

La
GAZETTE

Encore +
d'infos pour
les parents

de la CAISSE DES ÉCOLES

Un livre de cuisine, ce n'est pas un livre de dépenses, mais un livre de recettes. Sacha Guitry, dramaturge français (1885-1957)

du 15^e



Philippe GOUJON

Maire du 15^{ème} arrondissement
Président de la Caisse des écoles
peuvent **découvrir de nouveaux mets.**

En dépit de l'**augmentation** vertigineuse des prix des matières premières, et malgré un **tarif de cantine inchangé** depuis sept ans, la Caisse Des Écoles **poursuivra ses ambitions**, sans lésiner sur la qualité et la quantité.

Depuis la rentrée, la restauration du **collège André Citroën** est assurée par la Caisse des Écoles, à l'instar de **cinq autres collèges**. Cela permettra de continuer à porter **les mêmes objectifs** pour le second degré, en les **adaptant** toutefois à **un public plus âgé** dont les besoins et les goûts diffèrent.

Votre Caisse a également à cœur de promouvoir **son savoir-faire**, par le biais des **journées portes-ouvertes** - lors desquelles les restaurants scolaires ouvrent leurs portes aux parents -, ou encore notre iconique **« Forum du Goût »**. Il se tiendra **le 7 octobre** sur le parvis de la Mairie avec des **démonstrations culinaires, des dégustations et des ateliers pédagogiques**, sans oublier la remise du **Prix du concours de bandes dessinées** « j'aime ma cantine. »

Nous maintenons donc pour cette nouvelle année scolaire notre **politique ambitieuse** de préparation de repas à partir de **produits frais livrés quotidiennement** et cuisinés **« comme à la maison »**, par nos **cantinières** auxquelles nous ne rendrons jamais assez hommage, en espérant répondre le mieux possible aux **attentes des familles** comme aux **besoins des enfants**, à qui nous souhaitons **une excellente rentrée !**

**CAISSE
DES
ÉCOLES**
cde15.fr

La Caisse
des Écoles assure
la restauration de plus
de **onze mille élèves**,
avec comme objectifs
de promouvoir une
**nourriture équilibrée,
saine et durable**,
tout en œuvrant au
développement de la
culture culinaire des
élèves, qui doivent

CDE15 : FIERS DE NOS RESTAURANTS SCOLAIRES!



QUIZZ
sur la cantine

P.3

Année scolaire
2023-2024

P.5-6

**FORUM DU
GOÛT**

P.16



La CAISSE des ÉCOLES du 15^{ÈME} QUI SOMMES-NOUS ?

Sous la présidence du **Maire de l'arrondissement**, la Caisse des écoles est en charge de la **restauration scolaire du 15^{ème}**. Plus de **11 000 repas** sont préparés **chaque jour** par son personnel de restauration dans les **24 cuisines** (dont **4 UPC** : Unités de Production Centrale) situées **dans les écoles**. Les repas sont cuisinés **le matin pour le midi** (en liaison chaude) avec **des produits de qualité**.

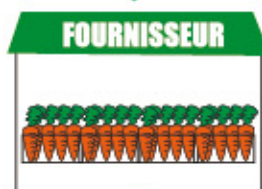


Notre fonctionnement

1 Notre **responsable des achats alimentaires** réalise les **commandes** alimentaires à nos fournisseurs pour la totalité des cuisines.



2 Les **fournisseurs** livrent les matières premières directement aux cuisines.

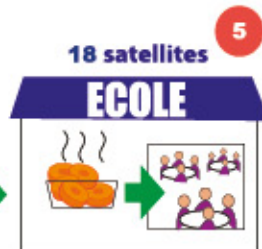


4 Nos équipes d'UPC les réceptionnent et préparent des repas essentiellement « **fait maison** » le matin pour le midi, pour **leur groupe scolaire** et pour **des écoles sans cuisine** sur place (dites satellites).

5 Chaque jour, nos **chauffeurs** livrent les repas des UPC aux satellites le matin pour le repas du midi : un **agent** par satellite **contrôle et réceptionne** les repas sur place.



3 Nos équipes de cuisine les réceptionnent et préparent ensuite des repas essentiellement « **fait maison** » le matin pour le midi, pour **leur groupe scolaire**.



INFOS ... aux NOUVEAUX ARRIVANTS

En ce début d'année scolaire, nous souhaitons la bienvenue à nos nouveaux convives ! voici quelques points d'information à connaître :

La restauration : L'équipe de cuisine de l'école de votre enfant prépare **tous les matins** le repas du midi. Les denrées sont de **qualité** : actuellement, **plus de 45 %** de nos produits sont **Bio et Labellisés**.

L'initiation au goût : Des **ateliers pédagogiques** autour de l'alimentation sont animés régulièrement par notre **diététicien** aux écoles.

L'Espace Familles : L'inscription/tarifification à la cantine est à renouveler tous les ans auprès de la **Caisse des écoles** (calcul de la tranche tarifaire). Un **Espace Familles** vous permet d'opter pour le prélèvement automatique ou

de payer par CB en ligne (accessible sur cde15.fr).

Membre mandataire : Les décisions prises par la Caisse des écoles sont validées régulièrement par un **Comité de gestion**. Devenez membre mandataire en **adhérant** à la Caisse des écoles (cotisation de 5 € par an).

Les collèges : Chaque année, nous intégrons la restauration de nouveaux collèves. Depuis la rentrée, nous avons le plaisir de compter les collégiens **d'André Citroën** parmi nos nouveaux convives.



Réfectoire du collège A. Citroën



Réfectoire de la maternelle A. Roussin

Cde15.fr : Découvrez d'avantages d'informations sur la cantine de votre enfant

QUIZZ ... aux PARENTS INITIÉS

(réponses au verso)

1 Comment sont validés les menus des restaurants scolaires ?

- a. uniquement par la Caisse des écoles
- b. par une commission des menus
- c. par un prestataire extérieur

2 A quelle période a lieu la campagne d'inscription/tarifification à la cantine ?

- a. La période est libre
- b. A la rentrée scolaire de septembre
- c. De mars à juin, pour l'année scolaire suivante

3 Qui prépare les repas pendant les vacances scolaires pour les Centres de loisirs du 15^{ème} ?

- a. Un prestataire extérieur
- b. Nos personnels de cuisine dans les UPC
- c. Il n'y a pas de restauration durant les Centres de loisirs

4 Pouvez-vous citer les 6 collèges dont la Caisse des écoles assure la production des repas ?

.....



QUIZZ

RÉPONSES

**1 Comment sont validés les menus des restaurants scolaires ? Réponse B**

La responsable de la restauration de la Caisse des écoles pilote une réunion composée des chefs de nos cuisines. Ils définissent 2 mois de menu en respectant le plan alimentaire du diététicien.

Une Commission des menus se tient tous les 2 mois en présence de la Caisse des écoles, des représentants du Maire, des associations de parents, des directeurs d'école, des REV, des animateurs et quelque fois des enfants. C'est à la fin de cette commission que les menus sont validés.

2 A quelle période a lieu la campagne d'inscription/tarification à la cantine ?**Réponse C**

La campagne d'inscription/tarification a lieu du 1^{er} mars au 30 juin pour l'année scolaire suivante. Elle est à renouveler tous les ans auprès de la Caisse des écoles.

3 Qui prépare les repas pendant les vacances scolaires pour les Centres de loisirs du 15^{ème} ?**Réponse B**

Nos UPC préparent les repas le matin pour le midi pour les Centres de loisirs (voir schéma de portage page 2). Avant le déjeuner, Les chauffeurs de la Caisse des écoles apportent les repas confectionnés le matin aux Centres de loisirs (un agent de la Caisse des écoles les réceptionne).

4 Pouvez-vous citer les 6 collégiens dont la Caisse des écoles assure la production des repas ?

Claude Debussy, Georges Duhamel, Amedeo Modigliani, Germaine De Staël, Guillaume Apollinaire, André Citroën.

ANNEE SCOLAIRE 2023-2024

Des actions Antigaspi étendues sur l'ensemble de nos sites

En janvier 2023, des actions de notre programme Antigaspi se sont généralisées sur l'ensemble des cantines scolaires de l'arrondissement. Un plateau de fromages à la coupe et une corbeille de fruits permettent aux enfants de choisir ce qu'ils aiment et ainsi de moins gaspiller les produits.

A partir de septembre 2023, de nouvelles actions testées sur des écoles pilotes se mettent en place sur tous les sites.

- ◆ **Le choix des entrées** : L'enfant peut choisir de consommer son entrée avec ou sans vinaigrette. Egalement, il peut opter pour une portion habituelle ou une moins conséquente.
- ◆ **Le plat chaud** : Les enfants indiquent aux agents de restauration au moment du service, s'ils souhaitent une petite portion.

Une signalétique créée par la Caisse des écoles aide les enfants à se repérer.



La BAB veille aux décibels !

La devise de la BAB, la Brigade Anti Bruit créée par Charles-Eric (REV de Cardinal Amette élémentaire) est : « Manger dans une ambiance sereine et calme ! ». L'uniforme de la brigade (grandes oreilles et gilet orange) et une signalétique posée sur les tables lorsque les décibels montent, sont des signaux visuels forts que les enfants identifient. Les écoles de C.Amette sont des partenaires dans le programme Antigaspi de la Caisse des écoles : le bruit a également un impact sur le gaspillage alimentaire. Alors bravo à la BAB !

Recette CDE15

QUINOA À LA MEXICAINE :

Fiche recette de nos cuisines (pour 100 personnes !!!!)



Les Ingrédients

Court bouillon	4 kg
Quinoa blond	7 Kg
Haricots rouges	13 Kg
Maïs doux en grain	2 Kg
Tomate concassée pelée	8 Kg
Huile d'olive extra vierge	0.350 L
Citron vert	1Kg
Ail	0.080 Kg
Coriandre botte	0.1 Kg
Sel fin	0.035 Kg
Poivre	0.005 Kg

- ◆ Confectionner la base culinaire - court-bouillon.
- ◆ En sauteuse faire revenir l'ail haché sans coloration.
- ◆ Ajouter le quinoa à l'ail.
- ◆ Ajouter les haricots rouges égouttés et mélanger.
- ◆ Ajouter le Maïs et les tomates concassées.
- ◆ Moullier à mi-hauteur avec le bouillon.
- ◆ Assaisonner sel et poivre.
- ◆ Cuire à couvert environ 20 minutes.
- ◆ En fin de cuisson, ajouter le jus de citron vert.
- ◆ Réserver au chaud (+63°C) jusqu'au moment du service.
- ◆ Parsemer de coriandre ciselée au moment du service.

ANNEE SCOLAIRE 2023-2024

L'implication de tous pour le tri des bio déchets

Cette année scolaire, le tri des bio déchets se met en place sur l'ensemble des sites de la Caisse des écoles. En partenariat avec les REVS, les animateurs, les écoles et la DPE, **Thierry LIGNEEL**, diététicien de la Caisse des écoles, pilote le projet : il nous en parle.



2 repas végétariens par semaine



En mai et juin 2023 : une affiche distribuée dans les écoles, une communication sur cde15.fr et un article dans le numéro 61 de la Gazette ont été créés pour informer les parents : **2 repas végétariens sont proposés par semaine** (selon le défi 3 du Plan d'alimentation de la Ville de Paris). Pour en savoir plus, un flyer est à votre disposition et téléchargeable sur cde15.fr.



INTERVIEW

Thierry LIGNEEL



Diététicien à la Caisse des écoles depuis avril 2023

Thierry, vous pilotez la généralisation du tri des bio déchets dans les réfectoires des cantines du 15^{ème} : quels sont vos objectifs pour cette année scolaire ?

Les réfectoires sont équipés **au fur et à mesure** en matériel nécessaire au tri. Selon la configuration des sites, des **tables de tri** ou des **grandes poubelles** sont mises à disposition.

Quels sont les partenaires de la Caisse des écoles ?

Nos partenaires principaux sont la **DASCO** et la **CASPE**. Le rôle des **REV** et des **animateurs** est fondamental : ils **accompagnent** les enfants dans le tri des bio déchets et **veillent** au bon déroulement de ce moment. Les **enseignants** sont aussi acteurs dans la sensibilisation des enfants.

Les sites sont collectés **deux fois par semaine** par la DPE : les bio déchets sont transformés en **biogaz**.

Quelles sont les difficultés que vous pouvez ou pourriez rencontrer ?

La cartographie étant très différente d'un réfectoire à l'autre, cela nécessite **une solution adaptée à chacun**. Le nombre important de réfectoires entraîne une difficulté supplémentaire de suivi au démarrage.

Le mot de la fin :

La mise en place efficace du tri des bio déchets dépend de **l'implication de tous les acteurs** du temps méridien.

Parallèlement **nous continuerons nos actions Antigaspi** qui se généralisent sur l'ensemble des sites.



Ces aliments qui nous aiment

Bons,
sains,
abordables

Ces aliments QU'ON AIME, Ces aliments qui NOUS AIMENT

Quand on demande aux Français ce qu'ils entendent par **Bien manger**, la majorité s'accorde sur trois priorités : on veut des aliments qui soient bons pour la santé, des produits qui aient une vraie saveur et des prix qui soient abordables.

Pour se rapprocher le plus possible de ce modèle - *se nourrir avec des aliments sains, qui ont bon goût et sans se ruiner* - on s'aperçoit qu'il faut faire preuve d'un peu d'imagination. Premier point sur lequel tout le monde est d'accord : pour bien se nourrir, l'idéal est de **faire la cuisine soi-même** avec des **produits frais, des fruits, des légumes, des céréales, des œufs, de la viande, du poisson...**

Ce programme est parfait, sauf qu'il est aujourd'hui **impossible**

d'aller faire son marché tous les matins et de passer sa vie à la cuisine pour faire des bons petits plats.

Heureusement, il existe des produits qui ont du goût, qui sont sains, économiques et faciles à utiliser pour préparer rapidement des repas équilibrés, comme les **conserves** et les **surgelés** que l'on peut intégrer à de **véritables recettes de cuisine**.



Fruits et légumes de saison,

La nature pense à tout

Au marché, on comprend vite que ce sont souvent **les moins chers**. Les fruits et légumes de saison n'ont pas eu besoin de prendre l'avion pour arriver jusqu'à nous ni de pousser dans des serres chauffées, en hiver. Ils sont cultivés en France pour la plupart d'entre eux et **s'accordent** aux saisons.

En hiver les fruits et légumes de saison sont pleins de vitamines A et C dont nous avons besoin quand il fait froid, comme **l'orange, la clémentine, le citron, le kiwi**, et, côté potager, **la courge, le persil, le cresson** et tous les légumes verts : choux, brocoli, épinard, bette.

En été la nature remplit nos paniers de fruits et légumes qui contiennent beaucoup d'eau pour bien nous réhydrater.



Les fruits qui prennent l'avion

Stéphane SAUND

EN FRANCE, LA MODE EST AU

FOOD TRUCK

Le terme anglais « food truck » a tendance à l'emporter sur son équivalent français : véhicule de restauration. Mais peu importe la traduction, on parle bien de la même chose, ces petits camions équipés d'une cuisine complète qui proposent aux passants, quelques heures par jour, des spécialités maison que l'on consomme sur place.

Cette nouvelle forme de **restauration rapide** ne doit rien à l'improvisation. Les installations répondent aux mêmes règles d'**hygiène** et subissent autant de **contrôles** que les restaurants traditionnels. On doit à ces nouveaux **mousquetaires de la gourmandise**

d'avoir **relancé** des recettes qui avaient besoin d'être mises **au goût du jour** comme le **hamburger** ou le **hot-dog**. De nombreux food-truck s'appliquent à en proposer des versions **artisanales**, plus **équilibrées**, réalisées avec des **produits frais** dont la

traçabilité est clairement indiquée. Pour fidéliser un **large public**, les food trucks cherchent aujourd'hui à marquer leur territoire en **se différenciant** le plus possible des grandes enseignes de la **restauration rapide** et de leurs **méthodes industrielles**.



Au concours de l'imagination, les plus créatifs l'emporteront.

ORTHOGRAPHE

Coche la case qui correspond à la bonne orthographe.

- une toc de cuisinier
- une toque de cuisinié
- une toque de cuisinier

- une saussisse a la moutarde
- une saucisse à la moutarde
- une saucisse a la moutarde



- un chien pris en sandwich
- un chien pris en sandouitch
- un chien pris en sandouich



La STREET FOOD

À Pompéi,
DÉJÀ!



ELLE SE DÉGUSTE SUR LE POUCE

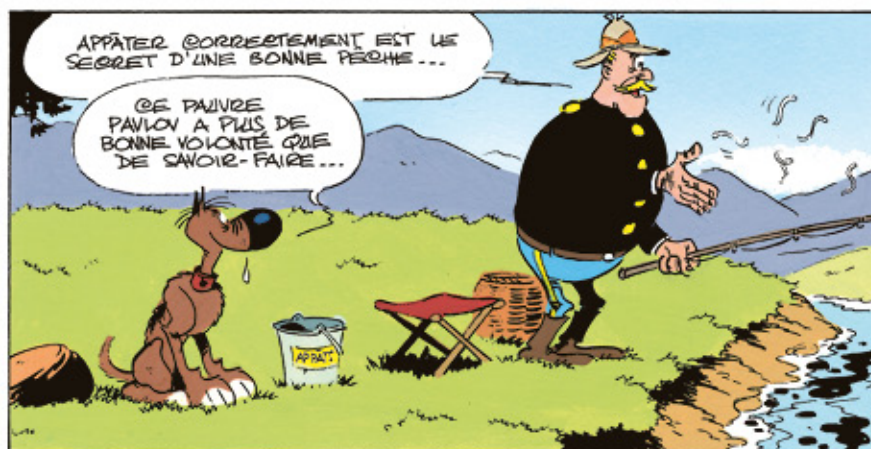
Parmi les traditions les plus anciennes du continent asiatique, celle de la cuisine de rue - street food en anglais - ne s'est jamais démentie.

Aujourd'hui encore, dans de nombreuses villes d'Asie, les rues sont animées par les **marchands ambulants** qui proposent aux passants, à toute heure du jour, des spécialités locales que l'on mange sur le pouce, devant

leur étal ou en se promenant. Manger dans la rue est une manière de s'alimenter au gré de ses envies, de ses trouvailles, de ses horaires, de ses moyens.

En Malaisie, en Thaïlande ou encore au Vietnam, il est souvent plus économique d'acheter des plats préparés dans des échoppes installées le long des rues ou à des marchands ambulants que de faire la cuisine à la maison, ce qui explique leur succès.

Une découverte exceptionnelle a été faite à Pompéi en 2019. Dans cette cité qui fut détruite par une éruption du Vésuve en l'an 79, les archéologues ont mis au jour un thermopolium complet (une cuisine de rue), figé sous la cendre volcanique depuis 2000 ans. Ce fast food de l'époque romaine a gardé intact son comptoir orné de fresques représentant des animaux, un coq, des canards colvert, ainsi que des restes alimentaires retrouvés dans des pots en terre cuite.



Merci - X. FAUCHE & J. LÉTIENNE



RECONNAIS-TU qui ont fait le

AVANT D'ARRIVER DANS NOS ASSIETTES



Le p

Cette bouillie de céréales cuites dans de l'eau ou du lait est une invention écossaise. On peut le faire avec des flocons d'avoine, un produit bon marché que l'on trouve partout dans le commerce. Au gré de ses envies, on peut y ajouter du chocolat en poudre ou des fruits frais coupés en petits morceaux, pomme, poire, banane. Sain, nourrissant et énergétique, le **porridge** est une excellente source de protéines végétales, de fibres et de minéraux.

3



La t

Tout dépend du pays où l'on se trouve. Pour les Espagnols, la **tortilla** est une omelette aux pommes de terre, épaisse, que l'on fait cuire des deux côtés. Au Mexique, la **torta** est une galette plate que l'on fabrique avec de la farine de maïs, elle accompagne toute la cuisine tex-mex. Selon certains chercheurs, les Indiens d'Amérique la préparaient déjà il y a 9000 ans.

1



Le h

Le **hummus** se prépare avec des pois chiches réduits en purée et mélangés avec du tahiné (crème de sésame), de l'aïoli écrasé et du jus de citron. Il est servi avec une pincée de cumin en poudre. C'est l'une des plus anciennes recettes de cuisine qui soit parvenue jusqu'à nous. Les archéologues ont trouvé des traces de la culture du pois chiche, en Mésopotamie, remontant à 10 000 ans. Le **hummus** serait apparu il y a environ 2800 ans, et c'est au 15^e siècle qu'est fixée la recette dont nous nous régalaons aujourd'hui.

2



La f

La **feijoada** est l'un des plats les plus populaires au Portugal, au Brésil et dans plusieurs pays d'Afrique : Angola, Mozambique, Cap Vert. Il doit son nom aux haricots - feijão en portugais - qui entrent dans sa préparation, haricots noirs, rouges ou blancs. La **feijoada** se concocte avec de la viande de porc que l'on laisse longuement mijoter à feu doux, comme tous les ragôts. Cette recette est proche de celle du cassoulet français.

4





Ces aliments qui nous aiment

La bruschetta, la feijoda, le houmous, la moussaka, le porridge, le taboulé, la tortilla

CES 7 RECETTES tour du monde ?



Discobole ayant mangé
trop de moussaka

Les 7 plats
se cachent dans grille.
Mais où
sont-ils passés ?

Le t _ _ _ _ _

Attention, un intrus s'est glissé parmi eux !
Saurais-tu dénicher ce savoureux dessert italien ?

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	E	Y	A	G	A	W	W	X	I	V
2	P	F	H	C	T	A	T	U	P	B
3	E	R	P	S	T	K	A	A	T	U
4	P	I	O	U	E	A	B	L	I	D
5	W	J	R	O	H	S	O	L	R	O
6	J	O	R	M	C	S	U	I	A	Y
7	R	A	I	U	S	U	L	T	M	K
8	S	D	D	O	U	O	E	R	I	Y
9	C	A	G	H	R	M	J	O	S	F
10	K	B	E	X	B	F	Z	T	U	V



5

Dans un vrai _ _ _ _ _
il y a du boulgour (blé
concassé), du persil haché
et des feuilles de menthe.
Ensuite, on peut ajouter
de la tomate, de poignon rose
et du concombre découpé en
petits morceaux, des raisins
secs, du jus de citron.

Cette salade orientale est
facile à faire soi-même en
mélangeant des produits
frais avec des conserves et
des surgelés si pon n'a pas
tout sous la main. La tomate
concassée en boîte, par
exemple, ou le persil surgelé
font très bien l'affaire.



La _ _ _ _ _ est
une gourmandise italienne
dont l'histoire remonte à
l'antiquité romaine. Cette
recette anti-gaspi se fait
avec des restes de pain rassis
que l'on fait griller et que
l'on frotte avec une gousse
d'ail. On ajoute un filet d'huile
d'olive, des tomates séchées,
du basilic, des poivrons, de
la mozzarella ou encore des
anchois, des champignons ou
des petits artichauts dont
les Italiens raffolent.

La b _ _ _ _ _

L'aubergine est à la base de ce plat traditionnel grec
qui se prépare avec de la viande de mouton hachée, de
la sauce béchamel, du beurre, du fromage râpé, de l'huile
d'olive, des aubergines, des tomates, des oignons, de l'ail,
de la cannelle. Certains gourmets y ajoutent même une
cuillère de miel.

Cette savoureuse gourmandise, hautement
calorique, doit être consommée
avec modération si l'on ne
veut pas affoler la balance.

7

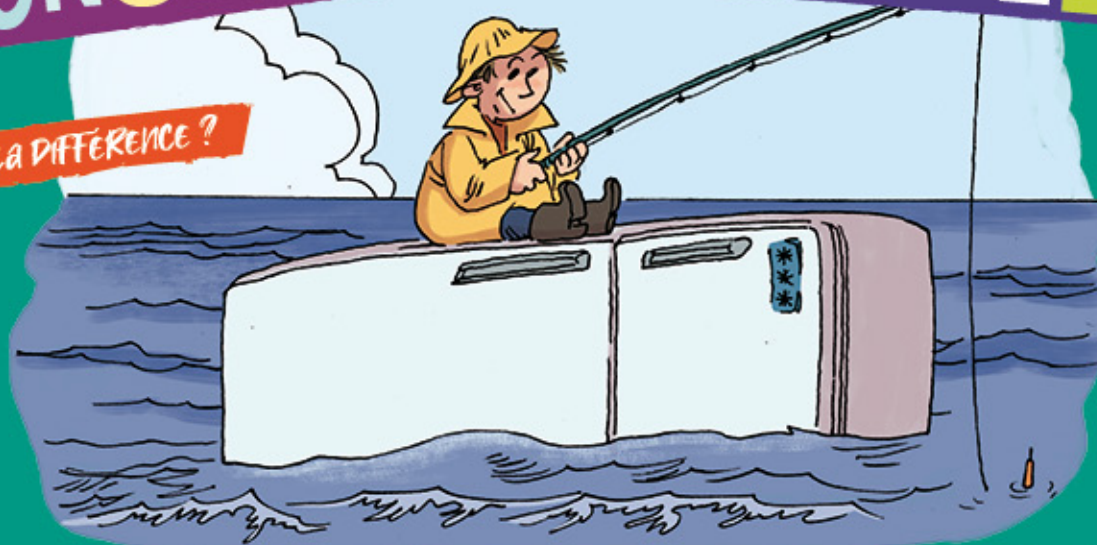
La m _ _ _ _ _





CONGELÉ ou SURGELÉ ?

Connais-tu la différence ?



Sergio SAMA

Les aliments frais et les plats que l'on a cuisinés peuvent être congelés à la maison. Il suffit de vérifier que le congélateur soit bien réglé sur une température minimale de -18°C .

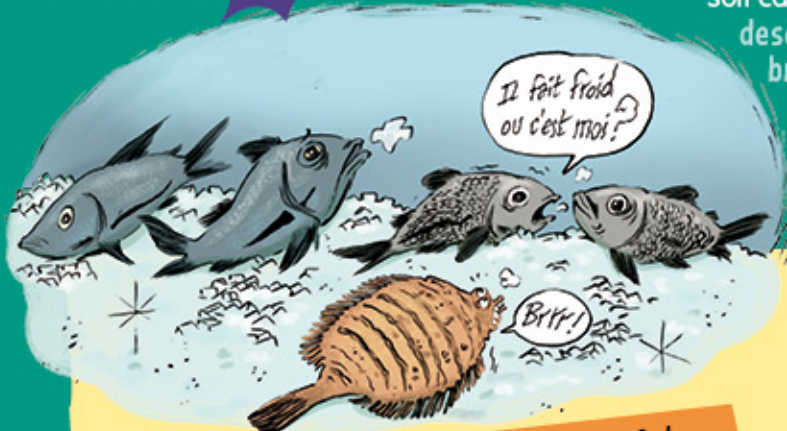
La surgélation est tout à fait différente, elle se fait **au moment de la récolte** pour les fruits et légumes, et **sur le bateau** pour les poissons, les mollusques et les crustacés. Elle demande un **matériel** qui soit capable de descendre

aliment frais à -40°C en un **temps très court**. Le produit est comme figé par le froid.

L'eau qu'il contient se transforme en cristaux de glace, ce qui a pour effet de bloquer toute activité organique, toute prolifération des bactéries et donc tout risque d'intoxication alimentaire.

brutalement la température d'un

Il suffit ensuite de **conserver** l'aliment surgelé dans un congélateur domestique à -18°C .



Assiette : d'où vient ton nom ?

- Il nous rappelle que la porcelaine fut inventée en Chine (Asie) il y a 3600 ans
- La ville d'Assise, en Italie, lui a donné son nom
- Son nom vient du verbe s'asseoir

Assiette vient du verbe s'asseoir : je m'assois, tu t'assois, il ou elle s'assoit. Il faut remonter au Moyen Âge pour en comprendre la raison. A cette époque, on prenait son repas sur une tranche de pain qui servait d'assiette. Le mot assiette ne désignait pas un objet mais la place où l'on s'asseyait autour de la table.



LE SECRET DES ABEILLES

LE MIEL, IL SE CONSERVE (PRESQUE) ÉTERNELLEMENT

Les abeilles savent empêcher le miel de se mettre à fermenter naturellement, ce qui leur permet de le garder autant de temps qu'elles le veulent.



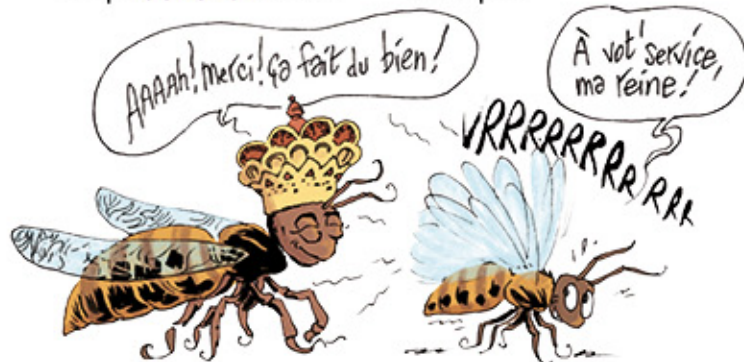
Pour éviter que le miel ne se mette à fermenter sous l'effet de la chaleur et de l'humidité, ce qui détruirait toute

leur production, les abeilles prennent soin de faire évaporer l'eau qu'il contient après l'avoir fabriqué.

Leurs battements d'ailes permettent en effet de faire passer le taux d'humidité du miel de 70% à environ 17%.

A ce niveau, les bactéries et autres champignons microscopiques ne peuvent plus se développer, l'activité bactérienne est bloquée. A cela s'ajoute l'acidité naturelle du miel, autre secret des abeilles, qui empêche également tout développement bactérien.

On a retrouvé un reste de miel qui ne s'était pas dégradé dans une tombe égyptienne remontant à 3000 ans. Personne ne l'a goûté, c'est un trésor archéologique, mais il permet de constater que le miel bat tous les records de conservation d'un produit alimentaire.





AU CONCOURS
MONDIAL DE LA
GOURMANDISE.

TROIS PAYS SONT SUR LE PODIUM

Quand des grands médias décident de mener une **enquête** sur les **plats préférés** des habitants de la planète - la chaîne américaine CNN publie chaque année une étude sur le sujet - la **pizza napolitaine** reste indétrônable, elle domine toujours le classement. Le monde entier s'en régale et la réinvente de mille manières différentes qui n'ont souvent rien à voir avec la recette originale, simple et populaire, née à Naples dans le sud de l'Italie.

La pizza n'est toutefois pas la seule à attirer les gourmands des cinq continents. La cuisine japonaise est également citée avec son fameux **kare*** ainsi que la cuisine indienne et son célèbre **Dahl***.

Mais une spécialité traditionnelle de **Thaïlande** attire aujourd'hui tous les regards avec une recette qui aurait été inventée en **Perse** il y a **trois siècles** : le **curry Massaman**, considéré par de nombreux gourmets comme le **meilleur plat du monde**. Cette gourmandise de la cuisine thaïe confirme le succès des **saveurs d'Asie** dans tous les pays du monde.



Pizza napolitaine



Kare



Dahl

*Le **kare**, au Japon, tout le monde le connaît, c'est l'un des plats les plus populaires du pays. Il s'agit d'un curry d'origine indienne adapté au goût des Japonais qui aiment les recettes épicées. Différents légumes entrent dans sa composition, des carottes, des oignons et des pommes de terre, et plusieurs viandes au choix : porc, bœuf, poulet. Il est généralement servi avec du riz.

*Le **dahl indien** est une recette végétarienne que l'on prépare avec des légumes secs, lentilles corail ou pois chiches. Cette soupe épaisse et riche en protéines végétales constitue souvent un repas complet. Le bouquet d'épices qui la parfume lui donne toute sa saveur.

Pizzeria Da Sergio



Sergio SALVA

Le CURRY MASSAMAN THAÏ



Les ustensiles de cuisine

INGRÉDIENTS

pour 4 gourmands

- 2 blancs de poulet (env. 400g)
- 1 c. à café de sucre de palme ou sucre roux
- 25 cl de lait de coco
- 1 à 2 c. à soupe de pâte de curry Massaman
- 1 c. à soupe de pâte de tamarin
- 1 c. à soupe de sauce poisson (nuoc-mâm)
- 2 pommes de terre moyennes
- 100g de carottes
- 2 échalotes ou petits oignons
- 3 gousses de cardamome
- 1 poignée de cacahuètes nature, non salées



Préparation 15mh Cuisson 30mh

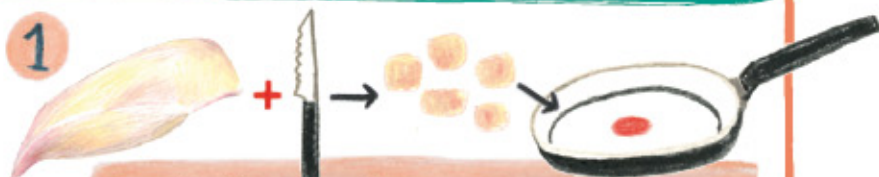
PRÉPARATION



Épluche les pommes de terre et les carottes, découpe-les en dés, puis épluche les échalotes et émince-les en fines tranches.



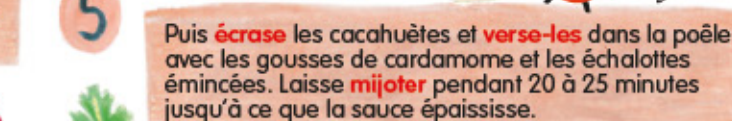
Fais chauffer la pâte de curry Massaman à feu doux avec un peu d'huile puis verse le lait de coco et porte à ébullition. Mélange soigneusement.



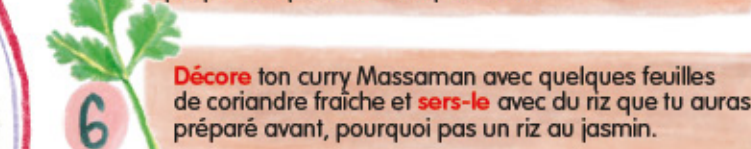
Coupe les blancs de poulet en morceaux de taille moyenne, fais-les revenir dans une grande poêle avec un peu d'huile. Quand ils ont blanchi, réserve-les.



Ajoute alors le poulet, les pommes de terre, les carottes, le sucre de palme, la sauce de poisson, la pâte de tamarin, et laisse mijoter à feu doux. 25mh



Puis écrase les cacahuètes et verse-les dans la poêle avec les gousses de cardamome et les échalotes émincées. Laisse mijoter pendant 20 à 25 minutes jusqu'à ce que la sauce épaississe.



Décore ton curry Massaman avec quelques feuilles de coriandre fraîche et sers-le avec du riz que tu auras préparé avant, pourquoi pas un riz au jasmin.



Le sucre de palme ne doit pas être confondu avec l'huile de palme. La production du sucre de palme répond aux critères d'une agriculture responsable alors que l'huile de palme est loin d'être une amie de la nature. Il existe près de 2500 espèces différentes de palmiers, sucre et huile de palme ne proviennent pas de la même plante.



Merci de préciser que le sucre de palme et l'huile de palme c'est pas pareil.

Et ne me parlez plus de l'huile SUP!

La saveur envoûtante du curry Massaman tient à quelques ingrédients que l'on trouve aujourd'hui facilement en supermarché et dans les épiceries asiatiques : la pâte de curry Massaman, la pâte de tamarin, le sucre de palme, la sauce de poisson et le lait de coco. Cette recette est proposée ici avec du poulet, mais elle peut aussi bien être préparée avec du bœuf, de l'agneau ou encore du canard.



FORUM DU GOÛT : 6^{ÈME} ÉDITION !

Samedi 7 octobre 2023 (de 10h30 à 17h) sur le parvis de la Mairie du 15^{ème}



Cet évènement annuel organisé par la Caisse des écoles du 15^{ème} autour de sa restauration scolaire, est devenu **incontournable** ! Il introduit la **Semaine du Goût** en octobre. De nombreuses **activités** sont proposées aux enfants, dont des **ateliers culinaires**.

Venez **goûter** nos **matières premières** et **découvrir** les **recettes** préparées par **nos équipes de cuisine** pour la cantine. Le Forum du Goût est **un moment festif à partager en famille** avec la Caisse des écoles !

Jeu concours

« J'aime ma cantine »

A l'occasion du Forum du Goût, Philippe GOUJON remettra un **prix** aux enfants ayant participé à **la vie de la cuisine de leur école** dans le cadre du jeu « J'aime ma cantine »... **à découvrir !**



école Cherbourg : l'équipe de cuisine et 5 enfants accompagnés par le directeur de l'école Monsieur Navard et le REV, Monsieur Lepeigneux.

Calendrier des portes ouvertes 2023-2024

Chaque année, la Caisse des écoles propose aux parents de **venir déjeuner à la cantine** et de **visiter la cuisine**. Plus de **300 parents** ont participé à cet évènement en 2022-2023 !

Inscrivez-vous dès à présent auprès de la Caisse des écoles (selon les places disponibles), en vous référant aux modalités précisées sur cde15.fr.

Des dates seront fixées en **2024-2025** pour les écoles ne figurant pas dans le calendrier de cette année.

Date des portes ouvertes 2023-2024

	Dates portes ouvertes	Inscriptions avant le			
S.MICHEL / ROUELLE	09/11/2023	26/10/2023	CORBON / 42 ALLERAY	29/02/2024	15/02/2024
T.DECK / ST LAMBERT	16/11/2023	02/11/2023	C. AMETTE	08/03/2024	23/02/2024
56 F.FAURE	23/11/2023	09/11/2023	DUPLEIX	08/03/2024	23/02/2024
146 F.FAURE / BALARD	30/11/2023	16/11/2023	F.COPPEE	14/03/2024	29/02/2024
MIOLLIS	07/12/2023	23/11/2023	VARET / ST CHARLES	28/03/2024	14/03/2024
MADEMOISELLE	14/12/2023	30/11/2023	GERBERT	25/04/2024	11/04/2024
VIOLET / FONDARY	18/01/2024	04/01/2024	FEDERATION	25/04/2024	11/04/2024
EMERIAU	25/01/2024	11/01/2024	CEPRE	25/04/2024	11/04/2024
VOLONTAIRES / BLOMET	01/02/2024	18/01/2024	SAIDA	15/05/2024	30/04/2024
LACORDAIRE	08/02/2024	25/01/2024	O.DESERRES	15/05/2024	30/04/2024
			F.VOISIN	15/05/2024	30/04/2024
			MORILLONS	15/05/2024	30/04/2024