruits de saison

40 cl d'eau

80 g de sucre

2 feuilles de gélatine

Craquelin :

- ▶ Ramollir le beurre.
- ▶ Ajouter la cassonade, puis la farine à la feuille au batteur. Mélanger jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.
- ▶ Baisser la pâte à 2 mm entre 2 feuilles de papier cuisson, puis détailler des rectangles de 3 x 14 cm.
- ▶ Réserver au frais.

Pâte à choux :

- ▶ Porter à ébullition dans une casserole, l'eau, le lait, le sel, le sucre et le beurre.
- ▶ Tamiser la farine.
- ▶ A ébullition, retirer la casserole du feu et incorporer la farine tout en remuant.
- ▶ Remettre sur feu doux le mélange jusqu'à ce que la pâte n'adhère plus aux parois.
- ▶ Vider dans la cuve du batteur avec la feuille. Ajouter les œufs un à un jusqu'à obtenir la consistance voulue.
- ▶ Dresser la pâte à choux en forme d'éclair à la poche à douille.
- ▶ Disposer un rectangle de craquelin sur chaque éclair.
- ▶ Cuire à 160°C pendant 45 mn.

Crème Mousseline :

- ▶ Dans une casserole, chauffer le lait.
- ▶ Dans un récipient, blanchir les jaunes avec le sucre, puis la Maïzena.
- ▶ Verser le lait bouillant sur les œufs et porter à ébullition 2 mn.
- ▶ Ajouter la crème, la gélatine et l'extrait de fruit de saison. Monter au beurre. Mettre à refroidir sur une plaque inox et recouvrir de film alimentaire.
- ▶ Passer au congélateur 15 mn. Stocker au frais.

Gelée de fruits :

- ▶ Dans une casserole, chauffer l'eau avec la pulpe de fruit, le sucre et les feuilles de gélatine.
- ▶ Débarrasser dans un plat rectangulaire. Stocker au frais.

Montage :

- ▶ Couper les éclairs dans le sens de la longueur.
- ▶ Déposer un rectangle de gelée, puis réaliser des boules de crème mousseline au fruit à l'aide d'une poche à douille.
- ▶ Disposer le dessus des éclairs sur la mousseline.
- ▶ Saupoudrer légèrement le craquelin de sucre neige décor.





PHILIPPE ORREINDY



**Responsable de restauration
au collège de Mauléon depuis 2007**

L'école, ce n'était pas la tasse de thé de Philippe Orreindy, responsable de restauration du collège de Mauléon. Alors, à 17 ans, il s'est dirigé vers la cuisine. « *Il fallait que je travaille, que je gagne ma vie, j'ai pensé par hasard à ce domaine* ». Facilement, il valide son CAP Cuisine et enchaîne les remplacements dans les collèges, les lycées... Il devient second de cuisine mais cela ne lui suffit pas. Philippe aspire à plus. Alors quand il apprend que le collège de Mauléon cherche un responsable de restauration, avec ses 30 ans d'ancienneté, il s'empresse de candidater et décroche le poste. « *J'avais besoin de choisir les recettes, d'appliquer mes idées. Je savais que j'avais les capacités* ». Epanoui au travail, il gagne en confiance de jour en jour, ce qui l'encourage à oser des nouveautés.

Malgré tout, même si Philippe se sent bien dans la peau de chef, il sait que son métier implique de grandes responsabilités. « *Il est parfois difficile de cuisiner pour les jeunes, c'est un public exigeant* ».

Alors, pour faire plaisir aux collégiens sans se tromper, Philippe va droit à la simplicité. « *Je propose beaucoup de plats faits maison avec du goût et des produits locaux tout en respectant l'équilibre des menus* ».



MAULÉON

Collège Argia

282 élèves

280 repas servis





Filet de truite à la souletine

accompagné de sa poêlée de pommes de terre

Recette proposée par Philippe Orreindy

Temps de préparation :

20 minutes

Cuisson :

Environ 7 à 8 minutes

Facile

Pour 4 personnes :

4 filets de truite
 4 cl d'huile d'olive
 60 g de jambon de Bayonne
 40 g de fromage de brebis
 2 tomates
 Chapelure
 Ail
 Persil
 Herbes de Provence
 Sel, piment d'Espelette

Pour la garniture

1,2 kg de pommes de terre
 80 g de poivrons rouges et verts
 120 g d'oignons
 Ail
 Persil
 Huile d'olive
 Sel, poivre



- ▶ Mettre de l'huile d'olive au fond de la plaque.
- ▶ Disposer les filets de truites à plat.
- ▶ Verser un filet d'huile d'olive sur chaque filet de truite.
- ▶ Ajouter le sel, piment Espelette et herbes de Provence.
- ▶ Recouvrir de lanières de jambon de Bayonne.
- ▶ Parsemer de fromage de brebis rapé.
- ▶ Disposer une rondelle de tomate à la provençale* sur chaque filet.
- ▶ Mettre au four à 180° pendant 7 à 8 minutes.
- ▶ Accompagner d'une poêlée de pommes de terre aux poivrons.

* chapelure ail persil





NATACHA SARTHOULET



**Responsable de restauration
au collège de Monein depuis 2011**

C'est sans hésiter que Natacha Sarthoulet qualifie sa cuisine d'inattendue. La responsable de restauration du collège de Monein n'en a que faire des recettes classiques, préférant ce qui sort de l'ordinaire. « *Parfois mes fournisseurs me prennent pour une « toquée », il est vrai que j'ai des demandes surprenantes* ». Les légumes oubliés, qu'elle s'amuse à servir aux collégiens, illustrent parfaitement ce goût pour l'insoupçonné.

Difficile alors pour la cheffe de suivre une recette à la lettre. « *C'est possible mais toujours en y ajoutant ma touche personnelle* ». Ce qu'aime Natacha, c'est y aller au feeling. En cuisine, elle suit son instinct, quitte à ce qu'il lui joue parfois des tours. « *Une fois, j'ai voulu parsemer de piment d'Espelette, la totalité de l'épice est tombée dans la préparation, j'ai dû en enlever à la louche* ».

Le visuel ? Natacha y accorde une grande importance. Quand elle sert ses plats, elle aime les rendre attrayants pour que les enfants aient envie d'y goûter. « *Je suis très tatillonne sur l'apparence des assiettes, leur mise en scène doit être parfaite* ». Est-ce pour cela qu'elle arrive à leur faire manger des brocolis et autres légumes verts ? « *Tous les jours ils m'étonnent, ils en redemandent quand il y a du chou-fleur !* ».

Cette perfectionniste aime varier les plats et propose même des recettes tout droit venues de la junk food. « *Les élèves étaient contents le jour où je leur ai servi des hamburgers maison* ». Même si leur préparation nécessite du temps et de la patience, Natacha ne perd jamais de vue sa principale mission qui est de leur faire plaisir.



MONEIN

Collège Jean Sarrailh
370 élèves
360 repas servis





Quiche sans pâte

Recette proposée par Natacha Sarthoulet

Temps de préparation :

10 minutes

Cuisson :

30 minutes

Très facile

Pour 4 personnes :

3 œufs

100 g de farine

160 g de dés de jambon

ou 160 g de lardons salés

150 g de fromage râpé

½ l de lait cru entier ou demi-écrémé

Sel, poivre

- ▶ Mélanger œufs, farine, lait, jambon et fromage râpé ; assaisonner.
- ▶ Si vous utilisez des lardons, les faire blanchir, rafraîchir et sauter à la poêle et les mélanger à la préparation à la place du jambon.

Préchauffer le four à 180° C (thermostat 6).

- ▶ Chemiser un moule à manqué, y mettre la préparation et faire cuire à 180° pendant 30 minutes voire plus.
- ▶ Planter une lame de couteau au centre, s'il ressort propre, c'est cuit !

ASTUCE

Pour une présentation originale vous pouvez découper votre quiche à l'aide d'un emporte-pièce rond, carré ou autre forme.





Œuf cocotte

Recette proposée par Natacha Sarthoulet

**Temps de préparation :**

10 minutes

Cuisson :

10 minutes

Très facile

Pour 4 personnes :

10 g de beurre bio

4 œufs bio

15 cl de crème fraîche bio

80 g de fromage râpé ou 150g de champignons de Paris bio

Sel et poivre

- ▶ Beurrer 4 ramequins.
- ▶ Casser un œuf dans chacun.
- ▶ Ajouter la crème fraîche, le sel et le poivre.
- ▶ Parsemer de fromage râpé.
- ▶ Cuire 10 minutes au bain-marie à 180°C.

ASTUCE

Vous pouvez changer le fromage râpé par les champignons de Paris émincés et revenus à la poêle.





Tajine d'agneau aux fruits secs

Recette proposée par Natacha Sarthoulet

Temps de préparation :

20 minutes

Cuisson :

Environ 1 heure

Pour 4 personnes :

600 g à 1 kg de sauté d'agneau du 64

200 g d'oignons frais émincés

100 g d'abricots secs

100 g de pruneaux dénoyautés

1 bouquet garni

Gingembre frais râpé

Colorant pour paëlla ou safran

Sel, poivre

Pour la gastrique :

40 g de sucre

Vinaigre de vin rouge (1 cuillère à soupe)

- ▶ Faire revenir les oignons émincés, les retirer, et ajouter la viande pour la colorer.
- ▶ Une fois la viande colorée, remettre les oignons, ail, gingembre, safran ou colorant paëlla, sel poivre, couvrir d'eau à hauteur, cuire 50 à 60 minutes, voire plus : tout dépend de la qualité de la viande.
- ▶ Pendant ce temps, mettre à tremper les fruits secs.
- ▶ 10 minutes avant la fin de cuisson, préparer votre gastrique (vinaigre de vin rouge + sucre, laisser légèrement caraméliser).
- ▶ Verser la gastrique sur votre viande, mélanger. Ajouter les fruits secs.
- ▶ Laisser réduire, rectifier l'assaisonnement si besoin, vérifier la cuisson.





Fruits pâtissiers

Recette proposée par Natacha Sarthoulet

Temps de préparation :

50 minutes

Très facile

Pour 4 personnes :

40 cl de lait

40 g de sucre

40 g de farine

Une pointe de sucre vanille ou d'extrait de vanille

2 œufs

50 g de fruits de saison par personne (fraise, kiwi, abricot, pomme, banane, etc.)

- ▶ Faire chauffer le lait.
- ▶ Dans un saladier, mettre les jaunes d'œuf et réserver les blancs.
- ▶ Ajouter le sucre, faire blanchir (battre les jaunes d'œuf avec le sucre).
- ▶ Verser la farine, bien mélanger et rajouter le parfum.
- ▶ Verser le lait chaud, mélanger et remettre dans la casserole.
- ▶ Porter à ébullition tout en remuant.
- ▶ Mettre cette crème dans un saladier.
- ▶ Monter les blancs en neige, bien fermes. Les incorporer à la crème chaude délicatement.
- ▶ Remplir les ramequins et faire refroidir.
- ▶ Ajouter divers fruits frais ou en conserves ou surgelés en variant les couleurs.





SÉBASTIEN LEMAI



**Responsable de restauration
de la cité scolaire de Nay
depuis 2006**

Pâtissier de formation, Sébastien Lemai n'est pas resté les deux mains dans les mêmes fourneaux.

Le jeune responsable de restauration de la cité scolaire de Nay a fait ses gammes dans des restaurants gastronomiques, notamment « *Chez Pierre* », à Pau. A l'école de l'excellence, il développe son goût pour les bons produits. Ce crédo ne le quittera plus.

« *Pour voir du pays* », il s'engage dans la Marine nationale et c'est sur un bateau qu'il œuvre, passant de grandes cuisines à des conditions de travail très contraintes. Mais c'est un homme de défi !

Après des années de voyage, il rejoint la capitale pour faire de la « *cuisine d'autorité* », une nouvelle école de l'exigence. « *Je travaillais pour le numéro 2 des Armées au Champ de Mars, à l'Ecole militaire de Paris* ».

C'est avec le même enthousiasme que ce jeune professionnel passe le concours de Chef cuisinier pour l'Education nationale. Sa motivation : apporter la gastronomie dans les assiettes des collégiens, « *amener de bons produits et casser l'image de restauration collective* ».

Aujourd'hui, il est fier de travailler en priorité avec des produits labellisés ou bio pour réaliser plus de mille couverts quotidiens. D'ailleurs, il porte la bonne parole dans les autres établissements en tant que formateur bio pour tous les collèges du Département !

Sa recette préférée ? Une pâtisserie bien sûr !

Et pas la moindre. Inspirée de la recette des grands chefs de chez Lenôtre, sa Tarte au citron va faire des heureux. Il vous en livre les secrets.



NAY

Collège Henri IV

1409 élèves (collège et lycées)

1300 repas servis (collégiens et lycéens)





Sauté de dinde façon pot-au-feu

Recette proposée par Sébastien Lemai



Temps de préparation :

20 minutes

Cuisson :

Environ 1 heure

Pour 4 personnes :

4 carottes bio
3 poireaux bio
2 céleris branche bio
5 pommes de terre
1 bouquet garni
1 oignon bio
2 navets bio

1 sauté de dinde label rouge de
600 g
Graisse de canard
2 clous de girofle
2 gousses d'ail
Vin blanc 200 ml
Safran
Piment d'Espelette

- ▶ Eplucher, brosser, laver les légumes.
- ▶ Détailler les carottes, poireaux, navets et les branches de céleri en biseau, pour la garniture (environ deux morceaux par personne). Réserver.
- ▶ Emincer l'oignon et le reste des légumes, les faire suer avec une noix de beurre dans un faitout.
- ▶ Ajouter le vin blanc, clous de girofle, ail, bouquet garni et deux litres d'eau.
- ▶ Porter à ébullition pendant 15 min.
- ▶ Placer la dinde dans un papier film alimentaire, assaisonner et cuire à frémissement environ 10 minutes dans le bouillon.
- ▶ Sortir la dinde et réserver au froid.
- ▶ Cuire les légumes en biseaux dans le bouillon de légumes.
- ▶ Plonger les légumes dans de l'eau froide pour fixer la couleur, et les glacer dans un peu de beurre et de sucre. Réserver.
- ▶ Ajouter une pointe de safran dans le reste du bouillon, tourner les pommes de terre et les cuire dans le bouillon safrané. Réserver.
- ▶ Confire doucement la dinde dans la graisse de canard.
- ▶ Dresser le tout sur une assiette, avec un riz pilaf.
- ▶ Saupoudrer légèrement de piment d'Espelette.

Facultatif : passer le reste du bouillon, le faire réduire et le monter au beurre. Servir en accompagnement.





Le citron en tarte

Recette proposée par Sébastien Lemaï

Temps de préparation :

30 minutes

Cuisson :

20 minutes

Pour 4 personnes :

150 g de pâte sucrée

1 citron

85 g de sucre poudre

70 g de jus de citron bio

2 œufs bio

100 g de beurre

Préchauffer votre four à 180°.

- ▶ Étaler la pâte sucrée sur environ 3 mm d'épaisseur puis la foncer dans un cercle à tarte. Laisser reposer environ 1 h au frais.
- ▶ Après repos, cuire le fond de tarte à blanc pendant 20 minutes. Pour que la pâte ne gonfle pas trop, disposer des haricots secs dessus.
- ▶ Zester un citron sur 35 g de sucre dans une casserole. Ajouter le jus de citron frais et porter le tout à ébullition.
- ▶ Blanchir les œufs avec le restant de sucre puis verser la préparation dans la casserole. Cuire le tout environ 3 minutes tout en fouettant.
- ▶ Laisser refroidir.
- ▶ Garnir le fond de tarte avec l'appareil citron. Décercler la tarte et napper avec un glaçage neutre si vous avez envie.
- ▶ Décorer avec des zestes de citron confits.





ROBERT LARRAMENDY



**Responsable de restauration
au collège de Saint-Pierre-d'Irube
depuis 2009**

« *Je suis gourmand et gourmet* », voilà comment se décrit le responsable de restauration du collège de Saint-Pierre d'Irube qui, depuis son enfance, est un fêru de cuisine. Son crédo ? Ajouter des épices et ingrédients dans des plats où on ne les attend pas. Robert aime travailler les produits de sa région, le Pays basque, tout en y apportant des touches exotiques. « *Ma blanquette de Merlu à l'indienne en est l'exemple même ! Le poisson provient du port de Saint-Jean-de-Luz et j'y ajoute des épices comme le curry pour y apporter de l'originalité* ».

La cuisine, Robert l'a dans le sang. Ses parents tenaient un restaurant dans lequel il a passé une grande partie de sa jeunesse. Destiné à reprendre le flambeau, il a changé d'avis au dernier moment préférant exercer en restauration collective. « *C'est un choix de vie, je voulais être à la maison le soir pour profiter de mes enfants* ».

Travailler dans un collège auprès de jeunes le rend heureux. « *La collectivité nous laisse une grande liberté et nous donne les moyens de faire notre cuisine* ». En plus de nourrir des centaines de bouches tous les jours, Robert est convaincu qu'il a une autre mission, celle d'éduquer au goût et il prend cette tâche très à cœur. « *J'essaie de leur faire découvrir une cuisine du monde en leur proposant des saveurs différentes tout en essayant de les satisfaire* ».

Conscient qu'il faut assurer la relève et qu'il faut transmettre son savoir-faire, Robert n'hésite jamais à inviter des stagiaires ou former des collègues. Cet amoureux du métier apprécie la multitude de tâches qu'offre sa profession : « *élaborer les menus, réceptionner les marchandises, être proche des producteurs... Avec ça, je n'ai aucune sensation de routine* ».



SAINT-PIERRE-D'IRUBE

Collège Aturri
706 élèves
700 repas servis





Blanquette de merlu à l'indienne et tagliatelles

Recette proposée par Robert Larramendy

Temps de préparation :

1 heure

Cuisson :

45 minutes

Pour 4 personnes :

500 g de merlu
8 cl de lait de coco
1 pomme
20 g de farine
20 g de beurre
8 cl de crème liquide
1 oignon
20 cl de fumet de poisson
Une pointe de curry

- ▶ Couper le merlu en morceaux de 50 g.
- ▶ Peler les oignons et les découper en cubes.
- ▶ Eplucher les pommes et les couper en dés.
- ▶ Faire revenir l'oignon et les pommes dans le beurre.
- ▶ Ajouter la farine.
- ▶ Verser le lait de coco, le fumet de poisson et le curry.
- ▶ Amener le tout à ébullition.
- ▶ Ajouter la crème et réserver au chaud.
- ▶ Cuire les tagliatelles.
- ▶ Cuire le poisson 7 minutes à la vapeur.
- ▶ Pour le dressage, faire un lit de tagliatelles, ajouter le poisson, la sauce et parsemer le tout de persil haché.





Pain perdu et sauce abricotine à l'orange

Recette proposée par Robert Larramendy

**Temps de préparation
et cuisson :**
30 minutes

Très facile

Pour 4 personnes :

8 tranches de pain rassis

60 g de sucre

2 œufs

150 ml d'huile (12 cuillères à soupe environ)

80 ml de lait (6 cuillères à soupe environ)

Le jus d'une demi-orange

200 ml de crème dessert vanille ou de crème anglaise

3 cuillères à soupe de confiture d'abricots

*Cerises bigarreau confites pour la décoration
(facultatif)*

- ▶ Faire tremper les tranches de pain dans le mélange lait/crème dessert ou crème anglaise.
- ▶ Retirer les tranches et tremper les deux faces du pain dans l'œuf battu.
- ▶ Faire frire le pain à l'huile chaude jusqu'à l'obtention d'une coloration dorée.
- ▶ Disposer sur une assiette avec un petit verre de confiture délayée avec le jus d'orange et une cerise.
- ▶ Saupoudrer de sucre (facultatif).



Index



ENTRÉE



Œuf cocote	28
Pain de campagne au fromage frais de vache.....	6
Quiche sans pâte	26
Verrine tomates, calamar, houmous	16



PLAT



Blanquette de merlu à l'indienne	42
Dos de merlu de la criée façon crumble.....	10
Filet de truite à la souletine.....	22
Sauté de dinde façon pot-au-feu	36
Tajine d'agneau aux fruits secs	30



DESSERT



Citron en tarte	38
Compote de butternut bio à l'orange et sa tuile.....	12
Eclair aux fruits.....	18
Fruits pâtisseries	32
Pain perdu sauce abricotine à l'orange.....	44

Département des Pyrénées-Atlantiques

Hôtel du Département
64 avenue Jean Biray
64058 Pau Cedex 9

Délégation de la Nive
4 allée des platanes
64 104 Bayonne cedex

www.le64.fr



PLUS NATURE,
PLUS VIVANT

ENVIRONNEMENT