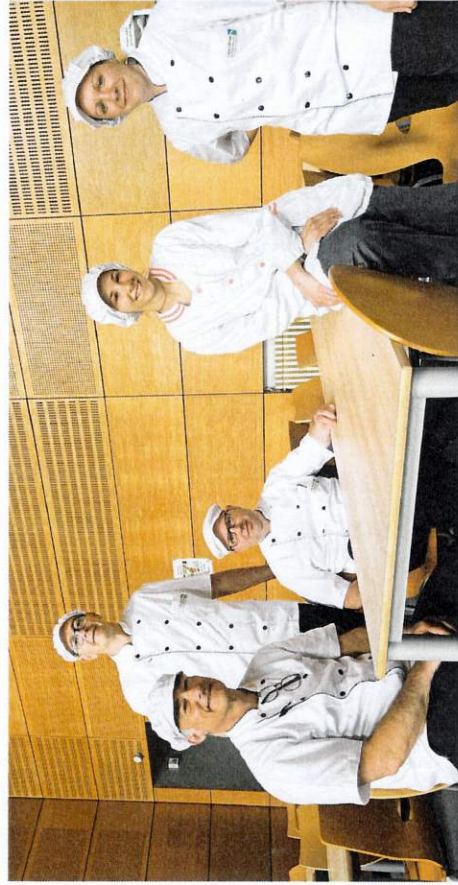




Jean-Michel Faisant, Jean-Marc Lefort, Grégory Tranchevent, Mallauray Quinquenel et Alissa Barbé.
Absent sur la photo: Laurent Le Flahec

Au collège Roger-Vercel de Dinan Un midi aux Antilles

L'arrivée des beaux jours semble inspirer les équipes de cuisine.
La preuve par l'exemple au collège Roger-Vercel de Dinan, dans le cadre d'un menu antillais, avec deux entrées fraîches et colorées. Une recette maison qui illustre une volonté de proposer une « cuisine alternative ».

Jean-Michel Faisant,
chef de cuisine

À 56 ans, Jean-Michel est au collège Roger-Vercel depuis quinze ans. Son plat préféré ? Tout ! Alliant cuisine locale et cuisine du monde, il est guidé par « le plaisir de chercher, de découvrir, de faire... »

Jean-Marc Lefort,
agent polyvalent

Renfort polyvalent en cuisine depuis deux ans, Jean-Marc, 45 ans, s'occupe principalement des légumes. Un trait particulier ? C'est un ancien coureur cycliste de bon niveau.

Grégory Tranchevent,
second de cuisine

Depuis janvier 2024 dans l'équipe de cuisine du collège, c'est le bras droit du chef. C'est aussi, à ses heures, un fan de Louis de Funès.

Mallauray Quinquenel,
agente polyvalente

Du haut de ses 27 ans, c'est la cadette de l'équipe. Aide cuisine en renfort depuis deux ans, elle est très dynamique et, de l'aveu même de son chef, « elle ne s'arrête jamais ! »

Alissa Barbé,
aide de cuisine

Alissa, 33 ans, est arrivée au collège Roger-Vercel, à l'occasion de la dernière rentrée. Elle est appréciée et « est douée » en pâtisserie, en assaisonnements et en dressage des plats.

Laurent Le Flahec,
magasinier et agent
d'encadrement du collège

LA CUISINE ALTERNATIVE, C'EST QUOI ?

C'est un peu le credo de Jean-Michel Faisant et de son équipe. En résumé, « moins de protéines animales, plus de protéines végétales et beaucoup de légumineux », explique le chef, qui s'est formé sur le sujet. On met ça en place petit à petit, avec pas mal de cuisson à basse température. Par exemple, nous fabriquons nous-mêmes un gâteau au chocolat 100 % végétal. En hiver, on utilise le potiron pour remplacer le beurre et en été la courgette... »

DEUX RECETTES

1 Sardinade

Intention visée

Obtenir facilement une rilette de poisson goûteuse et facile à tartiner, composée pour moitié d'une purée légumineuse indétectable sur le plan gustatif, donc économique et intéressante sur le plan nutritionnel.

Ingédients pour 1 kg environ

- 400 g de pois chiches cuits
- 400 g de sardines à l'huile (ou autre poisson gras)
- 80 g d'échalotes
- 3 à 5 cl de jus de citron
- un peu de crème

Préparation

Mixer finement pois chiches, citron, crème et échalotes. Ecraser la chair des sardines puis mélanger. Servir sur toast avec de la salade verte. Ajouter des concombres râpés « à la martiniquaise ». ◇

2 Fayonnaise

Intention visée

Obtenir une sauce émulsionnée, stable et goûteuse, sans utilisation d'œuf

Ingédients pour 500 g environ

- 250 g de haricots secs
- 50 g d'échalotes
- 50 g de moutarde
- 10 cl d'huile
- 3 cl de vinaigre
- Sel et poivre

Préparation

Mixer finement les échalotes. Ajouter la moutarde et les légumes secs. Ajouter l'huile puis rectifier l'assaisonnement. Ajouter du persil ou du basilic. Pour le plat, ajouter une brunoise de carottes pour le côté croquant, un avocat et une crevette. ◇

