



Lexique des salades

APPELLATION	INGREDIENTS
<i>Coleslaw</i>	Carottes, chou blanc et céleri mayonnaise
<i>Mélange catalan</i>	Frisée, chou blanc, carottes, poivron
<i>Salade fraîcheur</i>	Scarole, chou blanc, carottes, radis, maïs et tomate
<i>Salade hollandaise</i>	Carottes, chou blanc, céleri, batavia
<i>Blé à la provençale</i>	Tomates, poivrons, maïs et blé
<i>Mélange provençal</i>	Chou blanc, courgettes crues râpées, maïs et poivrons
<i>Salade farandole</i>	Scarole, chicorée, frisée, chou blanc, radis, maïs
<i>Salade harmonie</i>	Scarole, chou rouge, maïs
<i>Salade fantaisie</i>	Frisée, chou chinois, chicorée rouge
<i>Salade des Antilles</i>	Laitue, ananas, croûtons
<i>Salade exotique</i>	carottes, céleri, haricots verts, courgette, maïs, ananas, mangue, poivron
<i>Salade Anglaise</i>	Laitue Iceberg, cheddar
<i>Trio de crudités</i>	Carottes orange, carottes jaune, navets

Salades à base de féculents (riz, pâtes, pommes de terre, blé)

<i>A la niçoise</i>	Haricots verts, olives, tomates, thon, échalote, ciboulette
<i>A la californienne</i>	Tomates, petits pois, ananas, maïs, ciboulette, sauce salade
<i>A la catalane</i>	Tomates, poivrons rouges, olives vertes, ciboulettes, oignons
<i>A l'orientale</i>	Oignons, pois chiches, raisins secs, tomates
<i>Nordique</i>	Crevettes, moules, citron, aneth
<i>Orientale</i>	Tomates, pois chiches, oignons, cumin, raisins secs
<i>Strasbourgeoise</i>	Cervelas, cornichons, mayonnaise
<i>A la parisienne</i>	Tomates, maïs, échalotes, basilic, vinaigrette nature
<i>Salade piémontaise</i>	Tomates, olives, œuf durs, jambon de porc et mayonnaise
<i>Salade de tortis au surimi</i>	Surimi, tomate, poivron rouge et poivron vert.
<i>Salade parmentière</i>	Pommes de terre, olives, tomates et maïs
<i>Salade Chinoise</i>	Riz, soja, carottes, poivron vert, petits pois, maïs
<i>Salade gourmande</i>	Boulgours, surimi, lentilles, ciboulette
<i>Salade des Alpes</i>	Pommes de terre, mimolette, sauce fromage blanc, moutarde à l'ancienne et miel
<i>Trio mexicain</i>	Haricot rouge, maïs, pois chiche
<i>Taboulé</i>	Tomates, concombres, oignons, persil, huile d'olive, jus de citron, semoule moyenne



Lexique des sauces

APPELLATION	INGREDIENTS
Ancienne	oignon, champignons, ail, carotte, poireau
Andalouse	Sucre cassonade, poivron rouge, oignon, tomates concassées, paprika doux, mayonnaise allégée, huile d'olive
Aneth	Crème, oignon, ail, fumet de poisson, farine de riz, vin blanc, aneth
Armoricaine	sauce tomate, fumet de poisson, crème fraîche
Asperge	Asperge, oignon, crème, paprika doux, farine de riz
Basquaise	Sauce tomate, poivrons, oignon
Bédouin	Safran, oignons, abricots secs, Raz el hanout, cumin, ail, concentré de tomate, raisins de Corinthe, pruneaux
Béchamel	Beurre, farine, lait
Bercy	Sauce tomate, jus de rôti, oignon
Blanquette	Roux, crème, carottes et champignons
Bobotie	safran, oignons, abricots secs, cannelle, curry, ail, raisins de Corinthe
Bourguignonne	Roux, carotte, champignon, ail, herbes de Provinces, oignon, vin
Brésilienne	Crème, concentré de tomates, oignons, jus de citron
Caramel	Vin blanc, fond brun, ail, farine de riz
Catalane	oignon, ail, poivron rouge et vert
Charcutière	Moutarde, oignon, tomate et cornichon
Chasseur	Echalote, sauce tomate et champignon
Crème	Crème légère, fumet de poisson, farine de riz, ail et oignon
Crevette	Crème, crevette, fumet de crustacé, légumes, farine de riz
Citron	Fumet de poisson, farine, jus de citron, crème légère, safran, oignon, ail
Colombo	Vin blanc, oignon, poivrons rouges, ail, crème, farine de riz, fond brun, mélange colombo
Cubaine	oignon, tomate, fumet de poisson, paprika, cumin, curry
Diable	Echalote, vinaigre, sauce tomate
Dijonnaise	Moutarde, ail, oignon, crème, roux blanc, fond brun
Enrobante à l'ail	Mayonnaise allégée, fromage blanc, ail
Enrobante à l'échalote	Mayonnaise allégée, fromage blanc battu, échalotes
Estragon	Fond de volaille, vin blanc, oignon, ail, crème, farine de riz, estragon
Fraicheur	Fromage fouetté, jus de citron, sel, fromage blanc
Forestière	Crème, champignons, oignon, ail
Grand-Mère	Oignon, champignon, carottes
Groseille	Double concentré de tomate, fond brun, cannelle, farine de riz, groseille rouge, oignon
Homardine	Fenouil, crème, tomates, 4 épices, beurre, thym frais, bisque de homard, farine de riz, oignon, ail
Indienne	ananas, oignon, tomate, coco, raisins de Corinthe, curry
Lombarde	Tomate, ciboulette, épices à paëlla, fumet de poisson
Madère	Oignon, champignons, madère
Marengo	Sauce tomate, oignon, champignon

Mexicaine	Oignon, ail, poivrons rouge et vert, sauce chili, paprika
Milanaise	Oignon, ail, tomate, champignon, herbes de Provence
Mironton	Fond brun, sauce tomate, oignons
Méditerranéenne	Ail, basilic, safran, huile d'olive
Méridionale	Ail, basilic, safran, huile d'olive, mayonnaise
Mornay	Béchamel et emmental
Nantua	Crème, fumet de poisson et crustacé, concentré de tomate
Napolitaine	Sauce tomate, oignons, échalotes, poivrons rouges
Navarin	Oignon, carotte, navet, tomate
Noël	Pain d'épices, crème de marrons
Normande	Crème, champignon, oignon
Orientale	sauce tomate, légumes couscous, cumin, oignon, ail
Oseille	Crème, oseille, oignon, fumet de poisson, ail, vin blanc, farine de riz, jus de citron
Pain d'épices	Oignon, roux brun, pain d'épice
Pascaline	Flageolet, fond de volaille, miel, romarin, oignon, persil, ail haché, crème légère, sel
Piccalilli (DUCASSE)	Crème, chou-fleur brisure, purée de carottes, mayonnaise allégée, cornichons, vinaigre d'alcool, paprika doux
Printanière	Tomate, oignon, herbes de Provence, ail, jardinière de légumes
Provençale	Sauce tomate, olives, herbes de Provence, ail et oignon
Rougail	Oignons, concentré de tomate, ail, herbes de Provence
Tajine	Safran, oignon, cannelle, cumin, tomate, ail, raisins de Corinthe, pruneaux
Tartare	Mayonnaise, câpres, échalotes, ciboulette, cornichons
Tomate	Oignons, vin blanc, sauce tomate, double concentré de tomate, ail, tomates, farine de riz, fond brun
Vallée d'auge	Oignon, ail, crème, cidre, jus de pomme, champignons
Vierge	Huile d'olive, plantes aromatiques, échalotes, tomates mi-séchées, vinaigre de Xérès, épices
Vinaigrette agrumes	Jus d'orange et pamplemousse
Vinaigrette Brésil	Sel, jus d'orange, vinaigre de vin, tomate, mangue en cube, coco râpée, huile
Vinaigrette orientale	Vinaigre de cidre, huile de Colza, raz el hanout
Vinaigrette terroir	Vinaigre balsamique, huile d'olive, moutarde à l'ancienne, sel, huile de colza
Waterzoï	Julienne de légumes, crème, oignon, poireau, ail
4 épices	Crème, oignon, ail, mélange quatre épices



Lexique des potages

APPELLATION	INGREDIENTS
<i>Choisy</i>	Potage aux épinards, pommes de terre, cœurs de laitue, oignons et crème
<i>Crecy</i>	Potage aux carottes, pommes de terre, emmental et crème
<i>Cultivateur</i>	Potage aux carottes, navets, poireaux et pommes de terre
<i>Dubarry</i>	Potage au chou-fleur, oignons, pommes de terre et crème
<i>Essaü</i>	Potage aux lentilles et crème
<i>Fermier</i>	Légumes potage, pommes de terre, choux de Bruxelles, carottes, oignons et crème
<i>Jardinière</i>	Jardinière de légumes, pommes de terre, oignons et crème
<i>Légumes</i>	Potage de carottes, pommes de terre et poireaux
<i>Longchamps</i>	Potage de petits pois, pommes de terre, oignons et crème
<i>Parmentier</i>	Potage de pommes de terre, poireaux et crème
<i>Paysan</i>	Potage de pommes de terre, poireaux, courgettes, carottes, oignons et crème
<i>Provençal</i>	Potage de tomates, courgettes, pommes de terre et carottes
<i>Saint germain</i>	Potage aux pois cassés, poireaux, carottes, oignons et crème
<i>Vert Pré</i>	Potage d'haricots verts, pommes de terre, oignons et crème



Lexique des accompagnements

APPELLATION	INGREDIENTS
Jardinière de légumes	Haricots verts, petits pois, navets, carottes
Julienne de légumes	Carottes, céleri rave, poireaux
Mélange méditerranéen	Ail, basilic, safran, huile d'olive
Méridionale	Ail, basilic, safran, huile d'olive, mayonnaise
Pêle-mêle Provençal	Tomates, courgettes, aubergines, oignons, poivrons rouges et verts. Sauce : ail, oignons, olives, concentré de tomates
Poêlée de légumes	Haricots verts, poivrons rouges et verts, courgettes, carottes
Printanière de légumes	Pommes de terre, carottes, haricots verts, petits pois, oignons
Julienne de légumes saveur du soleil	Carottes, céleri rave, poireaux Sauce : ail, oignons, basilic
Légumes danois	Carottes, choux verts, poireaux
Légumes potée	Chou vert, carottes, poireaux, Navet, pdt
Base tartinable	Thon, curry
Saveur du jardin	Tomates, ciboulette, échalote, beurre
Saveur colombo	ail, poivron, oignon, mélange colombo
Piperade	Poivrons rouges et verts, tomates, double concentré de tomate, oignon, sel, huile d'olive
Crémeux frais	St Morêt, fromage blanc, ciboulette, ail, échalotes Beurre, vinaigre de vin, farine de riz
Courgettes Mexicaine	Courgette, huile d'olive, oignon, ail, maïs, bouillon de légumes, tomates concassées, haricots rouges



Lexique des plats végétariens

APPELLATION	INGREDIENTS
Blé et base Indienne	Oignons, tomates, poireaux, pois chiches, mélange tandoori
Boulettes azuki	Préparation à base de légumes, blé et haricots azuki
Boulettes au pistou	Blé, pois et base enrobante (fromage ail et fines herbes, jus de citron)
Boulgour à l'Indienne	Boulgour, oignons, tomates, poireaux, pois chiches, lentilles et mélange Tandoori
Boulgour Tandoori	Carottes, poireaux, navets, haricots rouges, épices tandoori : (paprika, coriandre, noix de muscade, cumin, curcuma)
Chili végétarien	Oignon, ail, poivron rouge et vert, carottes, tomates, haricots plats, haricots rouges, maïs cumin et sel
Coquillettes aux légumes braisés	Flageolets, ratatouille, tomates, basilic
Croq veggie au fromage	Blé, pois, fromage fondu
Croq veggie à la tomate	Blé, pois, sauce tomate
Galette Basquaise	Blé, courgettes, oignons, poivrons, aubergines, sauce tomate
Galette Espagnole	Riz, pois, petits pois, poivrons
Galette Italienne	Tomates, mozzarella, basilic
Galette Indienne	Blé et lentilles corail
Macaronis à l'indienne	Base hindou : oignon, tomate, poireaux, pois-chiche, lentilles, mélange tandoori, bouillon de légumes
Pané de blé fromage épinards	Emmental, épinards, blé et oignons
Pané gourmand à la mozzarella	Mozzarella, sauce tomate, blé, flocons d'avoine, ail et sel
Pavé du fromager	Blé, emmental et fromage blanc
Penne à l'Italienne	Oignons, poivrons, brunoise de légumes, lentilles
Ragout de pommes de terre et haricots blancs	Pommes de terre, haricots blancs, tomates concassées, carottes, navets, thym, laurier, persil plat, oignons et ail
Stick végétarien	Blé, huile végétale, oignon, courgette, pois, pomme de terre, céleri, sel, ail et orge Sauce cocktail: mayonnaise, ketchup et basilic Sauce fromage blanc curry: fromage blanc, curry, mayonnaise et sel
Tortis à la méditerranéenne	Courgettes, tomates, ail et lentilles
Tortis à l'Italienne	Poivrons rouge et vert, oignons, olives noires, sauce tomate, tomates, lentilles, ail et herbes de Provence