Les Feuilles de Chou de l'ADEIC Languedoc-Roussillon

N°2– Décembre 2012

Toute l'équipe de l'ADEIC vous souhaite d'excellentes fêtes de fin d'année avec cette feuille de chou farcie de quelques anecdotes gastronomiques.

Commençons par ROSSINI

Il est de la plus monstrueuse grosseur dit **Théophile Gautier** en parlant de **Rossini,** *il y a six ans qu'il n'a vu ses pieds.*

Mais vous pouvez toujours en cette fin d'année cuisiner deux de ses recettes.

Macaroni à la Rossini : il cuisait « al dente des macaroni, les faisait refroidir, ramollissait du foie gras, qu'il mêlait avec du parmesan et du beurre, assaisonnait le tout et introduisait cette purée avec une seringue dans chacun de ses macaroni, le tout était rapidement gratiné.

Salade de truffes Rossini : mettez dans un saladier de l'huile d'Aix de la moutarde fine, du vinaigre et citron, du sel et poivre. Ayant battus ces éléments, vous y mêlez les truffes finement émincées.

PS : pour le coût écrivez d'abord un chef d'œuvre comme le Barbier de Séville.

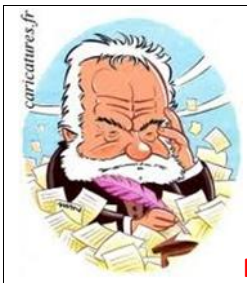
Fêtes de fin d'année : un effort pour moins gaspiller les aliments

Après les fêtes, on a des restes. C'est occasion de réviser quelques règles pour éviter le gaspillage alimentaire. Dates de péremption et trucs pour conserver les aliments.

À quoi servent les dates de péremption ?

Pour éviter le gaspillage alimentaire, il est nécessaire de bien comprendre deux dates de péremption.

Les produits alimentaires préemballés comportent une mention indiquant **la date limite de consommation (DLC)** ou **la date limite d'utilisation optimale (DLUO)**. Si certains envisagent de supprimer DLUO sur les boîtes de conserves, les sachets de pâtes, de riz et autres produits secs, pas question d'éviter la DLC, indiquée sur les yaourts ou autres produits frais par la formule bien connue « à consommer jusqu'au.... ». La DLC est garante de la qualité sanitaire d'un aliment.



PUNCH A LA VICTOR HUGO

Hugo possédait un solide appétit. Il avait une manière très personnelle de faire un punch. Il calait entre ses mâchoires des morceaux de sucre, plaçait dans sa bouche une petite orange pelée, quelques quartiers de citron et un demi verre de rhum. Puis il broyait le tout. Vous pouvez toujours essayer, mais ce n'est pas à la portée de tout le monde.

Les denrées périssables, à conserver au frais présentent généralement une DLC. Elle s'applique à des produits susceptibles, après une courte période, de présenter un danger pour la santé humaine, comme la viande vendue en barquette. A l'inverse, certains produits stérilisés ou présentant une faible teneur en eau comportent une DLUO, indiquée par la formule « À consommer de préférence avant ... ». C'est le cas des gâteaux secs, ou encore des boites de conserve. Une fois la date passée, la denrée ne présente pas de danger mais peut en revanche avoir perdu tout ou partie de ses qualités : goût, texture... Le dépassement de la DLUO ne rend pas l'aliment dangereux : l'aliment peut donc encore être commercialisé et consommé. Il n'est pas nécessaire de jeter les produits concernés quand la DLUO est dépassée, sauf en cas d'altérations du produit.

La DLC et la DLUO sont avant tout des mesures de prévention des risques d'infections d'origine alimentaire.

Des astuces pour une meilleure conservation des aliments

Il en existe beaucoup … elles viennent souvent de nos grands-parents qui rivalisaient d'imagination pour ne pas jeter inutilement.

- Boissons gazeuses : pour éviter que le gaz ne s'échappe, il suffit de les placer le goulot en bas dans le réfrigérateur.
- Citron coupé en deux : saupoudrez-le de sel
- Champignon de Paris : emballez-les dans du papier journal

- Tomates : Blanchir un surplus de tomates, les peler et les couper en dés. On les congèle pour les utiliser dans une prochaine sauce tomate.
- Pommes de terre : pour éviter qu'elle ne germe, les entreposer dans un endroit sombre avec deux pommes.
- Pour conserver le moelleux du pain : le mettre dans une boite avec une moitié de pommes.
- Rafraichir des vieilles pommes : les ébouillanter quelques minutes.

CHATEAUBRIAND

Orthographier le mot final avec un t ou un d est déjà une querelle étymologique qui divise les amateurs de ce bifteck très épais. Mais on peut laisser le mot de la fin à *Rochefort « le filet de bœuf a un goût si exquis qu'on l'a donné à un littérateur »*

- Rendre croquants des légumes : les couper et les laisser tremper dans de l'eau au frigo.
- Rajeunir des vieilles carottes : rajouter 1 cuillère à café de sucre à l'eau de cuisson.
- Ramollir du pain dur : pour le manger tout de suite, le placer quelques secondes au micro-onde ou l'humidifier légèrement puis le placer au four quelques minutes.

Adresse utile

http://alimentation.gouv.fr/gaspillage-alimentaire-campagne

Le Homard va se trouver en cette fin d'année sur beaucoup de tables. ***Raoul Ponchon*** l'a dit en vers : *Une américaine était incertaine*
Sur la façon de cuire un homard
Et si nous remettions la chose à plus tard ?
Dit le homard à l'Américaine.

J'aime la Pomme de terre

Mais pour vous convaincre définitivement de ses qualités, je ne peux mieux faire que la comparer à une femme ! J'ai toujours été frappé par l'utilisation fréquente de noms féminins pour en désigner les variétés (Charlotte, Mona Lisa ou belles de Fontenay) ou surtout les modes de cuisson.

Mesdames et chères amies, vous n'êtes pas des pommes de terre, et cependant……
Que vous soyez en *robe de chambre* ou *en chemise,*
Sans *pelure* ou drapées de *Mousseline.*
Vous restez toujours *Duchesse* ou *Dauphines !*
Parfois atteintes de *Vapeur*, mais rarement *soufflées,*
Vous gardez la ligne *allumette* et la taille *noisette !*
Vous êtes délicieuse à *croquer*, tant que vous n'avez pas *germé !*
Vous êtes délicieuses à *croquer*, surtout *dorées*.
Mais meilleures encore quand vous êtes *sautées !*
Quand de vos maris, j'*épluche* la conduite,
Je découvre qu'avec vous, ils ont la *frite*.
Ils sortent *sans pelure*, même s'ils *pèlent* de froid
Pour eux, même si vous n'êtes plus des *primeures*,
Vous demeurez d'éternelles *nouvelles !*
Pour vous, ils se laissent arracher *les yeux*,
Friper la peau et meurtrir la chair :
Car comme les pommes de terre,
Ils ont des yeux, une peau et une chair !
Sans vous, ils sont dans la *purée*,
Sans vous, ils en ont gros sur la *patate*,
Alors que de la société, ils sont le *gratin !*

Yannick Ruellan

Le prochain DVD

DU ROSEAU AU LAUPIO: Un biotope en pleine activité (titre provisoire)

De décembre à avril, quatre journées de tournage sont prévues à la Réserve Naturelle Régionale du *Scamandre*. Les enfants découvriront le travail de la sagne, l'anguille et sa migration. Pour ce troisième DVD, l'ADEIC innovera en réalisant une version en audio-description pour les non-voyants. Ce sera aussi l'occasion pour les enfants d'exercer tous leur sens.

EUGENIE (Impératrice)

Elle avait des goûts déplorables en cuisine « la plus infecte ratatouille trouve grâce devant son palais écrivit **Prosper Mérimée**.

« Elle préférait à la cuisine française les plats de son pays, ces énigmes où ils mettent de tout et où l'on ne devine jamais ce que l'on mange »

Le mois de l'origine et de la qualité, édition 2012

Le Ministère de l'agriculture de l'agroalimentaire et de la forêt décerne le **Prix National 2012**, catégorie **« autres initiatives »**

à L'Association de défense et d'éducation et d'information du consommateur du Gard (ADEIC 30) représentée par Mr Jean-Marie Chouleur / Collège Léo Larguier à La Grand Combe (région Languedoc-Roussillon)

Produits Oignons doux des Cévennes, Pélardons, Huile et Olives De Nîmes (AOP) Riz de Camargue, Fleur de Gâteaux de l'Aubrac, Agneau blanc de Lozère, Miel de Provence (IGP) Gambas, légumes et fruits – donc la ratatouille du Vigan, Œufs, Yaourt, Pain Raspaillou (BIO) mais, poulet de l'Ardèche, soupe de poissons petite pêche (Label Rouge)

Guillaume Garot, Ministre délégué à l'agroalimentaire

Le mois de l'origine et de la qualité

Le mois de l'Origine et la Qualité

Les élèves de 5ème du Collège LEO LARGUIER et l'ADEIC ont gagné ! Jean-Marie Chouleur a reçu en leur nom des mains du Ministre le Trophée de la qualité le 11 décembre 2012.

NAPOLEON n'était pas gastronome, il fallait qu'il mange vite**.** **Metternick** invité à déjeuner au cours d'une partie de chasse entendit l'Empereur dire à son frère Louis : *« Roi de Hollande, informez-vous donc pourquoi on nous sert pas »*. La démarche fut inefficace… Alors interpellant Murat : *« Roi de Naples, allez dire que nous attendons le déjeuner, qu'on se hâte »*. Murat se précipita, sans plus de succès, Et ce fut le tour de Joseph : *« Roi d'Espagne, commandez que l'on nous apporte ce qu'il y a ».* Il revint avec succès, et ***Metternick*** de conclure « *c'est extraordinaire de voir un homme envoyant trois Rois à la cuisine pour voir si le déjeuner est à point »*

Toutes vos suggestions seront les bienvenues pour améliorer les feuille de choux

Association de Défense d'Education et d'Information du Consommateur Languedoc-Roussillon

123, chemin de la garrigue – 30500 Saint Julien de Cassagnas – tel 04 66 61 75 90
adeicgard@club-internet.fr