



Ma Cantine à tout bon !

Votre journal sur la restauration scolaire - Avril 2025

PAROLE DE PRODUCTEUR



Frédéric DUMONT
Maraîcher - FERME DE LA ROCHE

Cliquez sur le lien pour lire la vidéo :

[Regarder la vidéo](#)



C'EST DANS L'ASSIETTE

Que garantit le label BIO, dans les assiettes des enfants ?

Dans les menus des restaurants scolaires de la ville, de nombreux produits présentent un label qualité. Ils sont reconnaissables par leur logo placé juste à côté de la recette. Mais quelles différences avec les autres produits et que nous garantissent-ils ? Aujourd'hui, concentrons-nous sur ceux issus de l'agriculture biologique.

Les produits BIO répondent à de nombreux critères de qualité. Ils doivent suivre 3 objectifs : le respect de l'environnement, la biodiversité et le bien-être animal. C'est pourquoi ces produits sont soumis à des exigences réglementaires strictes et à des contrôles fréquents.

Le label "BIO" exclut l'usage des OGM, des colorants et arômes chimiques de synthèse, d'exhausteurs de goût et la plupart des additifs. Du côté des animaux, leurs espaces de vie doivent respecter une certaine dimension, luminosité et aération.

Leur alimentation doit être également issue de l'agriculture biologique.

Dans les écoles, les produits BIO composent près de 30 % des repas servis aux élèves, une proportion qui augmente chaque année. De plus, les produits locaux sont également privilégiés au maximum afin de contribuer au dynamisme de la région et préserver l'environnement. Cette démarche est notamment soutenue par la permaculture du Prieuré de Saint-Chéron.

Les produits labellisés BIO dans l'assiette de vos enfants sont par exemples les œufs, le riz, les yaourts naturels et fromages blancs naturels, mais également de nombreux légumes de saison.

Ils peuvent retrouver ces produits, dans différentes recettes, notamment les œufs dans les gâteaux, les yaourts pour leur laitage, le riz dans la blanquette de veau.





Ma Cantine à tout bon !

Votre journal mensuel sur la restauration scolaire et idées recettes de saison

CUISINER EN FAMILLE



Préparation : 15 min

Cuisson : 5 min



Pour 4 personnes

INGRÉDIENTS

- Tranches de pain sec
- 2 œufs
- ½ sachet sucre vanillé
- 2 bananes
- Beurre
- 35 cl de lait
- 4c de pâte à tartiner

Pain perdu banane et chocolat

- Dans un récipient, battez les œufs avec le lait et le sucre vanillé.
- Trempez les tranches de pain dans le mélange pour qu'il soit bien imbibé.
- Faites fondre le beurre dans une poêle et placez les tranches de pain.
- Laissez cuire 2-4 minutes de chaque côté jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.
- Ajoutez la pâte à tartiner et les rondelles de banane et dégustez !



CUISINER EN FAMILLE



Préparation : 20 min

Cuisson : 30 min



Pour 4 personnes

INGRÉDIENTS

- 600 g de rhubarbe
- 100 g de sucre
- 60 g de farine
- 3 œufs
- 20 cl de crème
- 20 cl de lait
- 1 sachet de sucre vanillé

Clafoutis à la rhubarbe

- Préchauffez votre four à 210 °C
- Épluchez la rhubarbe et découpez les tiges en morceaux.
- Faites-les bouillir jusqu'à ce qu'elles blanchissent.
- Fouettez les œufs avec la farine, ajoutez le lait, la crème, puis les sucres.
- Versez le mélange dans un moule beurré. Mettez ensuite les morceaux de rhubarbe.
- Enfourez pour 30 minutes. Servez le clafoutis tiède ou bien frais.

