

Camaïeu de vert

INSPIRATION ET DIVERSITÉ – POUR LES PROS

OCTOBRE | 2024



04

Salade composée
La diversité bien utilisée

06



Dix toppings
avec concours

12

Mettre en conserve
Pour un topping à part

Sommaire

page 4



- 04 De la laitue pommée aux endives**
Voilà de la salade mélangée!
- 06 Dix toppings**
Pour les salades minutes ou exceptionnelles
- 08 Des astuces pour les dressings**
Avec recettes inspirantes
- 10 Umami Microgreens**
Place à la nature
- 12 Courgettes, concombres & Cie**
Idées de toppings en conserve
- 14 Ponthier**
La purée de fruits selon Ponthier
- 16 Vinaigrette fruitée**
La salade de homard repensée
- 17 Purée de fruits pour desserts**
Sponge cake à la banane: c'est du gâteau
- 18 Cocktails**
Le plaisir de mixer



page 10



page 18



page 12

Camaïeu de vert ✓

De nombreux menus leur consacrent une page et rares sont ceux qui s'en passent. Étonnamment, les salades ne reçoivent souvent que peu d'attention dans les cuisines professionnelles. Elles ouvrent pourtant la voie royale pour se démarquer sans trop d'efforts.

«Verte» et «mélangée» est à peine la partie émergée de l'iceberg. Car le monde des salades est aussi coloré que varié. Il en existerait quelque 1'000 sortes différentes, aux couleurs, textures et arômes sans compter. En outre, les sauces à salade les plus diverses permettent d'apporter des accents gustatifs et visuels; les microgreens confèrent une touche de couleur aromatique et les toppings, croustillants ou en conserve, viennent couronner l'ensemble. Dans ce numéro de Cook, nous vous montrons comment tous ces éléments peuvent être réunis pour créer un plat unique, qu'il soit simple ou raffiné, harmonieux ou surprenant. Nous insistons sur ce à quoi il faut prêter attention dans les salades composées, nous fournissons de l'inspiration pour les sauces à salade et les garnitures et présentons des produits qui facilitent le travail quotidien des professionnels. Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir au cours de cette incursion dans le monde bigarré de la salade!

Concours
à la page 7



Des salades composées, pour toutes les circonstances

Endives, laitue iceberg, batavia et bien d'autres salades vertes sont prêtes à l'emploi pour la cuisine professionnelle: c'est pratique, ça permet de gagner du temps et de l'argent – et avec le bon mélange, c'est tout sauf monotone!

Il existerait bien plus de 1'000 variétés de salades. Et chacune d'entre elles séduit par son arôme, sa couleur, sa forme et sa texture propres. Que ce soit la douce lollo rosso avec ses feuilles rouges et frisées, la doucette tendre et noisettée ou encore la radicchio ou trévis rouge légèrement amère et croquante. Comment ne serait-il pas passionnant de réunir toute cette diversité dans une salade composée? Mais cela demande aussi un minimum d'exigences. En effet, quelles sont les salades qui s'associent bien? Et quel mélange de salades convient le mieux à quelle utilisation? Heureusement, il existe pour cela des salades composées prêtes à l'emploi et adaptées aux besoins les plus divers de la restauration. Cela permet d'économiser du temps et de l'argent dans les cuisines professionnelles, tout en offrant une grande diversité, même lorsque les hôtes sont peu nombreux, comme le démontrent nos trois exemples.

ECONOMY CALIFORNIA MÉLANGE DE SALADES

1 kg net

040919

5.40

La salade de base: iceberg, trévis rouge et carottes

La salade mée California réunit deux salades qui restent fraîches jusqu'au lendemain: parfait pour une salade de menu ou une salade du jour, lorsque la fréquentation des clients est aléatoire. De plus, la légère amertume de la trévis rouge s'associe parfaitement à la salade iceberg. Et en ajoutant des carottes, on obtiendra un mélange coloré et volumineux grâce à la coupe grossière en julienne.

La salade Premium: doucette, laitue pommée, scarole, frisée et feuilles de blette

La scarole croquante est légèrement amère, la doucette fine crée un goût de noisette, la laitue pommée tendre apporte un peu de douceur, tandis que les jeunes feuilles de blette donnent un bel aspect coloré et des arômes légèrement terreux. La salade mée Prima Vista est un art de la salade de haut niveau, qui s'apprécie également en topping chaud, par exemple sur un risotto.

QUALITY SALADE MÉLÉE PRIMA VISTA

5 sortes diverses
650 g

043571

8.50

La salade standard: pain de sucre, scarole, trévis rouge et frisée

La salade mée Quality est en tout point polyvalente! Les arômes de noisette de la chicorée pain de sucre se combinent avec d'autres salades légèrement amères comme la scarole. L'aspect visuel n'est pas en reste grâce, entre autres, à la trévis rouge ou à la frisée. La salade standard courante se prête à toutes les combinaisons et peut même être sautée.

QUALITY SALADE MÉLÉE STANDARD

1 kg net

043566

7.24

Ces toppings apportent la touche finale de chaque salade

Avec le bon topping, même la plus simple des salades devient un must. Nous vous proposons dix toppings et comment les utiliser pour créer en un tournemain des salades pour les segments les plus divers.



Astuce de pro: des toppings pour une salade rapide et bon marché

Pour la petite salade de midi, le buffet ou la salade d'accompagnement, les noix et les graines conviennent très bien, grillées au four pendant 6 à 10 minutes à 160 °C maximum. Les croûtons (140 à 180 °C au four) ou les poivrons grillés puis marinés dans de l'huile d'olive constituent également une excellente option.



Astuce de pro: des toppings classiques mais de qualité

Pour l'assiette de salade ou la salade en entrée, les chips de pain, coupées finement et cuites au four à 160 °C maximum, sont idéales. Un œuf frit des deux côtés et mariné aux herbes permet de varier les plaisirs, tout comme la crème de betteraves rouges, composée de betteraves cuites réduites en purée avec un peu de purée de framboises Ponthier.



Astuce de pro: des toppings Premium exceptionnels de grande qualité

Pour le salad bowl, on peut se permettre l'exceptionnel, de la crème de pignons de pin mélangée à de l'eau d'amande (68 °C maximum) jusqu'à la tomate miel coupée en deux et marinée pendant 2 à 4 heures au four à 130 °C, en passant par le filet de bœuf en croûte d'herbes cuit sous vide et finement tranché.



ROYALE PORCELAIN
UNI 09 BOL

16 cm

990997

pièce 4.95

BONBISTRO
CIRRO BOL

16 cm

989802

pièce 7.95

F2D
USKO GREEN ASSIETTE

creuse
22 x 6 cm

989865

pièce 14.95

Concours*

Nous sommes à la recherche du topping le plus créatif! Envoyez maintenant vos toppings créatifs avec une brève description de la préparation jusqu'au 15.11.2024 à foodtrends@transgourmet.ch: avec un peu de chance, vous remporterez un bon d'achat Prodega d'une valeur de CHF 500.-!



Quelques astuces pour faire de vos sauces à salade de véritables stars

Français ou italien? Personnalisé bien sûr! Pour ceux qui veulent se démarquer, quelques astuces permettent d'affiner les classiques et d'en faire des vinaigrettes maison qui feront forte impression. Ou pourquoi ne pas miser carrément sur une nouvelle création de vinaigrette?

PREMIUM
SEL MURRAY RIVER
FLAKES

120820 80 g 11.95

QUALITY
POIVRE

noir
moulu

512630 355 g 9.80



NATURA
BIO
BALSAMICO BLANC

411560

5 dl 4.90

Si les hôtes demandent du pain supplémentaire pour ne pas gaspiller la dernière goutte de vinaigrette, c'est que vous avez réussi quelque chose de bon. Mais pour cela, le routinier ne suffit pas. La sauce à salade française ou italienne classique peut certes servir de base, mais avec de petites astuces, on la transforme en dressing maison personnalisé. Ceci est particulièrement aisé avec différentes huiles, dont le goût varie du neutre – comme celui de l'huile de tournesol – au plus relevé, comme l'huile de piment. Il est également possible d'essayer plusieurs vinaigres: un vinaigre de vin aux herbes apporte une acidité épicée à la vinaigrette, le vinaigre de cidre ou un vinaigre au concentré d'orange contribuent à obtenir des arômes fruités. Dans cette optique, les purées de fruits et de légumes au lieu du vinaigre sont aussi les bienvenues, à condition qu'elles ne soient pas sucrées et qu'elles contiennent un peu d'acidité.

Toujours pas assez de personnalité? Alors, voici quatre recettes pour vous inspirer – bon amusement!

Astuce de pro

Bien combiner l'huile et le vinaigre

Lors de la préparation d'une vinaigrette, veillez à ce que les arômes de l'huile et du vinaigre ne se volent pas mutuellement la vedette: si le vinaigre de framboise doit rester au centre de l'attention, on l'associera à une huile neutre, tandis qu'un vinaigre de base accompagnera une huile de noisette corsée.

Quand la vinaigrette tranche

Si la vinaigrette tranche, la chaleur peut aider: en chauffant, l'amidon de la moutarde est activé, ce qui stabilise la vinaigrette. Pour ceux qui travaillent sans moutarde, un peu de lécithine de soja permet avantageusement de lier le tout.

DRESSING À LA BETTERAVE ET AU BABEURRE

Le fait qu'une mayonnaise serve de base à cette sauce à salade en dit déjà long. Associé au babeurre et à la betterave, il constitue un régal aussi bien pour le palais que pour les yeux.

Ingrédients pour 10 portions

1	œuf
150 ml	d'huile de chardon
1	citron
30 ml	de vinaigre de pomme
8 g	de sel
2 g	de poivre
100 ml	de jus de betterave
100 ml	de babeurre

Préparation

- Préparer une mayonnaise avec l'œuf, l'huile de chardon, le zeste et le jus de citron, le vinaigre de pomme, le sel et le poivre
- Monter avec le jus de betterave et le babeurre
- Laisser refroidir la vinaigrette pendant 30 minutes, servir à température ambiante

Recettes



PREMIUM
BIO
VINAIGRE DE POMME

Suisse

235261

200 ml 9.95



Portrait | Microgreens de chez Umami

En plein cœur de Zurich, l'entreprise Umami cultive des microgreens. Ce ne sont pas seulement les plantes qui sont mini, mais aussi l'espace et l'eau nécessaires. Tout cela est rendu possible par une technologie astucieuse.

DES MICROGREENS, COMME DANS LA NATURE

Dans un bâtiment industriel situé au centre de Zurich, de petites plantes, appelées microgreens, poussent sur des étagères superposées: petits pois, radis, tournesols, radis blanc, roquette et bien d'autres encore, récoltés en petit format et débordant de force et d'arôme. Pour ce faire on n'ajoute pas simplement et artificiellement les nutriments aux microgreens. Car dans ce jardin d'Eden vivent aussi des poissons, des crevettes, des crevettes grises, des escargots et d'autres animaux. Ils sont nourris avec des aliments bio-végétariens et fournissent une eau riche en nutriments pour les microgreens. Ceux-ci purifient à leur tour l'eau pour qu'elle soit à nouveau prête à accueillir les animaux. Un cycle naturel qui garantit des microgreens particulièrement savoureux, mais aussi la durabilité, comme l'explique Denis Weinberg d'Umami. «Par rapport à l'agriculture conventionnelle, nous avons besoin de 90% d'eau en moins et de 89% d'espace en moins pour nos microgreens, et les émissions de CO₂ sont également beaucoup plus faibles».



Robin Bertschinger & Denis Weinberg



UNE EXPÉRIENCE PARTICULIÈREMENT SAVOUREUSE

Les visionnaires d'Umami ont longuement réfléchi au bon équilibre entre plantes et animaux. «Nous avons découvert que plus l'écosystème est grand et diversifié, plus il est stable. Par ailleurs, la taille et la diversité de l'écosystème ont aussi un effet positif sur le goût des microgreens», explique Denis Weinberg. «D'après ce qu'en dit notre clientèle, nous avons pu créer une expérience particulièrement savoureuse grâce à notre cycle». Il n'est donc pas étonnant que les microgreens d'Umami jouissent d'une grande popularité. En 2019, l'entreprise a augmenté sa production et déménagé, tout en restant à Zurich. Entre autres pour rester facilement accessible, car le jardin d'Eden au milieu de la grande ville peut aussi se visiter. «La transmission des connaissances fait aussi partie de nos grandes motivations». Entre-temps, les microgreens sont disponibles dans toute la Suisse, y compris chez Transgourmet et Prodega.

Microgreens: petites plantes, grands effets

Cela fait longtemps maintenant que les petites plantes de Zurich ont conquis la scène gastronomique à travers toute la Suisse. Rien d'étonnant à cela: les microgreens d'Umami sont riches en nutriments et en goût, visuellement captivants et faciles à utiliser.

Les microgreens offrent un immense éventail de possibilités. Les pousses sont récoltées à l'adolescence pour ainsi dire, lorsque la concentration en nutriments est la plus élevée. «Cela signifie aussi beaucoup de goût et de nutriments dans un espace minuscule», explique Denis Weinberg d'Umami. Il recommande d'utiliser les microgreens frais, car leur goût et leur fraîcheur sont alors à leur apogée.

UMAMI
MICROGREEN
QUERBEETMIX

80 g
043522

NEW

7.75

UMAMI
MICROGREEN
RADIS

80 g
043523

NEW

7.75

UMAMI
MICROGREEN
PETITS POIS

80 g
043520

NEW

8.50

UMAMI
MICROGREEN
PROTEINMIX

80 g
043521

NEW

8.50

Conseil de pro:

comment utiliser correctement les micro-herbes

Les micro-herbes peuvent apporter la touche de saveur souhaitée à un plat, mais on peut aussi les utiliser pour la finition ou comme topping dans des salades ainsi que d'autres plats.

UMAMI
MICROGREEN
TOURNESOLS

80 g
043524

NEW

8.50

Toppings en bocaux

L'automne est la saison des conserves! Les bocaux typiques de Weck s'utilisent depuis longtemps tout au long de l'année pour créer de nouvelles textures et de nouveaux arômes. Cela vaut aussi pour les garnitures de salade.



Autrefois, les légumes comme le chou blanc étaient surtout mis en conserve en vue d'une plus longue durée de conservation. Le fait que le goût et la texture changeaient lors de la mise en conserve – la choucroute en est le meilleur exemple – était plutôt une question secondaire. Aujourd'hui, c'est justement cela qui est recherché: en mettant en conserve des courgettes, des concombres & cie, on crée de nouvelles expériences culinaires. Cela peut également être mis à profit pour les garnitures de salade. En effet, le vinaigre et les épices donnent aux légumes un goût prononcé, légèrement acide, qui crée un contraste saisissant avec la salade. Il est tout à fait possible d'expérimenter différents composants gustatifs, du piment par exemple, pour donner un peu de piquant. En même temps, la marinade donne aux légumes un nouveau croquant surprenant – parfait pour les toppings. Même la durée de conservation redevient ici à nouveau un véritable atout: une fois mis en conserve, on a des toppings en réserve, pour une finition rapide des salades au quotidien.

Astuce de pro



Combiner le pickles

Les légumes macérés s'intègrent aussi parfaitement dans une salade avec des légumes frais ou encore du fromage par exemple, pour des salades particulièrement variées.

Le bon équilibre du liquide de macération

L'acidité, le sel et le sucre doivent être bien équilibrés entre eux dans le liquide de macération, afin que les légumes bénéficient d'un complément de goût idéal.

Comment conserver longtemps le pickles

Les légumes macérés se conservent de préférence dans l'obscurité, au frais et au sec. Ils se conservent plusieurs semaines, voire plusieurs mois, au réfrigérateur. Une fois ouvert, ils doivent toutefois être consommés dans un délai d'une à deux semaines.



**BIO
FENOUIL**

du pays/importation
env. 700 g net

041754

prix du jour



Purées de fruits de Ponthier

L'assortiment Ponthier comprend plus de 40 fruits provenant du monde entier. Pour la plupart sous forme de purée de fruits, ce qui n'enlève rien à leur caractère naturel. Bien au contraire.

FRUITS CUEILLIS À MATURITÉ ET TRAITÉS RAPIDEMENT

Tout a commencé avec une entreprise de commerce de fruits au milieu de pommiers, de mûriers et de framboisiers étalés sur environ 80 hectares de terrain. Aujourd'hui, près de 80 ans plus tard, l'entreprise est toujours basée à Objat, dans le sud-ouest de la France. Mais entre-temps, l'assortiment comprend une variété de choix avec plus de 40 fruits différents provenant du monde entier, des bananes du Costa Rica aux griottes de Serbie. Le goût naturel est toujours la priorité de l'entreprise familiale. En conséquence, les fruits doivent être cueillis les plus mûrs possible et transformés le plus rapidement et le plus délicatement possible – à proximité du lieu de culture – en coulis et en purées.

DES PURÉES DE FRUIT POUR LA RESTAURATION

Avec ses purées de fruits, l'entreprise s'est entre-temps fait un nom au niveau international et exporte plus de 70 pourcent de ses produits dans 65 pays à travers le monde. Elles facilitent énormément le quotidien de la restauration, sans faire de compromis sur le goût et la qualité. Que du contraire: c'est justement la transformation en purées réfrigérées qui permet à l'entreprise de transporter le goût naturel des fruits quasiment directement du verger à la cuisine. Et de là, jusqu'à l'assiette des clients.



**PONTHIER
PURÉE DE FRUIT
DE LA PASSION**

Ecuador
1 kg

521630

13.50

**PONTHIER
PURÉE DE FRAMBOISE**

Serbie
1 kg

521601

13.60

**PONTHIER
PURÉE DE MÛRE**

France, Serbie
1 kg

520318

10.95



**PONTHIER
PURÉE DE MANGUE**

Inde
1 kg

521621

11.30

**PONTHIER
COULIS DE FRUITS ROUGES**

Pologne, Maroc, Espagne,
Serbie, France
1 kg

094933

10.95

**PONTHIER
PURÉE DE PÊCHE**

France
1 kg

094931

9.30

Des purées de fruits pour salades et plus encore

Les purées de fruits Ponthier offrent un goût de fruit intense et naturel combiné à une longue durée de conservation et s'emploient de toutes les façons. Elles sont donc parfaitement adaptées à une utilisation dans les cuisines professionnelles.

Une vinaigrette fruitée pour la salade de homard



Aussi différents que soient le homard et la laitue pommée, ils se marient pourtant très bien dans un même plat en raison de leur légère douceur. Mais ce n'est qu'en y ajoutant un peu d'acidité que cela devient vraiment intéressant. Cela ne pose aucun problème avec la purée de griottes.

La salade de homard est un vrai classique et une union passionnante entre la mer et la terre. Mais dans la variante Cook, nous allons encore plus loin: nous introduisons des arômes de grillade à la douceur de la chair de homard, tandis que nous ajoutons des tomates et des pignons à la laitue et créons de nouvelles textures en la faisant mijoter. L'apothéose? Une vinaigrette aux griottes, qui complète ce duo passionnant par une délicieuse acidité et montre que les purées de fruits conviennent aussi pour les sauces à salade.



**PONTHIER
PURÉE DE GRIOTTE**

Serbie
1 kg

520323

9.50

Aussitôt dit, aussitôt prêt

Sponge cake à la banane avec glace aux noix de cajou et gelée de café-cacao, cela paraît tarabiscoté n'est-ce pas? Et pourtant c'est simple grâce aux bons ustensiles de cuisine et à une purée de bananes prête à l'emploi.

Les desserts sont pour ainsi dire le domaine de prédilection des purées de fruits: qu'il s'agisse de sorbets, de tartes, de crèmes ou de puddings, les purées de fruit facilitent le travail et garantissent un arôme fruité intense. Par exemple, pour ce sponge cake à la banane: pas de risque de se demander si les bananes ne sont pas assez ou trop mûres, pas d'épluchage ni de réduction en purée nécessaires. Au lieu de cela, la purée prête à l'emploi est directement placée avec les autres ingrédients dans le mixeur, puis dans l'émulsionneur Kisag. Le résultat? Un cake aéré et fruité, simple et rapide à réaliser, que l'on a encore rarement servi de cette manière et qui peut être combiné à l'envi. Notre suggestion de présentation: quelques noix de cajou et un expresso. Dans le style Cook, bien sûr.

SPONGE CAKE À LA BANANE AVEC GLACE AUX NOIX DE CAJOU ET GELÉE DE CAFÉ-CACAO

Ingrédients pour 10 portions

Sponge cake à la banane

200 g de purée de bananes
2 œufs
100 g de blancs d'œufs
60 g de farine
50 g de sucre

Glace aux noix de cajou

200 g de noix de cajou, entières
400 g d'eau
50 g de sirop d'agave
5 g de vanille

Gelée au café et au cacao

200 g d'expresso
125 g d'eau
80 g de sucre
30 g de poudre de cacao
5 g d'agar-agar



**PONTHIER
PURÉE DE BANANE**

Costa Rica
1 kg

521361

9.40



• MARTINI

• CUBA LIBRE

• MANHATTAN

cheers

BÉATRICE BARON
PRESTIGE BRUT
CHAMPAGNE AOC

France
Champagne

637771

75 cl. 22.90

BÉATRICE BARON
PRESTIGE ROSÉ BRUT
CHAMPAGNE AOC

France
Champagne

655641

75 cl. 18.80

Pour le plaisir de mixer des cocktails

Les cocktails aux fruits ont leur place sur toutes les cartes de bar et procurent un pur sentiment de vacances. Pour éviter le stress derrière le bar, il est facile de mixer et de shaker avec des purées de fruits. Que ce soit avec une purée de fruits de la passion, de framboises ou de mûres, voici nos cinq conseils pour réaliser des cocktails et mocktails fruités, un plaisir rafraîchissant pour finir en beauté.



Absolut Passion



Sunny Mango



Royal Raspberry



Sweet Berry 0,0%



Black Berry Kiss



Recettes

Touch me



Plongez-vous dans l'univers de Cook!

Dès à présent, la marque Cook est à nouveau présente dans les marchés et ce, dans toutes les régions linguistiques de Suisse!



Qu'offre ce totem numérique interactif? L'écran tactile présente chaque semaine des «Reels» inspirants sur les thèmes de l'assortiment, des techniques culinaires innovantes et des recettes. Vous avez raté quelque chose ou vous n'avez pas eu le temps sur place? Pas de problème! Tous les contenus peuvent être consultés à tout moment sur cook.transgourmet.ch ou sur Instagram. Profitez de cette occasion pour tester le nouveau totem numérique interactif directement dans votre marché!

Transgourmet/Prodega

Transgourmet Suisse SA
Lochackerweg 5
3302 Moosseedorf

031 858 48 48

cook.transgourmet.ch
webshop.transgourmet.ch

14.10–21.12.2024

Les prix sont sujets à changement et à des restrictions quantitatives. Les prix indiqués sont ceux du libre-service en gros. Vous trouverez les prix actuels de la livraison en gros sur notre magasin en ligne. Toutes les offres s'entendent en CHF hors TVA.

*En prenant part à ce jeu concours, les participants acceptent les conditions de participation suivantes.

Sont autorisés à participer une seule fois au jeu concours, uniquement les clients actifs de Transgourmet Suisse SA domiciliés en Suisse. En sont exclus, les collaborateurs de Transgourmet Suisse SA. Le tirage au sort sera effectué par Transgourmet Suisse SA le 20.11.2024 à huis clos et de façon aléatoire. Le/La gagnant(e) sera ensuite contacté(e) personnellement. Le paiement en espèces, l'échange ou le transfert à titre onéreux ou gratuit (comme la revente, la vente aux enchères, la donation, etc.) de tout ou partie du gain ne sont pas autorisés. Nous n'échangeons aucune correspondance dans le cadre du concours. Seul le droit matériel suisse est en vigueur. Toute action en justice est exclue.

Les dispositions relatives à la protection des données de Transgourmet Suisse SA s'appliquent (www.transgourmet.ch/declaration-de-protection-des-donnees).

imprimé en
suisse