



— — — — —
— — — — —
DÉFI
Culinaire

LE CLIMAT
DANS NOS ASSIETTES
MOIS DE LA TRANSITION ALIMENTAIRE 2023



POUR CUISINER CHEZ VOUS
EN PROTÉGEANT LA PLANÈTE

AU RESTAURANT D'APPLICATION DU LYCÉE HÔTELIER
« LES PORTES DE CHARTREUSE », LE 19 OCTOBRE 2023

www.paysvoironnais.com



-  Cocktail
-  Recette salée
-  Recette sucrée

Sommaire

ÉQUIPE 1 P.4/5

 October Sunset

 Déclinaison de panais

 **Macarons au crémeux de noix, crème de citron et noix caramélisées**
Prix sucré du jury

ÉQUIPE 2 P.6/7

 **Cocktail d'or**
Prix cocktail du public

 **Cannellonis de betterave, compotée d'oignons et crème de chèvre miel**
Prix salé du public

 Madeleine automnale

ÉQUIPE 3 P.8/9

 Coucher de soleil

 **Ravioli de truite et bouillon de légumes**
Prix salé du jury

 **Crumble aux noix, pommes et coings**
Prix sucré du public

ÉQUIPE 4 P.10/11

 Brise d'automne

 Parmentier déstructuré

 Fraîcheur d'automne

PANNEAUX AGRICULTEURS P.12/13

Panneau 1
Les Jardins du Coteau

Panneau 2
La Pisciculture du Moulin

 Panneau 3
La ferme du Grand Chemin

Cuisiner local



Le Défi Culinaire «Le Climat dans nos assiettes» est un événement festif organisé par la Communauté d'agglomération du Pays Voironnais, en partenariat avec le Lycée «Les Portes de Chartreuse» et l'association environnementale AGEDEN, dans le cadre du Mois de la Transition Alimentaire.

L'objectif pour les étudiants du lycée hôtelier «Les Portes de Chartreuse», était de s'affronter en équipes autour de la réalisation d'un plat salé, d'un plat sucré et d'un cocktail. Le tout étant préparé en majeure partie avec des produits locaux. Les préparations ont été jugées à la fois par un jury composé de professionnels, mais également par le public composé d'habitants du territoire. Les élèves étaient notés notamment sur l'empreinte carbone des aliments utilisés, et la distance parcourue par ceux-ci. Cette année, le défi a été travaillé en partenariat avec les élèves du lycée de La Martellière, ils ont élaboré un sourcing de l'offre alimentaire locale sur le territoire du Pays Voironnais. Ils avaient également pour mission de mettre en valeur les produits utilisés en réalisant 3 panneaux d'exploitations du territoire.



Lycée **Les Portes de Chartreuse**

4 équipes

composées en moyenne de 3 cuisinier.ère.s et 2 serveur.euse.s ont concouru






Lycée **La Martellière**

3 équipes

pour mettre en valeur les exploitations locales des produits utilisés dans les recettes en présentant 3 panneaux

BIEN PLUS QU'UN DÉFI !

-  La prise de conscience des lycéens participants, de leurs professeurs et du public, de l'intérêt de consommer des produits locaux et de saison, responsables, à la fois pour soutenir les producteurs locaux et réduire l'empreinte carbone des repas.
-  L'échange de bonnes adresses de produits locaux sur le territoire.
-  Le partage de recettes avec le public présent, et la reproduction de pratiques culinaires à partir de produits locaux et de saison.

Ce livret regroupe l'ensemble des recettes, si vous souhaitez les reproduire à la maison !



ÉQUIPE

MAËVA ET JOLHAN
EVA, QUENTIN ET TIMÉO



SALE

Note Climat



Déclinaison de panais



POUR 6 PERS.

Espuma

0,5 kg de panais
50 g d'échalotes
1 litre de lait



Panais rôti

370 g de panais
90 ml d'huile olive
5 g d'ail
Romarin

Chips panais

Épluchures des panais
Huile de friture

Tuile dentelle

110 ml d'eau
50 ml d'huile de pépins de raisins
15 g de farine

Pickles

50 g de betterave chioggia
50 ml de vinaigre de vin
50 ml de vinaigre de framboise
20 g de sucre

Coulis betterave

100 g de betterave
90 g de sucre

Vinaigrette

50 ml vinaigre de noix
30 ml huile de noix
10 ml vinaigre de cidre

1 Réaliser l'espuma

Ciseler les échalotes. Faire revenir sans coloration. Éplucher le panais (réserver les épluchures) et le couper en petits morceaux. Cuire le panais et les échalotes dans le lait. Mixer bien finement. Réserver dans un siphon.

2 Réaliser le panais rôti

Détailler le panais puis le cuire au four en l'arrosant d'huile avec l'ail en chemise et le romarin.

3 Réaliser les chips de panais

Dans un bain de friture, faire frire les épluchures de panais. Réserver.

4 Réaliser la tuile dentelle

Mélanger tous les ingrédients liquides puis ajouter la farine tamisée.

5 Réaliser les pickles

Tailler la betterave en julienne. Réaliser la marinade. Faire mariner la betterave.

6 Réaliser le coulis de betterave

Cuire la betterave dans l'eau bouillante. Mixer finement et ajouter le sucre à chaud. Réserver.

7 Réaliser la vinaigrette

Mélanger tous les ingrédients.



SUCRÉ

PRIX SUCRÉ
DU JURY



Macarons
au crémeux
de noix, crème
de citron et noix
caramélisées

Note Climat



POUR 6 PERS.

Macarons

15 g de blancs d'œufs
11 g de sucre
24 g de sucre glace
18 g de poudre d'amande

Crémeux citron

4 citrons
80 g de beurre
26 g de sucre
6 g de miel

Crème praliné noix

80 g de noix
80 g de sucre glace
Piment d'Espelette
3 jaunes d'œufs
37,5 cl de lait
30 g de sucre
36 g de farine
Sel

Noix caramélisées

40 g de noix
40 g de sucre glace

1 Réaliser l'appareil à macaron

Le mélange doit être brillant et formant un léger ruban. Pochez-les de façon régulière, laissez-les sécher pendant quelques minutes, puis cuire pendant 10 minutes à 145°C.

2 Réaliser le crémeux citron

Faites bouillir le jus de citron, le miel et le sucre, pendant quelques minutes. Ajouter l'agar-agar et porter à ébullition, puis ajouter le beurre en parcelles à la préparation en fouettant. Laissez refroidir le crémeux.

3 Réaliser le praliné de noix

Enrober les noix préalablement torréfiées sur le feu avec le sucre glace. Puis mixer les pendant quelques minutes jusqu'à l'obtention d'une pâte.

4 Réaliser les noix caramélisées

Les enrober avec le sucre glace sur le feu, ne pas oublier de torréfier les noix.

5 Dresser le dessert.

COCKTAIL



October
Sunset

1 cl de sirop de framboise

3 cl de Cranberry

3 cl de jus de pomme

3 cl de limonade



ÉQUIPE

ANGELO ET ANTOINE
ROMAIN, MATHIS ET NOAH



SALÉ



PRIX SALÉ
DU PUBLIC

Note Climat



Cannellonis de betterave, compotée d'oignons et crème de chèvre miel



POUR 6 PERS.

Cannellonis de betterave
400 g betteraves

Compotée d'oignons

150 g d'oignons
50 g de sucre
10 g de beurre

Crème de chèvre

150 g chèvre frais
10 g miel
50 ml crème fraîche

Pickles oignons
20 g d'oignons
10 ml vinaigre



1 **Cuire les betteraves** dans l'eau salée avec la peau. Éplucher les betteraves. Tailler à la mandoline des tranches très fines.

2 **Réaliser la compotée d'oignons**
Émincer les oignons. Faire fondre le beurre. Faire caraméliser les oignons avec le sucre.

3 **Réaliser la crème de chèvre**
Mélanger le chèvre frais, la crème et le miel. Assaisonner.

4 **Réaliser les pickles**
Tailler les oignons. Réaliser la marinade. Faire mariner les oignons.

5 **Montage des cannellonis.**



COCKTAIL

Cocktail
d'or

4 cl de jus de pomme et coing

1 cl de sirop de citron

2 cl de sirop de pêche

3 cl de limonade



PRIX COCKTAIL
DU PUBLIC



SUCRÉ

Note Climat



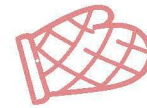
Madeleine automnale

1 **Réaliser les madeleines**

Mélanger les ingrédients les uns après les autres. Laisser reposer 1 heure minimum au réfrigérateur. Garnir les moules à la poche au ¾. Cuisson 250°C un court instant, fin de la cuisson à 200°C.

2 **Réaliser la compotée de pommes**

Faire fondre le beurre puis ajouter les pommes taillées en petits cubes. Une fois les pommes fondantes, ajouter le miel et le jus de pomme. Laisser réduire. Maintenir au chaud.



POUR 6 PERS.

Makeleines

1 œuf
58 g de sucre semoule
90 g de farine
3 g de levure chimique
40 g de beurre
8 g de miel
30 g de lait
Zestes d'un citron

Compotée de pommes

100 g de pommes
2 g de miel
5 g de jus de pomme

Sauce caramel
aux pommes

100 g de sucre
25 ml de jus de pomme
50 g de beurre
50 ml de jus de pomme

Meringue à l'italienne

50 g de blancs d'œufs
100 g de sucre
33 ml d'eau



3 **Réaliser le caramel aux pommes**

Faire un caramel avec le jus de pomme et le sucre. Une fois coloré, décuire le caramel avec la deuxième quantité de jus de pomme puis ajouter le beurre coupé en petits dés. Laisser refroidir à température ambiante.

4 **Réaliser une meringue à l'italienne**

Faire cuire le sirop jusqu'à 121°C. Faire monter les blancs d'œufs au batteur puis verser le sirop en filet sur les blancs tout en continuant de battre les blancs. Faire tourner au batteur jusqu'à complet refroidissement.



ÉQUIPE



ABASS



JUSTIN ET LUCIEN



SALÉ

Ravioli de truite et bouillon de légumes



PRIX SALÉ
DU JURY

Note Climat



POUR 6 PERS.

Bouillon de légumes

50 g de carottes
50 g d'oignons
Arêtes de truites
Eau

Pâte à raviolis

200 g de carottes
30 g de beurre
Eau

Farce à la truite

2 truites
1 blanc d'œuf
100 ml de crème
20 ml d'huile d'olive
½ citron
15 g de graines de fenouil
20 g de beurre
Sel, poivre

1 Laver et éplucher les légumes.

2 Fileter, désarêter et détailler les truites en 4 beaux morceaux dans le filet puis garder le reste pour réaliser la farce mousseline.

3 Réaliser un fumet de poisson Dans une casserole, ajouter la garniture aromatique, les arêtes de poisson et de l'eau à hauteur. Laisser cuire 20 min à frémissement. Passer au chinois et réduire.

4 Réaliser la farce mousseline Mixer au blender la chair de la truite, ajouter le blanc d'œuf, assaisonner et mixer. Ajouter la crème. Réaliser des boudins de farce enroulés dans du film alimentaire. Réserver.

5 Faire mariner les morceaux de truite dans l'huile d'olive, le jus de citron et les graines de fenouil.

6 Cuire les morceaux de panais dans du lait.

7 Détailler les tagliatelles de carottes à la mandoline sur toute la longueur. Les étuver au beurre et un peu d'eau. Assaisonner avec du sel. Cuisson croquante. Réserver au chaud.

8 Détailler le fenouil en quart. Le faire colorer au beurre, dégraisser puis ajouter de l'eau jusqu'à mi-hauteur et l'Antésite. Laisser mijoter. Décanter le jus de cuisson au fumet. Laisser réduire.

9 Cuire les ballotines dans l'eau frémissante. Après cuisson, retirer le film alimentaire et détailler des tranches de farce.

10 Terminer la purée de panais. Mixer finement, crémiser et assaisonner.

11 Faire colorer les morceaux de truite et la farce dans un sautoir. Assaisonner puis dresser les assiettes.



SUCRÉ

PRIX SUCRÉ
DU PUBLIC



Crumble aux noix, pommes et coings

Note Climat



POUR 6 PERS.

Crumble

100 g de farine
50 g de poudre de noix
130 g de beurre
2 g de sel
120 g de sucre cassonade

Comptée de pommes et coings

300 g de pommes
300 g de coings
10 g de miel

Chouchou de noix

50 g de noix
70 g de sucre glace

Sauce caramel aux pommes

100 g de sucre
25 ml de jus de pomme
50 g de beurre
50 ml jus de pomme



1 Réaliser le crumble

Sabler ensemble les matières sèches avec le beurre coupé en morceaux. Réserver.

2 Réaliser la comptée de pommes et coings

Éplucher les fruits. Les tailler en petits morceaux réguliers. Les faire sauter dans un peu de beurre. Ajouter un peu de miel. Réserver.

3 Réaliser les chouchous aux noix

Mettre les noix et le sucre glace dans une casserole puis mélanger jusqu'à ce que le sucre devienne caramel.

4 Réaliser le caramel au jus de pomme

Faire un caramel avec le jus de pomme et le sucre. Une fois coloré, décuire le caramel avec la deuxième quantité de jus de pomme puis ajouter le beurre coupé en petits dés. Laisser refroidir à température ambiante.

5 Garnir un plat de comptée puis parsemer de crumble sur tout le dessus. Cuire à 180°C jusqu'à ce que le crumble soit bien doré.

6 Déguster tiède.



COCKTAIL

Coucher de soleil

1 cl de sirop de violette

2 cl de jus de fraise

2 cl de jus de citron

2 cl de jus de Cranberry

2 cl de limonade





ÉQUIPE



MAËLYS



CORALIE ET ENOLA



SALÉ

Note Climat



POUR 6 PERS.

Paleron de bœuf

900 g de bœuf
100 g de carotte
100 g de céleri
100 g d'oignons

Purée de panais et pommes de terre

300 g de panais
300 g de pommes de terre
30 g de beurre
30 g de crème

Tuile dentelle

110 ml d'eau
50 ml d'huile de pépins de raisins
15 g de farine



Parmentier déstructuré

1 Laver et éplucher les légumes.



2 Réaliser la garniture à base de viande

Retirer la graisse et les parties non comestibles de la pièce de viande (conserver). Tailler des petits morceaux. Faire blanchir la viande dans de l'eau bouillante salée. Écumer si besoin pendant la cuisson.

Tailler les légumes grossièrement. Égoutter la viande et la rincer. Dans la casserole, ajouter la garniture aromatique taillée, la viande, mouiller à hauteur. Faites cuire la viande jusqu'à ce qu'elle soit fondante. Une fois cuite, débarrasser la viande. Réaliser un jus de cuisson avec les parures de la viande et une partie de la garniture aromatique.

3 Réaliser la purée mixte

Cuire les pommes de terre et les panais à part dans du lait. Une fois cuits, passer les panais et pommes de terre au moulin à légumes. Ajouter de la crème et du beurre. Assaisonner.

4 Réaliser les tuiles dentelles

Mélanger les ingrédients liquides puis ajouter la farine tamisée.

5 Montage des parmentiers.



Note Climat



Fraîcheur d'automne



POUR 6 PERS.

Sorbet citron

330 g de pulpe citron
140 g de sucre
122 g d'eau

Crumble

100 g de farine
100 g de beurre
100 g de sucre

Gel citron

Jus d'un citron
2 g d'agar-agar
10 g de sucre



COCKTAIL



Brise d'automne

3 cl de jus de pomme

3 cl de jus d'abricot

1 cl de sirop de pêche

3 cl de limonade



1 Réaliser le sorbet citron

Chauffer la pulpe citron avec le sucre et l'eau. Réserver au frais. Passer en turbine.

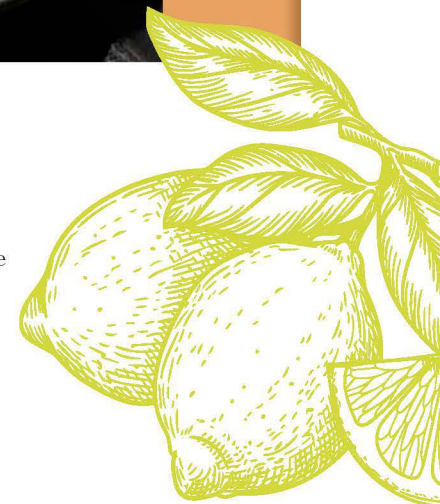
2 Réaliser le crumble

Mélanger tous les ingrédients. Mettre sur plaque et cuire au four à 180°C.

3 Réaliser le gel citron

Presser le citron. Le mettre dans une casserole. Ajouter le sucre et l'agar-agar. Faire chauffer puis débarrasser au frais.

4 Montage de l'assiette.



NOUVEAUTÉ DE CETTE ANNÉE

Les panneaux agriculteurs

Les élèves du Lycée de La Martellière ont également participé au défi culinaire. Ils avaient deux missions:

1

Faire un inventaire de l'offre alimentaire du territoire en circuit court, en produisant un panier présentant les différents produits que l'on peut retrouver sur le territoire.

2

Produire trois panneaux de 3 exploitations du Pays Voironnais dont les produits étaient utilisés dans les recettes du défi.

PANNEAU 1

Les Jardins du Coteau



LES JARDINS DU COTEAU la martellière Lycée public

Historique
Les Jardins du Coteau est une exploitation de maraîchage biologique gérée par Alain et Isabelle. Ils sont deux associés, passionnés de la terre et de l'agriculture, soucieux de préserver la nature et l'environnement. Ils vendent des légumes bio et de saison, mais aussi du miel, des chips, du vin. Ils sont installés à Saint Cassien proche de la ville de Voiron.

Enseigne



Sans utilisation de produits chimiques de synthèse
Sans utilisation d'OGM

Vente à la ferme : mercredi et vendredi 16 h - 19 h
Adresse : 29 chemin de Tréfont 38000 Saint Cassien
Isabelle : 07 83 33 05 68
Alain : 06 95 67 92 31
lesjardinsducoteau@maifoo.org



PANNEAU 2

La Pisciculture du Moulin

La pisciculture du Moulin

Thibaud Roussier: propriétaire de la pisciculture

Il y a plusieurs variétés de truite:

- Truites Arc-en-ciel
- Truites Farios
- Grosses truites saumonées

Les truites sont nourries avec des granulés qui contiennent des vitamines qui vont aider à leur croissance

L'élevage d'une truite dure entre 1 à 2 ans selon la taille désirée

CARTE



Pisciculture de reaumont@gmail.com
04 75 65 30 38
855 route des étangs - 38140 Reaumont
www.pisciculturemoulin.fr




Le public a choisi son panneau « coup de cœur » le soir du défi



PANNEAU 3

La Ferme du Grand Chemin



La Ferme du grand chemin

Luc Tirard-Gatel



Présentation
Producteur local sur la commune de Charnècles. Ventes de noix, pêches, légumes et cosmétiques (savons, baume à lèvres) à base d'huile de noix



Agriculture biologique
La 4e génération à s'occuper de l'exploitation



Noyeraie



L'appellation d'origine protégée (AOP) et appellation d'origine contrôlée (AOC). L'appellation d'origine protégée (AOP) garantit que le produit a été transformé et élaboré dans une zone géographique déterminée. Le label AOP est un sigle européen.

06.71.70.98.77
300 Le grand chemin
38140 Charnècles
luc.tirard-gatel@orange.fr

la martellière
VOIRON Lycée public

Les Portes
de Chartreuse

@Merci...

À NOS FOURNISSEURS PARTENAIRES



La Pisciculture de Réaumont
pour ses truites

→ Aux deux magasins de producteurs locaux,
la Halte Fermière de Voiron et la Ferme des Saveurs
à Voreppe pour leur lien avec les producteurs



Les Jardins du Coteau
de Saint-Cassien,
pour les légumes et les œufs



Le GAEC La Chèvrerie
de Chartreuse à Voiron,
pour le fromage de chèvre



Le GAEC
du Col de Parménie
à Tullins,
pour la viande bovine



La Ferme
du Grand Chemin
à Charnècles,
pour les noix



Mme Revol,
La Ferme du Muguet
à Romagnieu
pour les produits laitiers:
lait, beurre et crème



Les Vergers de Lousias
à Charavines, pour les fruits
et confitures

AUX LYCÉENS

> DES « PORTES DE CHARTREUSE »

d'avoir joué le jeu de cuisiner
des produits locaux et de saison,
pour un faible coût carbone
qui nous ont régales!

> DE « LA MARTELLIÈRE »

de nous avoir fait découvrir
les producteurs locaux
du Pays Voironnais!

À L'ÉQUIPE ENSEIGNANTE

de son implication et son enthousiasme
pour la construction de cet événement.

AUX MEMBRES DU JURY

pour leur participation
et leur expertise.

AUX PRODUCTEURS

ET MAGASINS DE PRODUCTEURS

du territoire qui ont approvisionné
les équipes.

TOUS LES PARTICIPANTS ET JURÉS

d'un soir d'être venus assister
au concours et goûter
les productions des lycéens!

Bon appétit!

Mes notes:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



New Deal - Grenoble. © Photos/Illus.: Pays Voironnais, Shutterstock, X-droits réservés