

A TABLE

Lettre d'information sur la restauration

Édito

Traditions provençales

Noël et desserts riment souvent avec traditions. À chaque région la sienne, et du côté de la Provence, c'est une tradition très spéciale que l'on sert depuis plusieurs siècles : les treize desserts. Leur origine remonterait à 1683. À cette époque, on multipliait les mets sucrés sur la table en signe d'abondance et ce n'est qu'au 20^{ème} siècle, que l'on associa le nombre à la Cène, dernier repas du Christ avec ses douze apôtres.

Ce rituel veut que l'on déguste un "repas maigre", où l'on mange principalement du poisson avant d'assister à la messe de minuit, puis de prendre le "gros souper", constitué d'une petite oie rôtie et des fameux treize desserts.

Disposés sur les trois nappes, au milieu des trois bougies ou des trois chandeliers et des trois coupelles de blé de la Sainte-Barbe (symbole de la Trinité), les treize desserts se composent de produits qui ont tous une signification.

- La pompe à huile, véritable tradition provençale, qu'il faut présenter rompue, comme Jésus le fit avec le pain, et non coupée au couteau.
- Les 4 mendiants et leur couleur sombre rappelant celle des robes des ordres des mendiants : les noix ou noisettes, les amandes, les figues sèches et les raisins secs.
- Le nougat noir et le nougat blanc pour représenter les pénitents.
- Les dattes, figues séchées et autres fruits d'Extrême-Orient, rappelant l'origine des rois mages.
- Des fruits de saison tels que le raisin, des oranges et des clémentines.
- Les calissons d'Aix-en-Provence ou la pâte de coing.

On ajoute actuellement des papillotes, chocolats et autres confiserie et tout ceci se déguste souvent avec du vin cuit. Il ne nous reste plus qu'à vous souhaiter un Joyeux Noël !!

Hélène Bremond, Adjointe des services économiques



Repas de Noël 2017

servi mardi 19 décembre
à vos enfants



Retour sur



Cette année, la semaine du goût a eu lieu du 9 au 13 octobre avec comme thème "La courge".

En plus des menus "découverte" concoctés par nos cuisiniers, nous avons choisi de proposer à nos plus jeunes gastronomes une intervention nutritionnelle sur le velouté de potimarron. Il a été servi lundi en entrée et fût très apprécié. Durant cette semaine, avec la collaboration des équipes enseignantes et des Mairies, j'ai animé un atelier dans chaque classe des écoles primaires de Saint Chaffrey, Montgenèvre et l'IME du Jouclaret.

À Saint Chaffrey et à l'IME, les enfants ont pu découvrir la recette du velouté élaboré par notre cuisine à travers les différents ingrédients et techniques culinaires.

Les aspects ludiques et participatifs de cette activité avaient pour objectif de mettre en relief quelques messages simples :

- ◆ Cuisiner des légumes de saison
- ◆ Simplicité de réalisation
- ◆ Recommandations de consommation : au moins 5 portions de fruits et légumes par jour, dont le velouté peut régulièrement faire partie (ou par exemple, une assiette de potage avec des légumes variés au dîner en période hivernale)



À Montgenèvre, l'équipe éducative a choisi d'aborder le thème des 4 saveurs à travers les boissons.

Une dégustation de différentes eaux a été réalisée : eau gazeuse salée (type Vichy), eau amère (type Hépar), eau acide (aromatisée au citron), eau sucrée (type limonade) et une eau témoin (du robinet). Un focus a été fait sur les boissons à base de fruits avec la dégustation en aveugle de pur jus de fruits, nectar et boissons aromatisées aux fruits.

Ces rencontres ont été très appréciées par les enfants et les équipes éducatives. Elles seront à nouveau proposées dans l'année sur d'autres thématiques en collaboration avec la cuisine, l'animateur développement durable et le service diététique.

Si vous avez des idées ou des envies particulières d'animation, dites-le nous !

Sylvie Stagnaro, Diététicienne-nutritionniste



Portrait : Marc LOGEROT, 57 ans



Père de 3 enfants et bientôt 4 petits enfants

- ◆ Rentré à la Fondation en 2001, comme assistant d'hébergement.
- ◆ Pionnier en livraisons de repas sur le Bois de l'Ours depuis la création de ce service.
- ◆ Rattaché aux services techniques depuis janvier 2017 et responsable du service livraisons.

"Travaillant au sein de l'équipe restauration, le service de livraisons est chargé de la diffusion des repas auprès des clients bénéficiant de la livraison repas à domicile, auprès des écoles et établissements des vallées du Briançonnais, et en interne pour la Fondation Edith Seltzer.

Nous sommes en lien étroit avec les destinataires et avec

l'équipe de cuisine qui prépare chaque jour les repas. Nous collaborons avec les différentes équipes afin de proposer un service unique de repas chauds livrés sur place, et de répondre aux demandes et aux besoins de chacun.

Il s'agit notamment de contribuer à améliorer le maintien à domicile de personnes fragilisées, grâce à un contact humain, ou simplement de faciliter le quotidien de personnes ayant fait le choix d'une alimentation de qualité, avec pour objectif une bonne santé.

C'est grâce au professionnalisme de chacun que nous réussissons chaque jour à satisfaire nos clients, quelles que soient les difficultés : climatiques, de circulation ou d'approvisionnement...

Nous nous efforçons ainsi de répondre au mieux au besoin des personnes concernées."

La chèvrerie de Plampinet

Le 6 novembre 2017, les enfants des restaurants scolaires ont pu manger pour la 1^{ère} fois, les fromages de chèvre frais de la chèvrerie de Plampinet.

Nathalie Chometowski, propriétaire de la chèvrerie, élève 43 chèvres et a prévu d'en avoir 13 supplémentaires en 2018.

Ses chèvres broutent l'herbe fraîche en plein air tout l'été, ce qui contribue à obtenir un lait de très bonne qualité pour donner ce goût savoureux aux fromages.

À partir du mois de novembre, elles se reposent à l'intérieur de la bergerie, préparant ainsi la naissance des chevreaux au printemps prochain.

De février à octobre, la traite permet de recueillir jusqu'à 58 litres de lait, ce qui fait une moyenne d'un peu plus de 1 litre par chèvre chaque jour. L'atelier de fabrication des fromages se trouve juste à côté de la bergerie : c'est la fromagerie.

Nathalie est toujours disponible pour que ses animaux se sentent bien, au calme dans un cadre de vie qui leur permette de s'épanouir, tout en tra-

vaillant. Évidemment, elles ont toutes un prénom : Eve, Isis, Ivoire, Junon...

La journée commence par la traite du matin, puis livraison des clients ou le marché. La boutique est ouverte chaque jour afin de commercialiser les fromages.

L'après-midi, c'est fabrication des fromages et une seconde traite peut se faire en fonction des périodes.

Dans la fromagerie, 110 fromages frais sont fabriqués chaque jour en période estivale.



Sandrine Fine, Chef de restauration - Nathalie Chometowski - Gaël Sibille, Adjoint de production