

— Mon —

LIVRET

*de recettes*

---



16 juin 2015



4<sup>e</sup> Journée Nationale  
de l'Alimentation

à l'Hôpital, en EHPAD  
et Maisons de retraite



# UN LIVRET DE RECETTES DE FRUITS

*pour saluer le savoir-faire des pâtissiers*

Pour la première fois en 2015, la Journée Nationale de l'Alimentation à l'Hôpital, en EHPAD et en maisons de retraite, qui s'est déroulée dans plus de 700 établissements participants, a proposé aux équipes de participer à des concours nationaux. Cette démarche a reçu un écho enthousiaste de la part des professionnels.

Avec « **Fruits en fête !** », il s'agissait de récompenser la créativité des pâtissiers pour la préparation de fruits frais. Notre jury était constitué de **deux partenaires associatifs** de la Journée (UDHIR, ACEHF) et **d'un partenaire médias** (Le Cuisinier).

Notre constat a été unanime : tous les pâtissiers ont déployé une immense créativité et n'ont ménagé ni leur temps, ni leur énergie pour faire de ce concours une véritable fête, pour les fruits de printemps, mais aussi pour tous les convives, qui ont été heureux de les déguster sous toutes leurs formes : génoises, brunoises, verrines, mousses, coulis, salades, brochettes, tartelettes, cocktails... Imagination, savoir-faire, plaisir de faire plaisir à tous : tels sont les qualités qui ont animé l'événement et ont été sources de beaucoup d'émotions.

C'est pourquoi, au-delà des trois lauréats ex aequo, nous avons tenu à présenter dans ce livret nos coups de cœur pour 13 autres professionnels tout aussi méritants.

**Un grand merci à tous !**

Les récompenses pour les trois lauréats :

- un bloc couteaux et éplucheur céramique (offert par becom!)
- une planche à découper antidérapante Master Class (offerte par becom!)
- un abonnement d'un an au magazine Le Cuisinier
- un livre de chef (offert par le magazine Le Cuisinier)

Les membres du jury :



**Didier Girard,**  
chargé de mission  
UDHIR pour la Journée



**Laurent Lussagnet,**  
membre de l'ACEHF



**Karine Averty,**  
rédactrice en chef du  
magazine Le Cuisinier

# SOMMAIRE

## Les 3 lauréats

Annick Bigouret, EHPAD Les Bouquets, Bellegarde-en-Marche (23) .....	8
Samuel Burot, Centre Hospitalier Haut Anjou, Château-Gontier (53) .....	10
Sylvain Michel, EHPAD du Centre Hospitalier, Hautmont (59) .....	12

## Les 13 coups de coeur du jury

Cédric Duranti, Polyclinique Saint-Jean, Cagnes-sur-Mer (06) .....	16
Jean-Michel Bihan-Poudec, Centre Hospitalier, Lesneven (29) .....	18
Grégory Graulière, Patricia Bassaler, Foyer Esperanza et Laride, Lesparre (33) .....	20
Vanessa Ferrer, Marion Bonnecaze, Résidence Anatole France, Frontignan (34) .....	22
Cécile Lux, Hôpital La Seilleraye (Pôle d'Activités et de Soins Adaptés), Carquefou (44) .....	24
Claudine Baillot, Annick Pettini, EHPAD Félix Grelot, Nogent (52) .....	26
Rolland Patrice, Vanessa Cobigo, Clinique des Augustines, Malestroit (56) .....	28
Eddy Rainguez, Centre Hospitalier, Lens (62) .....	30
Mathieu Lassalle, Centre Hospitalier, Oloron Sainte-Marie (64) .....	32
Olivier Haltz, Centre Hospitalier, Abbeville (80) .....	34
Catherine Candes, EHPAD La Minorque, Toulon (83) .....	36
Léon Ranasingh, Hôpital Privé Gériatrique Les Magnolias, Ballainvilliers (91) .....	38
Céline Chevalier, Groupe Hospitalier Henri Mondor, Créteil (94) .....	40



# LES 3 LAURÉATS





# PANA COTTA GLACÉE À LA RHUBARBE

*ENPAD Les Bouquets,  
Bellegarde-en-Marche (23)*



*Annick Bigouret*

## Présentation

Pana cotta glacée à la rhubarbe montée sur bâtonnets piqués sur une tranche de pastèque et accompagnée d'un coulis de fruits rouges.

## Bénéfices

Les bâtonnets permettent une préhension facile ; la rhubarbe est un fruit de saison familier des personnes âgées ; la recette peut être facilement enrichie nutritionnellement ; la glace est consommable par tous les résidents.

## Trucs et astuces

Utiliser des moules en silicone facilement démoulables. Sortir les glaces un peu avant la consommation pour qu'elles ne soient pas trop dures à manger. Présenter les bâtonnets sur un support fruit rouge pour les mettre en valeur. Ajouter une feuille de menthe pour la couleur.





*Préparation : 30 minutes*



*Pour 10 personnes*

### *Ingrédients*

<i>Crème fraîche .....</i>	<i>300 g</i>
<i>Fromage blanc .....</i>	<i>200 g</i>
<i>Gélatine .....</i>	<i>1 feuille</i>
<i>Sucre .....</i>	<i>200 g</i>
<i>Rhubarbe .....</i>	<i>500 g</i>
<i>Poudre de lait .....</i>	<i>200 g</i>

### *Réalisation*

- *Faire chauffer la crème fraîche avec le fromage blanc et le sucre*
- *Incorporer la gélatine*
- *Mixer la rhubarbe crue et l'incorporer au mélange*
- *Mettre au congélateur*
- *Démouler et napper de coulis aux fruits rouges ou sauce chocolat*
- *Décorer avec une feuille de menthe*



# MILLE-FEUILLE AUX FRUITS MOUSSE RHUBARBE

*Centre Hospitalier Haut-Anjou  
Château-Gontier (53)*

 Samuel Burot

## Présentation

Recette à base de fruits de saison qui constitue un bon compromis gustatif (fraises, framboises, rhubarbe), et d'une pâte feuilletée légère et croustillante, facile à saisir.

## Bénéfices

Les couleurs stimulent l'appétit, les trois fruits apportent des goûts différents peu sucrés, la texture est facile à mastiquer.

## Trucs et astuces

Remplacer la mousse par une crème pâtissière légère ou de la chantilly, les fruits par d'autres fruits selon la saison (par exemple abricots, pêches, clémentines). Fabriquer ou acheter le feuilletage à l'avance.



Cuisson : 20 minutes



Préparation : 1h30



Pour 10 personnes

## Ingrédients

Rhubarbe .....	500 g
Fraises .....	400 g
Framboises .....	250 g
Menthe (botte) .....	1
Crème foisonnement .....	30 cl
Feuilletage :	
- Farine .....	400 g
- Beurre .....	200 g
- Eau .....	PM
- Sel .....	PM

Groseilles (facultatif)

## Réalisation

- Couper en tronçons la rhubarbe et faire compoter avec le sucre
- Préparer le coulis de fraises ( $\frac{2}{3}$  du poids total)
- À mi-cuisson, ajouter la menthe ciselée et filtrer
- Abaisser un pâton d'environ 2 mn d'épaisseur jusqu'à obtenir une forme de « boudin »
- Couper en tronçons fins
- Étaler de nouveau assez fin en forme allongée (à la place de la farine, utiliser du sucre glace pour abaisser)
- Cuire entre 2 plaques à 165° pendant 15 à 20 min
- Monter la crème foisonnement en chantilly, incorporer la compotée de rhubarbe refroidie



## L'INOPINÉ

*EHPAD du Centre Hospitalier,  
Hautmont (59)*



*Sylvain Michel*

### Présentation

Recette qui superpose différents goûts et différentes textures, avec un souci visuel particulier.

### Bénéfices

Ce gâteau est consommable par tous les résidents, les couleurs offrent un plaisir visuel, la menthe, les fruits rouges et l'abricot un plaisir olfactif, le sucré, l'acidulé et la douceur un plaisir gustatif, ainsi que les différentes textures (craquant du sablé, moelleux des fruits, légèreté de la mousse).

### Trucs et astuces

Gagner du temps en utilisant une cellule de refroidissement. Réaliser le dessert en verrines individuelles ou grand format. Pour des personnes diabétiques, remplacer le sucre par un édulcorant après refroidissement des fruits mixés. Pour les personnes mangeant mixé, incorporer le biscuit aux abricots mixés. Pour les personnes mangeant avec les mains, rajouter de la gélatine. Remplacer les biscuits par des palets ou des spéculos.



Cuisson : 20 minutes



Préparation : 45 minutes



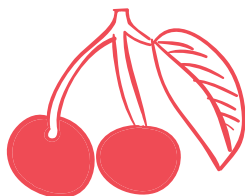
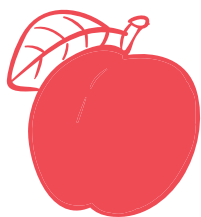
Pour 10 personnes

## Ingrédients

Sablés .....	100 g
Beurre doux .....	60 g
Sucre glace .....	325 g
Sucre vanillé .....	3 g
Crème fraîche .....	350 g
Gélatine en feuille .....	12 g
Menthe fraîche .....	3 g
Citron pressé .....	9 g
Fraises gariquettes .....	500 g
Framboises .....	350 g
Abricots France .....	750 g
Avocats .....	960 g

## Réalisation

- Laver rapidement les fruits et les faire sécher sur de l'essuie-tout ou un torchon propre. En réserver pour la décoration
- Faire ramollir 4 g et 8 g de gélatine dans 2 bols d'eau froide
- Mixer les fruits rouges, les passer au tamis dans le jus recueilli, ajouter 100 g de sucre glace et 1 sachet de sucre vanillé. Laisser cuire 20 min. à feu doux
- Ajouter les 8 g de gélatine essorée, la laisser fondre. Réserver au frais
- Procéder de même pour les abricots, sans les passer au tamis, en ajoutant les 4 g de gélatine
- Mixer grossièrement les biscuits, ajouter 60 g de beurre fondu
- Tapisser le fond du cerclage posé sur une feuille de papier sulfurisé. Mettre au réfrigérateur 30 min.
- Peler les avocats, retirer les noyaux, les réduire en purée en ajoutant 100 g de sucre glace, 1 sachet de sucre vanillé, le citron pressé. Réserver au frais
- Sortir le biscuit du réfrigérateur, le détacher délicatement du moule sans l'ôter. Verser dessus la préparation d'abricots. Réfrigérer 15 min.
- Verser la préparation d'avocats et terminer par la préparation de fruits rouges. Mettre au frais 30 min.
- Monter la crème fraîche en chantilly, ajouter la menthe et 25 g de sucre glace
- Étaler la chantilly sur le gâteau avec une spatule, mettre au réfrigérateur 4 heures avant de servir



# LES 13 COUPS DE COEUR DU JURY

# ABRICOTS AOP ROUGES DU ROUSSILLON EN CAMAIEUX ACIDULÉ

*Polyclinique Saint-Jean*  
*Cagnes-sur-Mer (06)*



*Cédric Duranti*

## Présentation

Recette qui décline plusieurs nuances de orange. Démonstration, élaboration et dressage par l'atelier « Tous ensemble » (patients atteints de cancer).

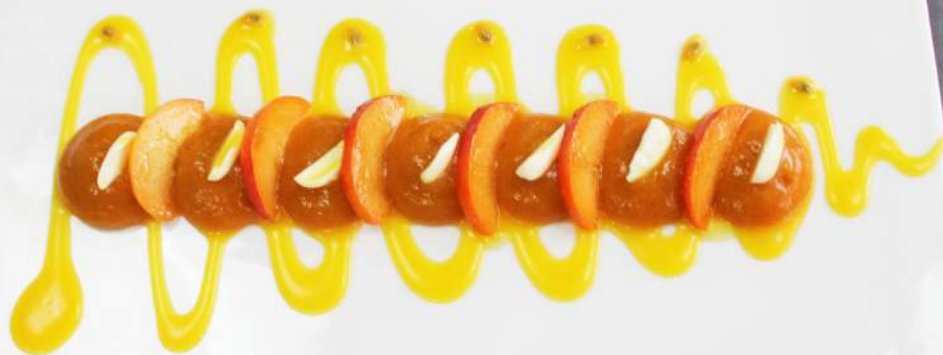
## Bénéfices


La recette est déclinable en toutes textures et avec d'autres fruits selon les saisons, nourrissante pour les personnes à risque de dénutrition.


## Trucs et astuces

Pour des personnes atteintes de diarrhées, remplacer les fruits (par exemple des pommes, des coings et des bananes). Pour des personnes diabétiques, remplacer le sucre par un édulcorant. Gagner du temps et réduire le coût en utilisant des abricots appertisés au sirop ou des amandes effilées. Acheter la pulpe de fruit de la passion en Produits Alimentaires Ingrédients. Simplifier le dressage en un seul dôme sur une petite assiette ou en ramequins (gros volumes). Réaliser un camaïeu d'une autre couleur.





 *Préparation : 1h20*

 *Pour 10 personnes*

## *Ingrédients*

### Concentré abricot :

Abricots rouges du Roussillon AOP très mûrs ... 950 g  
 Pomme golden ..... 800 g  
 Vanille bourbon ..... ½ gousse  
 Sucre de canne ..... 100 g

### Emulsion passion :

Fruit de la passion ..... 10 PCE  
 Sucre de canne ..... 50 g  
 Huile d'olive fruitée AOP de Nîmes ..... 50 cl

### Décor abricot cru :

Abricots rouges du Roussillon AOP fermes .... 200 g  
 Huile d'olive fruitée AOP de Nîmes ..... 20 cl

### Amandes fraîches :

Amandons France ..... 200 g  
 Émulsion passion ..... PM

## *Réalisation*

### Concentré d'abricots

- Laver les abricots, les pommes et les fruits de la passion (protocole de désinfection des végétaux)
- Éplucher les pommes et lever les noyaux d'abricots
- Tailler en morceaux les pommes et les abricots très mûrs
- Compoter avec 100 g de sucre et la ½ gousse de vanille fendue
- Cuire jusqu'à obtention d'une compotée sans eau de végétation
- Mixer dans un cutter propre et désinfecté jusqu'à obtention d'une purée lisse
- Refroidir rapidement en cellule

### Décor abricots crus

- Tailler en fines lamelles
- Ajouter un filet d'huile d'olive
- Réserver au froid positif

### Émulsion passion

- Réserver le contenu d'un fruit de la passion
- Filtrer le contenu des fruits de la passion au chinois étamine
- Bien fouler
- Ajouter le sucre, cuire jusqu'à épaississement
- Refroidir, émulsionner à l'huile d'olive
- Réserver en flacons pipette propre

### Amandes fraîches

- Casser les amandes fraîches, récupérer l'amande
- Peler, mariner avec l'émulsion passion, réserver au froid positif

# PURÉE FRAISES-KIWIS AU MIEL ET AUX ÉPICES

*Centre Hospitalier  
Lesneven (29)*



*Jean-Michel Bihan-Poudec*

## Présentation

Recette à base de fruits frais de saison servis en purée, dressée en 4 couches alternée dans des verrines et décorée d'un fleuron de chantilly et d'une lamelle de fraise.

## Bénéfices

La recette peut être consommée par tous les résidents, tous les sens sont sollicités : les verrines sont visuellement appétissantes par leurs couleurs vives et festives, les fraises bio bretonnes ont une odeur sucrée, la préparation légèrement poivrée rehausse le goût, de même que le mariage de la fraise suave et des kiwis acidulés, l'ensemble étant relevé par le miel et les épices. Les circuits courts ont été recherchés.

## Trucs et astuces

Choisir une variété de fraises bien rouges (par exemple la Marat des bois). Privilégier des kiwis bien mûrs pour ne pas rendre la purée trop acide. Vérifier que les deux purées ont la même consistance afin d'éviter qu'elles ne se mélangent. Couper les fruits en petits dés et les servir dans des verrines plus grandes. Présenter sur un set de table aux couleurs de la recette.



Préparation : 15 minutes



Pour 10 personnes

## Ingrédients

Fraises du terroir certifiées Agriculture Biologique ...	500 g
Kiwis .....	500 g
Miel du terroir certifié Agriculture Biologique .....	30 g
Gingembre .....	10 g
Poivre noir .....	2 g
Jus de citron .....	3 cl
Crème fraîche .....	5 cl
Épaississant à froid .....	40 g

## Réalisation

- Laver et équeuter les fraises
- Éplucher les kiwis
- Réserver 4 petites fraises pour la décoration
- Mixer les fraises en y ajoutant le miel, le gingembre et l'épaississant (25 g)
- Assaisonner au poivre noir à votre goût
- Mixer les kiwis en y ajoutant le jus de citron et l'épaississant (15 g)
- Couper les fraises en lamelles pour la décoration
- Monter la chantilly en la sucrant légèrement
- Dresser les purées de fruits en 4 couches dans les verrines (kiwi-fraise-kiwi-fraise)
- Ajouter en décoration un fleuron de chantilly et une lamelle de fraise\* sur chaque verrine
- Servir bien frais

# SALADE DE FRUITS REVISITÉE

*Foyer Esperanza et Laride*  
*Leparre (33)*



Grégory Graulière, Patricia Bassaler

## Présentation

Réinventer des recettes bien connues et donner du plaisir par les couleurs, les parfums, les formes, les alliances de goûts sucré-doux-acide. Les recettes ont été réalisées par les résidents.

## Bénéfices

Recettes simples, rapides, réalisables en institution, peu coûteuses.

## Trucs et astuces

Pour affermir le dressage, utiliser des feuilles de brick comme support de la salade fruits et comme feuilles des mignardises. Pour apporter de la brillance et fixer les fruits, utiliser des sirops de menthe et de basilic.



Préparation : 25 minutes



Pour 10 personnes

## Ingrédients

Fraises .....	500 g
Pommes .....	200 g
Manques .....	1 kg
Myrtilles .....	125 g
Framboises .....	125 g
Kivis .....	5
Melon .....	1
Fruits de la passion .....	4
Feuilles de brick .....	4
Basilic .....	60 g
Sucre .....	500 g
Beurre .....	25 g

- 21 -

## Réalisation

- Laver et désinfecter les fruits
- Confectionner un sirop à 30 °
- Faire infuser le basilic et la menthe dans le sirop
- Tailler en carpaccio
- Confectionner un caramel au beurre
- Tailler les feuilles de bricks au format désiré
- Plonger les feuilles dans le caramel
- Laisser refroidir
- Dresser les fruits coupés sur la feuille de brick préalablement placée sur l'assiette en créant du volume et en panachant les couleurs de fruits
- Napper la salade de fruits revisitée à l'aide du sirop à 30 ° refroidi
- Avec le reste des fruits, confectionner un coulis pour le décor de l'assiette (fruits + eau + sucre)

# FRUIZZA

*Résidence Anatole France  
Frontignan (34)*



*Vanessa Ferrer, Marion Bonnecaze*

## Présentation

Créer une illusion de pizza en variant les couleurs et en découpant différentes tailles de fruits de saison : pastèque, kiwis, fraises, melon jaune, melon orange, groseilles. La recette a été réalisée par les résidents dans l'atelier « Fruizzaiolo ».

## Bénéfices

La recette assure les apports vitaminiques et en fibres, complète l'apport hydrique journalier. L'atelier s'intègre dans le projet d'autonomisation des résidents.

## Trucs et astuces

Découper la pastèque dans le sens de la largeur en tranches d'un centimètre d'épaisseur pour constituer la base « tomatée ». Découper les fruits en morceaux de la taille des ingrédients d'une pizza. Saupoudrer de noix de coco en guise de fromage.



*Préparation : 1 heure*



*Pour 10 personnes*

### *Ingrédients*

<i>Pastèque .....</i>	<i>1</i>
<i>Kiwis .....</i>	<i>4</i>
<i>Melon Jaune .....</i>	<i>1</i>
<i>Melon Orange .....</i>	<i>1</i>
<i>Fraises .....</i>	<i>250 g</i>
<i>Myrtilles .....</i>	<i>50 g</i>
<i>Noix de Coco (sachet) .....</i>	<i>50 g</i>

### *Réalisation*

- *Se laver les mains, revêtir un tablier et installer les ustensiles sur le plan de travail*
- *Laver et éplucher les fruits*
- *Se laver les mains*
- *Rincer et découper les fruits*
- *Dresser*
- *Se laver les mains*
- *Stocker à température comprise entre 6° et 8°*
- *Nettoyer le matériel et les locaux*

# VERRINE DE TIRAMISU DE MANGUE ET CROQUANT DE SPÉCULOS

*Hôpital La Seilleraye (Pôle d'Activités et de Soins Adaptés),  
Carquefou (44)*



Cécile Lux

## Présentation

Un seul fruit a été choisi pour faciliter l'identification du goût. La préparation est entrée dans le cadre d'une animation d'atelier.

## Bénéfices

La recette a permis d'associer le fruit aux produits laitiers et céréaliers, offrant aux résidents, pour beaucoup dénutris, des apports en vitamines, calcium et protéines. L'atelier a permis aux résidents de découvrir la mangue, de refaire certains gestes qu'ils n'avaient pas faits depuis longtemps et d'échanger entre eux.

## Trucs et astuces

Utiliser la plupart des fruits selon la saison. Utiliser les fruits en compotes ou crus selon leur maturité. Aromatiser la crème mascarpone à la vanille, la pistache, la noix de coco, avec une liqueur en fonction des goûts. Réaliser la verrine sans spéculos ou avec d'autres gâteaux secs.





*Préparation : 15 minutes*



*Pour 10 personnes*

### *Ingrédients*

Mangues .....	4
Mascarpone .....	150 g
Sucre .....	90 g
Crème liquide 30 % .....	20 cl
Spéculos .....	120 g

### *Réalisation*

- Laver et désinfecter les mangues
- Les couper en petits dés (taille à la brunoise)
- Dans une casserole, mettre les dés de mangue, un peu d'eau et 3 cuillères à soupe de sucre (adapter la quantité de sucre en fonction de la maturité des mangues)
- Laisser compoter à feu doux jusqu'à ce que la mangue ait une légère couleur caramel
- Réserver au frais
- Mettre le mascarpone dans un saladier, le mélanger au sucre et à la crème à l'aide d'un fouet
- Réserver au frais
- Émietter les spéculos

# FARANDOLE DE FRUITS

*EHPAD Félix Grelot,  
Nogent (52)*



*Claudine Baillot, Anniek Pettini*

## Présentation

Les fruits ont été achetés le matin même au marché local : fraises, abricots, cerises, framboises, mûres, groseilles, bananes, kiwis, raisins blancs, raisins rouges, citrons verts. Pour les apports nutritionnels, d'autres ingrédients ont été utilisés : crème anglaise, génoise, chocolat, pâte d'amande, sorbet et crème chantilly. Quatre ateliers ont été organisés : crème anglaise, génoise, coulis, sorbet. Ils se sont retrouvés pour le dressage. L'emblème de la ville a été représenté : la paire de ciseaux.

## Bénéfices

Grâce aux différentes textures (lisse, moelleuse, morceaux, sorbet), cette assiette gourmande a pu être dégustée par tous les résidents. Une dynamique collective a été créée entre les résidents, les personnels et les bénévoles. Et tous les apports nutritionnels souhaités étaient présents. La recette peut être reproduite à plus grande échelle.

## Trucs et astuces

Utiliser un robot multifonctions chauffant et refroidissant pour permettre aux résidents d'être actifs dans la préparation. Adapter les fruits à la saison. Personnaliser l'emblème selon les contextes en utilisant un moule en silicone. Laisser choisir le nom de la recette par les résidents. Confectionner un cône en papier sulfurisé pour inscrire le nom du gâteau. Utiliser une gousse de vanille en guise de pique à brochettes. Décorer l'assiette avec de la poudre de coco. Placer une bougie étincelle derrière l'assiette pour souligner l'aspect festif.



Cuisson : 20 minutes



Préparation : 1 heure



Pour 10 personnes

## Ingrédients

### Génoise

Farine ..... 175 g

Sucre ..... 175 g

Oufs ..... 5

### Crème anglaise

Lait entier ..... 10 cl

Oufs ..... 30 g

Sucre en poudre ..... 15 g

Vanille

### Coulis

Fraises ..... 625 g

Sucre ..... 125 g

Gelatine ..... 6 feuilles

### Sorbet

Abricots ..... 350 g

Sucre glace ..... 55 g

1 blanc d'œuf et 1 cuillère à soupe de jus de citron

### Brochettes de fruits

Vanille ..... 1 gousse

Cure-dents ..... 4

Abricot ..... 1

Mûres ..... 6

Grains de raisin blanc et rouge ..... 6

Crème liquide (chantilly) ..... 60 cl

Fruits divers (déco assiette, brochettes et gâteau) ..... 3,5 kg

Bougie, pâte d'amande, chocolat (ciseaux)

## Réalisation

---

### Génoise (15 min.)

- Mélanger les 5 jaunes d'œufs avec le sucre, travailler jusqu'à ce que le mélange blanchisse
- Ajouter la farine et mélanger jusqu'à obtention d'une pâte homogène
- Monter les blancs en neige et les mêler délicatement à la pâte
- Ajouter quelques gouttes de jus de fraises
- Étaler cette pâte en couche régulière dans un moule à fond amovible et recouvrez-la de papier cuisson
- La faire cuire à 220 ° pendant 20 min. en surveillant la cuisson avec la pointe d'un couteau
- Lorsqu'elle est cuite, ôter le papier cuisson en la laissant dans le moule

### Coulis (20 min.)

- Laver les fruits, équeuter les fraises
- Ajouter le sucre en poudre, mixer les fruits, passer au chinois
- Réserver au frais

### Crème anglaise (15 min.)

- Mettre les jaunes d'œufs dans une terrine, verser le sucre en pluie et travailler à la spatule jusqu'à ce que le mélange devienne mousseux
- Faire bouillir le lait avec la gousse de vanille fendue sur toute sa longueur
- Retirer la gousse de vanille, verser peu à peu le lait bouillant sur le mélange œufs-sucre en remuant
- Remettre dans la casserole et faire épaissir à feu doux en remuant sans s'arrêter. La cuisson est terminée lorsque la mousse a complètement disparu et que la crème nappe la cuillère. Ne pas laisser aller à ébullition (la crème tournerait)
- Verser immédiatement dans un récipient froid et réserver au frigo

### Bavarois aux fruits (20 min.)

- Faire chauffer au micro-onde 200 g de coulis et y incorporer 6 feuilles de gélatine préalablement trempées dans l'eau froide
- Les essorer puis les réserver au frais jusqu'à ce que la consistance soit semi-prise
- Pendant ce temps, prendre 60 cl de crème liquide entière et la monter en chantilly
- Mélanger le coulis et les feuilles de gélatine, incorporer délicatement la crème chantilly et réserver le tout au frais (en cas de rajout de sucre, ne rajouter que du sucre glace)

### Dressage du bavarois aux fruits

- Huiler et chemiser avec du sucre en poudre un cercle à pâtisserie
- Tapisser le fond avec la génoise et l'imbibber du coulis restant de fruits avec un pinceau alimentaire
- Remplir 1/3 de mousse de fruits, ajouter des petits quartiers de fruits, terminer par le reste de mousse de fruits
- Lisser la surface avec une spatule et mettre en cellule de refroidissement 40 min. environ
- Une fois le bavarois pris, le démouler et le décorer de fruits frais

### Décoration

- À l'aide d'une petite poche confectionnée avec du papier sulfurisé, écrire au chocolat « Farandole de fruits »

### Sorbet à l'abricot

- Mixer au robot pour sorbet 1,5 min., vitesse 5



# COUPE MONOCHROME JAUNE SUR SA GELÉE DE MENTHE ET SA TARTELETTE DE MELON

*Clinique des Augustines*  
*Malestroit (56)*



*Rolland Patrice, Vanessa Cobigo*

## Présentation

Fruits de saison jaunes (ananas, melon, abricots, bananes) déclinés en différentes textures et présentations : tartelette (effet gourmand), verrine (visuel), gelée (verte, pour le contraste de couleurs).

## Bénéfices

Susciter l'appétit grâce à une assiette colorée, dont la texture est adaptée aux possibilités de mastication des résidents et nutritionnellement intéressante (fibres de l'ananas, provitamines A de l'abricot et du melon, glucides de la banane).

## Trucs et astuces

Cuire la banane dans le jus d'orange pour éviter qu'elle ne noircisse. Cuire l'ananas dans le miel pour l'attendrir et lui apporter une saveur inattendue. Coller la gelée de menthe avec de l'agar agar. Simplifier la recette en remplaçant la chips de fruits par des fruits frais en morceaux et la meringue par des biscuits émiettés. Décliner la recette avec différents fruits : dés de pommes à la place des dés d'ananas, compotée de fruits rouges à la place de la compotée d'abricots.



Cuisson : 1h05



Préparation : 1 heure



Pour 10 personnes

## Ingrédients

Fraises .....	300 g
Melon .....	1/2
Ananas .....	1
Abricots .....	1 kg
Bananes .....	1 kg
Nectarines .....	300 g
Sirup de menthe .....	20 cl
Menthe .....	1 botte
Noix de coco râpée .....	50 g
Crème végétale .....	200 g
Agar agar .....	86 g
Sucre .....	700 g
Épaississant blanc en neige .....	20 cl
Fond de tartelette .....	10 cartons

## Réalisation

- Laver les fruits
- Tailler et éplucher l'ananas à la trancheuse, disposer entre 2 tôles de cuisson et papier sulfurisé
- Enfourner à 180° environ 45 min.
- Éplucher et mettre à cuire les bananes avec le jus d'orange au four environ 20 min. à 140°
- Détendre le sirup de menthe avec de l'eau jusqu'à la couleur désirée
- Faire chauffer et ajouter l'agar agar
- Couler dans les assiettes et faire prendre en cellule
- Dénoyer et cuire les abricots avec le sucre vanillé dans une casserole
- Mixer le tout au mixer et lier à l'épaississant si besoin, refroidir
- Éplucher et tailler l'ananas en brunoise
- Cuire avec le miel, débarrasser et refroidir
- Refroidir les bananes en cellule
- Mousse melon : monter la crème fouettée, mixer le melon avec quelques feuilles de menthe, mélanger le tout, laisser prendre en cellule
- Coulis de nectarines : mixer les nectarines, coller à l'épaississant si nécessaire, débarrasser dans un cul de poule
- Meringue suisse : incorporer un peu de noix de coco à la fin
- Purée de bananes : mixer les bananes avec un peu de jus d'orange. Débarrasser
- Vérifier la cuisson des chips d'ananas
- Dresser par couches successives puis sur l'assiette avec la tartelette dressée
- Décorer avec la fraise en éventail, brûler la meringue suisse au chalumeau

# SOUPE DE FRAISES DE PHALEMPIN

*Centre Hospitalier  
Lens (62)*



*Eddy Rainquez*

## Présentation

Recette locale (Phalempin est à 25 kms de Lens). Le basilic se marie avec la fraise. Les croûtons apportent un goût de beurre au dessert. La brioche est dans l'esprit du goûter. La verrine permet la visualisation. La recette est accompagnée d'une composition de fruits rouges de la forme du logo de l'hôpital de 1 m<sup>2</sup>.

## Bénéfices



Le basilic et le beurre apportent une touche salée. La fraise, la chantilly et les croûtons apportent trois textures différentes. Le tout est très visuel et suscite l'appétence.

## Trucs et astuces

Décliner la recette avec d'autres fruits, éventuellement avec uniquement des fruits rouges. Supprimer les croûtons pour les régimes mixés. Utiliser d'autres fraises pour réduire le coût.





 Préparation : 20 min : 5 min la veille, 15 min le jour même  Pour 10 personnes

### Ingrédients

Fraises de Phalempin .....	700 g
Sucre .....	70 g
Citron .....	1/2
Crème liquide entière 30% .....	20 cl
Basilic .....	5 g
Brioche .....	50 g
Beurre .....	10 g
Eau .....	15 cl

### Réalisation

- La veille, infuser le basilic dans la crème
- Mixer les fraises avec le jus citron
- Couper les croûtons de brioche
- Rôtir les croûtons au four avec le beurre
- Monter la chantilly (crème + sucre)
- Dresser

# ROUSSANNE EN TENUE DE FÊTE

*Centre Hospitalier  
Oloron Sainte-Marie (64)*

 Mathieu Lassalle

## Présentation

La pêche Roussanne est une variété très ancienne située au cœur du vignoble du Jurançon. Depuis 2004, des producteurs ont décidé de la relancer. La recette s'inscrit dans la démarche visant à obtenir le Label Rouge.

## Bénéfices

Cette recette simple convient à toutes les textures et à toutes circonstances.

## Trucs et astuces

Décliner la recette avec d'autres fruits. Réaliser les tuiles le plus près possible du service.



*Cuisson : 5 minutes*



*Préparation : 30 minutes*



*Pour 10 personnes*

### *Ingrédients*

<i>Crème fleurette .....</i>	<i>20 cl</i>
<i>Blanc d'œuf .....</i>	<i>1</i>
<i>Beurre .....</i>	<i>80 g</i>
<i>Farine .....</i>	<i>60 g</i>
<i>Sucre .....</i>	<i>50 g</i>

### *Réalisation*

- Laver et monder les pêches
- Les mixer et les réserver
- Monter le crème fleurette en chantilly, la serrer avec du sucre semoule
- Mélanger délicatement les pêches mixées a la crème chantilly, réserver en chambre froide
- Dans un cul de poule, mélanger le beurre fondu, le sucre, la farine et le blanc d'œuf
- Prendre une plaque à pâtisserie et à l'aide d'une spatule étaler l'appareil en forme de rectangle
- Mettre à cuire au four préalablement préchauffé à 190° en air pulsé pendant 5 min. Les tuiles doivent avoir une couleur dorée
- Une fois les tuiles cuites, les mouler autour d'un rouleau à pâtisserie

# VERRINE GOURMANDE DU SOLEIL

*Centre Hospitalier  
Abbeville (80)*



Olivier Haltz

## Présentation

Dessert associant le goût sucré (fraises et nectarines de saison), des saveurs originales (fraise poivrée), l'équilibre alimentaire et le plaisir des différentes textures (crémeuse, morceaux, mousse, croquante).


## Bénéfices


Cette recette garantit un apport en fibres, vitamines C et eau sans être trop sucrée. Les textures molles conviennent à tous types de personnes (enfants, personnes âgées, bien portantes). Le faible apport calorique (156 Kcal par portion) convient aussi aux personnes sous régime diabétique ou hypocalorique.

## Trucs et astuces

Arroser les fruits fraîchement découpés de quelques gouttes de citron pour éviter qu'ils ne noircissent. Utiliser une cuillère parisienne pour former les billes de fruits à déposer dans la verrine. Remplacer la panna cotta par une crème fouettée en bombe. Remplacer les fruits de la recette par des agrumes, des fruits rouges ou exotiques. Remplacer les spéculos par un biscuit type palet breton, petit beurre ou gavotte.



 Préparation : 1 heure

 Pour 10 personnes

## Ingrédients

Crème fraîche liquide 4% .....	750 ml
Nectarines jaunes d'Espagne .....	4
Fraises de France catégorie 1 .....	350 g
Ananas d'Equateur .....	1/2
Citron jaune .....	1/2
Sucre blanc en poudre .....	40 g
Menthe fraîche .....	1/2 botte
Biscuits secs spéculos .....	80 g
Feuilles de gelatine alimentaire .....	5
Colorant alimentaire vert .....	1 g
Poivre noir moulu .....	1 g

## Réalisation

### Pana cotta à la menthe

- Sur feu doux, mettre 6 feuilles de menthe à infuser avec 375 ml de crème fraîche liquide
- Passer la crème parfumée au chinois puis incorporer la gélatine (2,5 feuilles) et le colorant alimentaire (1 cuillère à café)
- Ajouter 15 g de sucre en poudre
- Répartir équitablement la pana cotta ainsi obtenue dans les verrines
- Réserver au frais

### Brunoise de nectarine et ananas

- Éplucher les nectarines et les dénoyer
- Faire de même avec l'ananas, puis les couper en petits carrés pour obtenir une brunoise
- Mélanger les deux brunises et ajouter le jus de citron pour conserver les fruits
- Réserver au frais

### Mousse de fraises poivrée

- Conserver 10 fraises pour la décoration
- Laver et équeuter les fraises
- Mixer les fraises jusqu'à obtention d'un coulis sans morceaux
- Ajouter le poivre (1 cuillère à café) et mélanger
- Monter 375 ml de crème fraîche liquide au batteur avec 25g de sucre
- Incorporer délicatement la crème fouettée au coulis de fraises
- Réserver au frais

# COCKTAIL SANS ALCOOL AUX TROIS MELONS

*EHPAD La Minorque,  
Toulon (83)*

 Catherine Candes

## Présentation

Billes de pastèque, melon Galia et melon de Cavaillon au miel et feuilles de menthe, rondelles de citron vert, jus de citron et limonade macérés.

## Bénéfices

Cette recette très visuelle est appétissante. La limonade rappelle leur jeunesse aux résidents.

## Trucs et astuces

Remplacer ces fruits par tous fruits de saison.



*Préparation : 2 heures*



*Pour 10 personnes*

### *Ingrédients*

<i>Melons Cavaillon .....</i>	<i>2</i>
<i>Melons Galia .....</i>	<i>2</i>
<i>Pastèque .....</i>	<i>1</i>
<i>Branches de menthe .....</i>	<i>3</i>
<i>Citrons verts .....</i>	<i>4</i>
<i>Miel liquide .....</i>	<i>6 cuillères à soupe</i>
<i>Limonade .....</i>	<i>12 l</i>

### *Réalisation*

- *La veille, réaliser des boules de pastèque, melon Galia et melon de Cavaillon avec une cuillère parisienne*
- *Rajouter du miel, des feuilles de menthe, des rondelles de citron vert, du jus de citron*
- *Recouvrir d'une partie de la limonade*
- *Mettre au frais*
- *Le jour de la dégustation, verser le reste de limonade*
- *Remplir des verres transparents dont on a préalablement givré le bord avec du sucre fin et du sirop de grenadine*
- *Ajouter une paille*

# TERRINE DE GELÉE DE FRUITS ET PANNA COTTA AU CRUMBLE

*Hôpital Privé Gériatrique Les Magnolias  
Ballainvilliers (91)*



Léon Ranasingh

## Présentation

Trois couches successives de jus gélifié d'oranges, raisins noirs et pommes, avec finition panna cotta et pâte à crumble.

## Bénéfices

Cette recette fraîche est adaptée à tous les patients. Elle favorise l'apport nutritionnel et hydrique. Elle est déclinable en version mixée.

## Trucs et astuces

Réaliser la recette avec soit du jus de fruits, soit du coulis, soit des morceaux.





Préparation : 20 minutes



Pour 10 personnes

### Ingrédients

Jus de raisins noirs .....	0,5 l
Jus d'oranges .....	0,5 l
Jus de pommes .....	0,5 l
Lait .....	1/4 l
Crème entière .....	10 g
Vanille liquide .....	10 cl
Sucre en poudre .....	50 g
Beurre doux .....	25 g
Farine .....	50 g
Feuille de gélatine .....	12

### Réalisation

- Dans une casserole, porter à ébullition chaque jus
- Ramollir dans de l'eau froide 2 demi-feuilles de gélatine puis les égoutter pour les faire fondre dans le jus de fruits chaud
- Verser chaque jus dans un moule silicone et réserver au frais 4h
- Pour la panna cotta, verser la crème dans une casserole, ajouter le lait, le sucre et la vanille
- Cuire à feu doux pendant 3 min. en remuant régulièrement
- Retirer du feu et ajouter la gélatine
- Réserver au frais

### Pâte à crumble

- Mélanger le sucre et la farine, ajouter le beurre puis le sable
- Poêler à sec ce mélange
- Au moment de servir, démouler chaque jus gélifié ainsi que la panna cotta
- À l'aide d'un emporte-pièce, superposer chaque couche au milieu d'une assiette
- Parsemer de la pâte à crumble

# LA PETITE DOUCEUR D'ÉTÉ

*Groupe Hospitalier Henri Mondor*  
*Créteil (94)*



*Céline Chevalier*

## Présentation

À l'issue d'un concours interne de 2 desserts pour 4 personnes (12 en tout), 2 se sont détachés. La Petite douceur d'été a été retenue en raison de la possibilité d'adapter la texture, l'utilisation des fruits rouges, consensuels, le contraste ludique des textures (moelleuse/liquide).

## Bénéfices

Cette recette rafraîchissante convient à plusieurs régimes (hors hypo-potassique, sans résidus). Le biscuit apporte une valeur énergétique. Les textures ne comportent que peu de morceaux.

## Trucs et astuces

Coller les coulis avec de l'agar agar. Ajouter de la menthe hachée et du jus de citron vert dans les coulis pour plus de fraîcheur. Remplacer le coulis de mûre par un coulis ou une purée de nectarines ou de kiwis. Surmonter la verrine de chantilly vanillée.



Cuisson : 30 minutes



Préparation : 50 minutes



Pour 10 personnes

## Ingrédients

Farine type 45 .....	80 g
Sucre en poudre .....	130 g
Oeufs .....	6
Citron .....	1
Beurre (pour le moule) .....	PM
Fraises .....	300 g
Framboises .....	60 g

## Réalisation

### Coulis de fraises

- Mixer dans un blinder 300 g de fraises et 40 g de sucre jusqu'à obtention d'un mélange bien liquide et homogène
- Réserver au frais

### Coulis de framboises

- Mixer dans un blinder 60 g de framboises et 20 g de sucre jusqu'à obtention d'un mélange bien liquide et homogène
- Réserver au frais

### Biscuit de Savoie

- Mélanger 20 g de sucre avec le jus du citron
- Dans un bol, mettre les jaunes de 5 œufs
- Dans un autre bol, mettre 3 blancs d'œufs
- Ajouter le sucre citronné dans les jaunes d'œufs et mélanger énergiquement jusqu'à ce que le mélange blanchisse
- Préchauffer le four à 220 °, beurrer et fariner le moule
- Monter les blancs en neige
- Lorsqu'ils commencent à monter, ajouter en 3 fois les 60 g de sucre en poudre
- Ajouter la farine à la préparation jaunes-sucre
- Ajouter délicatement les blancs montés en neige
- Verser la pâte dans le moule
- Enfourner pour 6 min. à 220 ° puis ramener la température à 150 ° pendant 25 min.
- Vérifier la cuisson
- Laisser refroidir et démouler

### Montage du dessert

- Découper des disques ou des petits carrés de biscuit de Savoie en fonction de la verrine choisie
- Procéder par couches : le coulis de fraises / un disque de biscuit / le coulis de framboises
- Décorer selon votre inspiration

16 juin 2015



4<sup>e</sup> Journée Nationale  
de l'Alimentation  
à l'Hôpital, en EHPAD  
et Maisons de retraite

Organisateurs :



Union Des Ingénieurs Hospitaliers  
en Restauration



Association Française  
des Diététiciens Nutritionnistes

[www.journee-alimentation-hopital.org](http://www.journee-alimentation-hopital.org)



[www.facebook.com/JNAHofficiel](https://www.facebook.com/JNAHofficiel)



[www.twitter.com/JNAH\\_2015](https://www.twitter.com/JNAH_2015)



Retrouvez toutes les photos sur le site :

[www.flickr.com/photos/journee\\_alimentation\\_hopital/sets](http://www.flickr.com/photos/journee_alimentation_hopital/sets)



Contacts : Agence becom!

T. 01 42 09 04 34 • [contact@becomagence.com](mailto:contact@becomagence.com) • [www.becomagence.com](http://www.becomagence.com)

Partenaires du concours « Fruits en fête » :

