

1000 ET UNE  
SAVEURS EN  
COULEURS

LE COUP  
DE POUCE  
DES CHEFS

*Quand la simplicité rencontre la gourmandise...*



FRANCE FRAIS  
RHÔNE ALPES

Une fédération  
de distributeurs  
qui appartient  
à des agriculteurs.



## ÉDITO

Découvrez des plats cuisinés qui allient saveurs authentiques, générosité et simplicité. Pensés pour la restauration professionnelle, ils offrent une qualité constante et un gain de temps précieux, tout en permettant de proposer à vos clients des repas savoureux et soignés, sans compromis.

De la cuisine familiale revisitée aux recettes traditionnelles, chaque plat est une invitation à régaler les papilles et à valoriser votre offre, tout en optimisant votre organisation et votre rentabilité.

## SOMMAIRE



10

**10**  
SAVEURS D'ASIE



23

**16**  
SAVEURS DU MONDE

**12**  
SAVEURS D'ITALIE

**20**  
SAVEURS DE FRANCE  
À BASE DE VIANDE

**14**  
SAVEURS D'ESPAGNE

**28**  
FARCIS & PAUPIETTES



32

**30**  
SPÉCIALITÉS DE LA MER

**32**  
SPÉCIALITÉS LYONNAISE

**34**  
TRADITION &  
ACCOMPAGNEMENTS

### LÉGENDES DES PICTOGRAMMES



PRODUIT SAISONNIER AUTOMNE-HIVER



## Le coup de pouce des chefs

*Quand on désire profiter des avantages des plats préparés, il faut s'attendre à payer, cela va de soi. Toutefois, il en résulte un repas déjà prêt, nous faisant gagner du temps et évitant de passer des heures derrière le fourneau. Pour ce faire, il est possible d'opter pour un vaste menu de plats déjà préparés. À vrai dire, la seule limite est la créativité des commerçants qui proposent ces mets à leurs clients ! Il existe ainsi de nombreuses options végétariennes, des spécialités françaises ou des saveurs du monde... Bref, ce n'est pas la quantité qui manque ! En outre, certaines boutiques spécialisées dans les produits artisanaux, comme les boucheries ou les petites épicerie de quartier, offrent souvent de belles alternatives pour combler une fringale... qui sera rapidement assouvie par un menu savoureux.*

## La stratégie

*La première approche d'un plat se fait par le visuel. Le plat doit être harmonieux, équilibré ; il doit retenir l'attention de l'œil par ses couleurs, sa forme, sa présentation ou son originalité. Il doit susciter la curiosité et l'envie, quel que soit le mode ou la technique culinaire (classique, revisité ou évolutif).*

- Avoir une gestion des DLC
- Un approvisionnement facile et rapide
- Un large choix de gammes
- Une solution plat + légumes
- Ne pas appliquer une tarification identique à celle de la production

## Les avantages

- Produits constants et recettes suivies
- Maîtrise du coût matière
- Stockage et remise en œuvre rapides
- Prix par portion maîtrisé
- Économie d'énergie de production
- Économie de personnel sur la production
- Permet de pallier l'absence de personnel
- Atout pour proposer un plat à la carte ou un menu du jour
- Alternative pour prolonger le service en fin de restauration ou l'après-midi
- Développement de la vente à emporter sans travail supplémentaire
- Gain de temps pour offrir un repas au personnel
- Pour les BCT et le snacking (en boulangerie), offre rapide et facile permettant un choix plus large
- Solution adaptée au traiteur de groupe dans des salles où la remise en œuvre est difficile (bain-marie)

## N'oubliez pas ! Ce n'est que la mise en œuvre...

*Par exemple :*

*Si votre bourguignon acheté en plat cuisiné coûte 15 € le kilo, une barquette de 2,4 kilos (soit 36 € la barquette) compte 7 portions maximum.*

*Prix de revient : 5,15 € environ, revendu 12 € la portion avec le légume, vous avez 6,85 € de marge nette sans avoir rien fait !*

“ Il s'agit d'une solution additionnelle simple et efficace pour améliorer la rentabilité et développer le chiffre d'affaires. ”



## Un traiteur de référence

*ESPRIT Restauration (anciennement EPC) se distingue par la qualité de ses recettes, la rigueur de ses process et l'exigence constante sur le goût et la sélection des matières premières. Son savoir-faire culinaire répond aux besoins de la restauration professionnelle, en alliant innovation, authenticité et maîtrise des produits.*

## Une expertise historique

*Créée en 1988 à Roëzé-sur-Sarthe, EPC s'est rapidement imposée comme un acteur majeur de la restauration hors domicile. Dès 1998, l'entreprise devient leader des plats cuisinés frais grâce à une croissance soutenue, une diversification vers les réseaux hospitaliers et le développement de produits complémentaires comme les sauces prêtes à l'emploi.*

## L'excellence culinaire et la qualité produit

*L'héritage DLG (Daniel Loiseau Gamme), spécialisé dans les viandes cuites sous vide sans additif et prêtes à cuisiner, renforce l'expertise d'EPC, notamment sur les protéines et les cuissons précises. Depuis 2013, EPC et DLG sont réunis au sein d'ESPRIT Restauration. Cette organisation combine puissance industrielle, sécurité des approvisionnements et excellence culinaire, tout en maintenant une forte culture traiteur adaptée aux besoins des professionnels.*

## Une offre pensée pour les professionnels

*ESPRIT Restauration propose des solutions fiables et qualitatives, adaptées aux exigences des chefs et des établissements. Les produits allient performance logistique, constance de qualité et plaisir gustatif, répondant aux attentes des professionnels de la restauration moderne.*



## Un groupe français ancré dans le terroir

*GOZOKI est un groupe familial basé à Agen, rassemblant un ensemble de PME françaises expertes des plats cuisinés frais et des spécialités gourmandes. Avec 2300 collaborateurs, le groupe s'appuie sur des savoir-faire culinaires reconnus, majoritairement en salé, tout en développant une expertise sucrée complémentaire.*

## Explorateurs de Terroirs

*Sa signature, Explorateurs de Terroirs, reflète son identité : une cuisine curieuse, audacieuse et authentique. GOZOKI puise son inspiration dans les traditions régionales françaises et les saveurs du monde pour proposer des recettes généreuses, accessibles et résolument gourmandes. Une approche qui place le goût et le plaisir au cœur de chaque création.*

## De la terre à l'assiette

*Grâce à ses filières intégrées (maraîchage, élevage, pisciculture), GOZOKI maîtrise sa chaîne de production et garantit qualité, traçabilité et fraîcheur. Cette organisation permet de sécuriser les approvisionnements tout en valorisant les terroirs. Une exigence qui assure constance, transparence et excellence au quotidien.*

## Des valeurs fortes et durables

*Innovation culinaire, praticité et responsabilité guident le développement du groupe. GOZOKI s'engage dans une démarche d'éco-conception et d'amélioration continue afin de proposer des plats cuisinés alliant goût, qualité et respect de l'environnement. Un engagement concret pour répondre aux attentes d'aujourd'hui et construire l'alimentation de demain.*



### Un ancrage fort dans le terroir aveyronnais

*Jasse Larzou Traiteur est une marque ancrée au cœur de l'Aveyron, où le terroir et le savoir-faire artisanal inspirent chaque recette depuis 1987. Fidèle à ses origines, elle valorise une cuisine authentique, issue des traditions locales, pour proposer des plats cuisinés généreux et savoureux, pensés pour le plaisir du quotidien.*

### Une exigence de qualité au service du goût

*La marque met un point d'honneur à offrir des recettes de qualité, élaborées sans colorant ni exhausteur de goût, à partir de matières premières rigoureusement sélectionnées, majoritairement françaises. Cette exigence se retrouve dans chaque préparation, où le respect des saveurs et de l'équilibre alimentaire reste une priorité de la restauration moderne.*

### Un savoir-faire artisanal soutenu par un outil moderne

*Grâce à un outil de production moderne et performant, Jasse Larzou Traiteur propose une large gamme de plats cuisinés adaptés à tous les formats : portions individuelles, plats familiaux ou solutions pour la restauration. Derrière chaque recette, une équipe de cuisiniers perpétue les gestes traditionnels pour garantir une qualité gustative constante et authentique.*

### Une exigence de qualité au service du goût

*Entre tradition et innovation, la marque enrichit régulièrement son offre avec de nouvelles recettes, tout en conservant l'ADN qui fait sa différence : des plats de caractère, inspirés du terroir, pour répondre aux attentes des consommateurs en quête de simplicité, de goût et d'authenticité.*



Laissez-vous séduire par un concentré de saveurs d'Asie, où se mêlent épices délicates, notes sucrées-salées et parfums exotiques. Une sélection qui invite au voyage à travers une cuisine chaleureuse et généreuse pour apporter une touche d'évasion et d'authenticité à votre carte.

## SAVEURS D'ASIE

**1** ÉMINCÉ DE POULET TIKKA  
SAUCE MASSALA  
48881 – 1,76 kg

**2** ÉMINCÉ DE POULET  
CURRY MADRAS  
154555 – 2 kg

**3** ÉMINCÉ DE PORC AU CAMEL  
154745 – 2 kg

**4** NEMS AU POULET + 2 SAUCES NUOC MAM  
154795 – 30 g x 16  
154557 – 65 g x 8

**5** RIZ CANTONNAIS  
160431 – 1,5 kg

**6** NOUILLES CHINOISES  
154746 – 2 kg

Émincés de poulet mijotés dans une sauce onctueuse au fromage blanc et lait de coco, parfumée aux épices Tikka Masala et au safran, enrichie d'amandes mixées et de raisins blonds pour la note sucrée.

**1** POULET TIKKA MASSALA

**2** POULET CURRY MADRAS

Émincés de poulet cuisinés dans une sauce onctueuse à base de lait de coco, de curry madras, de gingembre, parfumée de coriandre et relevée d'un zeste de citron.

**2**

**3** ÉMINCÉ DE PORC AU CAMEL

Émincés de porc cuisinés dans une sauce sirupeuse à base de sauce soja, d'huile de sésame et d'anis vert, agrémentée d'oignons et de graines de sésame.

**3**

**4** NEMS AU POULET

Les nems de poulet, proposés en format classique ou en version mini, se composent d'une galette de riz croustillante garnie d'une farce à base de poulet. Servis avec leurs sauces Nuoc Mam, ils se dégustent facilement, enroulés dans une feuille de laitue pour encore plus de fraîcheur et de gourmandise.

**4**

Notre riz cantonais riche et coloré est cuisiné avec du riz basmati, de l'épaule de porc, de l'omelette en morceaux, des petits pois et des dés carottes.

**5** RIZ CANTONNAIS

**5**

**6** NOUILLES CHINOISES

Nouilles de blé sautées, agrémentées de champignons noirs et de poivrons rouges, savoureusement parfumées et colorées.

**6**

Plongez au cœur de l'Italie. Des saveurs riches et authentiques, des sauces parfumées et des ingrédients soigneusement choisis pour vous faire voyager de la Toscane à la Sicile. Chaque plat raconte une histoire, entre tradition et gourmandise.

Boulettes au bœuf mijotées dans une sauce à base de tomate, d'huile d'olive, d'oignons et de vin blanc\*, agrémentée d'une fine brunoise de carottes et de céleri. Elle est parfumée avec des aromates et des zestes d'agrumes.



1

Riz Carnaroli AOP cuisiné dans une sauce crémeuse à base de parmesan AOP, d'échalotes et de champignons de Paris émincés.



2

RISOTTO AU PARMESAN ET CHAMPIGNONS

ÇA SENT BON L'ITALIE ICI...



1 BOULETTE AU BŒUF SAUCE MILANAISE  
165621 - 2,4 kg

2 RISOTTO AU PARMESAN ET CHAMPIGNONS  
167359 - 1,5 kg

3 ENCORNETS FARCIS ET CONCASSÉ DE TOMATE  
167356 - 1,76 kg

4 LASAGNES DE BŒUF  
72520 - 3 kg

5 LASAGNES DE BŒUF GRATINÉES AU CANTAL  
73387 - 3 kg

La farce est composée de viande de porc et de chorizo, d'oignons, de poivrons rouges et verts, de tomate et de riz. L'encornet farci mijote dans une sauce tomate riche à base d'oignons et d'échalotes sués à l'huile d'olive, de poivrons, d'olives, d'origan et de persil.



3

ENCORNETS FARCIS ET CONCASSÉ DE TOMATE



4

LASAGNES DE BŒUF RACE LIMOUSIN

Une onctueuse béchamel vient se marier à notre bœuf de race limousine pour une recette pleine de douceur. Un classique de la cuisine qui ravira petits et grands !



LASAGNES DE BŒUF AU CANTAL

5

Une onctueuse béchamel vient se marier au bœuf pour une recette pleine de douceur. Un grand classique de la cuisine qui ravira petits et grands, sublimé par un gratinage au Cantal sur le dessus des lasagnes, préparées avec 19 % de viande d'origine France.

Cap sur l'Espagne et son art de vivre chaleureux. Symbole de partage et de convivialité, la paella évoque les grandes tablées, les couleurs éclatantes et les parfums ensoleillés de la Méditerranée. Un incontournable de la gastronomie espagnole, synonyme de générosité !

Un plat emblématique aux saveurs ensoleillées, mêlant un riz parfumé à du poulet, des morceaux de poisson, des moules, des encornets et des crevettes. Une recette conviviale et colorée qui invite au voyage et au partage.



3 PAELLA ROYALE

UNE PAELLA POUR LA TABLE 3!

Calamars mijotés dans une sauce à base de tomates complotées, d'oignons et de chorizo et assaisonnée avec des herbes de Provence, de l'origan et du piment.



1 POËLÉE DE CALAMARS À LA CATALANE ET AU CHORIZO

2 PAELLA AU POULET



Paëlla cuisinée selon une recette traditionnelle espagnole. Le riz est agrémenté d'anneaux de calamars, de poivrons, d'oignons et de petits pois cuits dans un jus au fumet de poisson et aux épices. Ce riz est accompagné d'une garniture de fruits de mer, de chorizo et de poulet (pilon et haut de cuisse).

- 1 POËLÉE DE CALAMARS À LA CATALANE ET AU CHORIZO  
159069 – 2 kg
- 2 PAELLA AU POULET  
Poulet, chorizo, poisson, fruits de mer, poivrons, oignons, petits pois  
65195 – 4,72 kg
- 3 PAELLA ROYALE  
Poisson, poulet et fruits de mer  
29037 – 3 kg
- 4 PAELLA VALENCIANA  
Poulet, chorizo, fruits de mer  
23895 – 3 kg  
141307 – 6 kg

4 Une paëlla généreuse et parfumée, mêlant la tendreté du poulet, le caractère épicé du chorizo et la fraîcheur iodée des fruits de mer : crevettes, encornets et moules. Le tout sublimé par un riz safrané aux saveurs méditerranéennes.

PAELLA VALENCIANA



Spécialité originaire du Mexique, le **chili con carne** associe des haricots rouges et du haché de bœuf, mijotés avec des oignons et des aromates, le tout relevé par une sauce tomate subtilement épicée et délicatement parfumée au cumin.

## UN PEU DE PIQUANT



**1** CHILI CON CARNE

**1** CHILI CON CARNE  
159074 - 2,5 kg

La cuisine créole invite au voyage avec des recettes généreuses et parfumées, où épices et traditions se rencontrent.

## ROUGAIL DE SAUCISSES



**2**

Direction l'île de La Réunion, avec une spécialité incontournable : le rougail de saucisses. Il séduit par ses morceaux de saucisse fumée mijotés dans une sauce tomate aux oignons, relevée d'une touche de piment.

**1** JAMBALAYA DE VOLAILLE  
165134 - 4,32 kg

**2** ROUGAIL DE SAUCISSES  
169491 - 2,2 kg

## TOUTE LA GÉNÉROSITÉ CRÉOLE



## JAMBALAYA DE VOLAILLE

**1**

Spécialité aux accents exotiques, le jambalaya associe un riz délicatement épicé agrémenté d'ananas, de légumes et de raisins secs, accompagné de morceaux de poulet et de saucisses mexicaines. L'ensemble mijote dans un jus parfumé aux épices, offrant une préparation légèrement relevée et harmonieusement parfumée.



# UN VOYAGE AUX PORTES DU DÉSERT

Originaires du Maghreb, le couscous et le tajine sont des plats emblématiques d'une cuisine généreuse et conviviale. Ils réunissent viandes savoureuses, légumes mijotés et épices parfumées, lentement cuisinés pour révéler toute la richesse de leurs arômes et offrir un véritable voyage gourmand aux saveurs ensoleillées d'Afrique du Nord.

AVEC ou SANS semoule



COUSCOUS EN KIT

1 *Couscous en kit comprenant trois éléments essentiels : un assortiment de viandes (haut de cuisse de poulet, boulette d'agneau et merguez), un mélange généreux de pois chiches et de légumes mijotés dans un jus délicatement épicé, AVEC ou SANS semoule. Un format pratique pour un moment de partage authentique !*

Morceaux d'agneau dorés au four puis mijotés dans une sauce parfumée d'un mélange de miel et d'épices (coriandre, paprika, cumin, cannelle, gingembre), accompagnés d'abricots secs et de pruneaux.



TAJINE D'AGNEAU MIEL, ABRICOT ET PRUNEAUX

1 **COUSCOUS EN KIT**  
164868 - 4,55 kg - Sans semoule  
165628 - 6,05 kg - Avec semoule

2 **TAJINE D'AGNEAU AU MIEL, ABRICOTS ET PRUNEAUX**  
551688 - 2,4 kg

3 **TAJINE DE POULET CITRONNÉE AUX OLIVES ET POIVRONS**  
165625 - 2,72 kg



TAJINE DE POULET CITRONNÉE

3 *Morceaux de poulet marinés (pilons et hauts de cuisse) avec un mélange d'épices, dorés au four, mijotés dans une sauce à base d'oignons émincés, de poivrons jaunes et rouges, de citrons confits en quartiers, d'olives vertes, de raisins secs de Corinthe et d'épices : gingembre, cannelle, épices safranées et muscade.*

Partez à la découverte des classiques de la cuisine française, où la viande est à l'honneur. Du bœuf bourguignon aux viandes d'exception, chaque plat raconte une histoire de traditions et de savoir-faire, pour des repas riches en goût et en caractère.

- 1 CARBONADE FLAMANDE  
167354 – 2,35 kg
- 2 BŒUF BOURGUIGNON  
65194 – 4,72 kg
- 3 GARDIANE DE TAUREAU  
169492 – 2,4 kg
- 4 LANGUE DE BŒUF  
60709 – 2,4 kg
- 5 PARMENTIER DE BŒUF  
72756 – 3 kg



## L'EXCELLENCE À LA FRANÇAISE

### CARBONADE FLAMANDE



1

Morceaux de bœuf (collier-jarret) assaisonnés, passés au four et mijotés dans une sauce brune à base de bière\*, de miel, de 4 épices, agrémentée de quartiers d'oignons.

### GARDIANE DE TAUREAU



3

Morceaux de taureau braisés puis cuisinés dans une sauce à base de vin rouge\*, d'aromates, d'herbes de Provence, de carottes, d'oignons grelots et de lardons fumés. Des zestes d'orange parfument cette recette.

Bœuf soigneusement mariné dans du vin rouge\* et des aromates, rôtis au four puis lentement mijotés dans une sauce au vin riche et parfumée. L'ensemble est accompagné de lardons, champignons, oignons grelots et carottes rondelles, pour un plat généreux et savoureux.



2

### BŒUF BOURGUIGNON



4

### LANGUE DE BŒUF

Tranches de langue de bœuf de 45g environ, cuisinées dans une sauce à base d'oignons, de cornichons et de concentré de tomate. (langue coupée par nos bouchers).



### PARMENTIER DE BŒUF CHAROLAIS

5

Ce parmentier de bœuf charolais associe une viande de bœuf mijotée et savoureuse, cuisinée avec soin, à une purée de pommes de terre onctueuse et généreuse.

La viande de veau se distingue par sa texture tendre et sa saveur délicate. Peu marquée en goût, elle se prête aussi bien aux cuissons douces et mijotées, qu'aux préparations plus franches. Appréciée pour sa finesse, elle offre une chair claire, juteuse et fondante.

- 1 **BLANQUETTE DE VEAU**  
65076 – 2,16 kg
- 2 **TÊTE DE VEAU SAUCE RAVIGOTE**  
159446 – 1,7 kg
- 3 **ROGNONS DE VEAU SAUCE PORTO**  
103086 – 2,4 kg

**BLANQUETTE DE VEAU**

1 Succombez à la tendreté de morceaux de veau pochés dans un bouillon parfumé, puis mijotés dans une sauce blanche crémeuse au vin blanc\*. Champignons, oignons, grelots et carottes viennent enrichir cette préparation, délicatement liée au jaune d'œuf et relevée d'une pointe de citron pour une touche de fraîcheur.



**VEAU FONDANT, PLAISIR ÉVIDENT**

**TÊTE DE VEAU SAUCE RAVIGOTE**

Tendre et fondante, la tête de veau est longuement mijotée puis nappée d'une sauce ravigote fraîche et acidulée aux câpres et fines herbes.



**ROGNONS DE VEAU SAUCE PORTO**

Rognons de veau émincés et blanchis, cuisinés dans une sauce à base de crème, de fond de veau, de vin rouge et de Porto rouge\*.



Tendres morceaux d'agneau assaisonnés, colorés au four puis cuisinés dans une sauce à base de tomates et garnie de petits pois, de bâtonnets de carottes, d'oignons grelots, de navets tournés, d'ail, de vin blanc et d'aromates.



**NAVARIN D'AGNEAU PRINTANIER**



**JARRETS D'AGNEAU AU THYM**

Jarret d'agneau avec os doré au four puis cuit à point sous vide dans un jus à base de thym. Le jarret est fondant et savoureux.



**AGNEAU EN VEDETTE, SAVEUR PARFAITE**

- 1 **NAVARIN D'AGNEAU PRINTANIER**  
166603 – 2,8 kg
- 2 **JARRETS D'AGNEAU AU THYM**  
65077 – 6 jarrets – 2,64 kg

L'agneau séduit par son goût intense et délicatement parfumé. Tendre et fondant après cuisson, il révèle toute sa richesse aussi bien dans les plats mijotés que rôtis. Une viande de caractère, généreuse et pleine de saveurs.

Pilons et hauts de cuisse de poulet marinés dans du vin rouge\* et des aromates, dorés au four et longuement mijotés dans une sauce au vin rouge agrémentée d'une garniture à base de lardons fumés, d'oignons grelots, de carottes et de champignons de Paris.



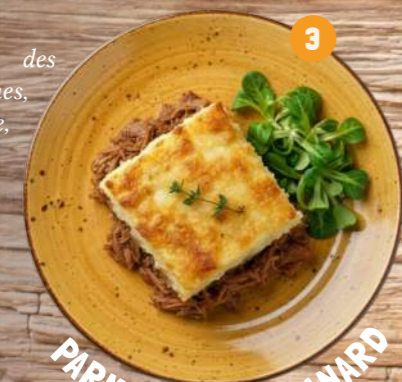
1  
COQ AU VIN

Manchons de canard braisés puis mijotés dans une sauce crémeuse à base de poivre vert et de Cognac\*.



2  
SAUTÉ DE CANARD SAUCE AU POIVRE VERT

Purée préparée avec des pommes de terre fraîches, revenues au beurre, écrasées au lait sur un effiloché de canard mijoté aux petits oignons, une préparation qui permet à la viande de conserver tout son caractère.



3  
PARMENTIER DE CANARD

Aiguillettes de poulet blanchies et cuisinées dans une sauce à base de crème, de vin blanc\*, riche en champignons de Paris et parfumée avec du Calvados\*.



4  
AIGUILLETTES DE POULET À LA NORMANDE



5  
FRICASSÉE DE POULET

Morceaux de poulet (pilon et haut de cuisse) dorés au four, accompagnés d'un jus à base d'échalotes suées dans l'huile d'olive avec des herbes de Provence et des tomates séchées. Le tout est rehaussé d'un filet de vinaigre de Xérès et d'une note anisée (Pastis\*).

# LA VOLAILLE SOUS TOUTES SES TENTATIONS



La volaille se décline en plats savoureux, tendres et riches en goût. Chaque préparation met en avant son caractère et sa finesse, pour éveiller les papilles et régaler toutes les tables.

- 1 COQ AU VIN  
49593 - 2,68 kg
- 2 SAUTÉ DE CANARD SAUCE AU POIVRE VERT  
159067 - 2,2 kg
- 3 PARMENTIER DE CANARD  
72786 - 3 kg
- 4 AIGUILLETTES DE POULET À LA NORMANDE  
160374 - 1,85 kg
- 5 FRICASSÉE DE POULET AUX HERBES DE PROVENCE  
167353 - 2,32 kg
- 6 POULET BASQUAISE  
163288 - 8 parts - 2,56 kg

Hauts de cuisse de poulet dorés au four accompagnés d'une sauce basquaise à base d'oignons émincés, de poivrons verts et rouges en lanière, de tomates concassées et de dés de courgette. Le tout est assaisonné avec de l'ail et des herbes de Provence.

6  
POULET BASQUAISE

\*L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Le porc, c'est la viande du goût assumé. Moelleux, savoureux, parfois rustique, il aime les sauces bien liées et les cuissons qui prennent le temps. Une viande qui réchauffe et qui rassure !



**TENDRE ET SAVOUREUX**

**SAUTÉ DE PORC À LA MOUTARDE**



Morceaux d'épaule de porc dorés au four puis mijotés dans une sauce crémeuse au vin blanc\*, liée et parfumée avec un duo moutarde de « Dijon » et moutarde « à l'ancienne ».

**ROGNON DE PORC MADÈRE**



Rognons de porc émincés et blanchis, cuisinés dans un fond de bœuf tomate et parfumé au Madère\* et au persil haché.

**CIVET DE PORC AUX OLIVES VERTES**



Morceaux de viande de porc dorés au four puis mijotés dans une sauce au vin rouge\* liée au sang et relevée avec de la tapenade (anchois, olives noires et câpres). Le tout est agrémenté de carottes et d'olives vertes dénoyautées.

**FONDANT DE PORC, SAUCE PORTO ET PLEUROTÉS**



Morceaux fondants de viande de porc (tempe), colorés au four puis mijotés dans une sauce crémeuse au Porto\*. Le tout est agrémenté de pleurotes entières.

**SAUTÉ DE PORC SAUCE BARBECUE**



Morceaux de viande de porc assaisonnés, colorés au four et cuits dans une sauce à base d'oignons et d'ail sués, de ketchup, de tomates concassées et de miel. Le tout rehaussé de gingembre, de moutarde, et d'une note fumée.

**SAUTÉ DE SANGLIER, SAUCE POIVRADE**



Sautés de sanglier, marinés au vin rouge et aromates. Les morceaux sont braisés et cuisinés dans une sauce à base de vin rouge\*, d'échalotes, de poivre concassé, de moutarde, d'un filet de vinaigre. Le tout est lié au sang et rehaussé d'un filet de Brandy\*.

- 1 SAUTÉ DE PORC À LA MOUTARDE  
159065 - 2,16 kg
- 2 ROGNON DE PORC MADÈRE  
159070 - 2,4 kg
- 3 CIVET DE PORC AUX OLIVES VERTES  
160429 - 2,07 kg

- 4 FONDANT DE PORC, SAUCE PORTO ET PLEUROTÉS  
161439 - 2,16 kg
- 5 SAUTÉ DE PORC SAUCE BARBECUE  
142382 - 2,1 kg
- 6 SAUTÉ DE SANGLIER, SAUCE POIVRADE ❄️  
71535 - 1,7 kg

# LE CŒUR DES SAVEURS



Les farcis et paupiettes sont des spécialités emblématiques de la cuisine traditionnelle. Élaborés à partir de viandes sélectionnées et d'ingrédients soigneusement assaisonnés, ils sont façonnés avec précision puis mijotés lentement dans des sauces savoureuses.

De belles tomates fraîches farcies d'un mélange savoureux de porc et de bœuf, accompagnées de riz et de légumes, puis délicatement mijotées dans une sauce tomate parfumée aux aromates.

## CALMAR FARCI SAUCE AMÉRICAINE



Tendres encornets farcis d'un mélange savoureux de viande de porc et de filet de colin, cuisinés dans une sauce américaine riche et parfumée à la tomate, au vin blanc\* et aux aromates.



Des choux farcis généreux, mijotés dans une sauce tomate savoureuse, garnis d'un mélange gourmand de porc et de bœuf, relevés d'oignons, de légumes et d'aromates pour une recette authentique et réconfortante.



## TOMATES FARCIES

## CHOUX FARCIS

- 1 CALMAR FARCI SAUCE AMÉRICAINE  
159437 - 1,5 kg
- 2 CHOUX FARCIS CUITS AU FOUR  
159436 - 2,7 kg
- 3 TOMATES FARCIES CUISES AU FOUR ARTISANALES (sauce + riz)  
164891 - 2,5 kg

## PAUPIETTE DE LAPIN



Paupiette de lapin cuisinée dans un jus à base d'oignons hachés, de concassé de tomates, vin blanc\*, serpolet (thym sauvage).

## PAUPIETTE DE VEAU



Paupiette de veau ficelée à la main accompagnée d'une sauce riche en tomates garnie de champignons de Paris émincés. La farce est composée de veau, de légumes, de chapelure, d'épices et de persil.



## PAUPIETTE DE SAUMON

Paupiette de saumon farcie d'une mousseline de poisson blanc, d'asperges, de crème fraîche et de fines herbes, et accompagnée d'une sauce beurre citron onctueuse.

- 1 PAUPIETTE DE LAPIN JUS TOMATE ET FARIGOULETTE  
167357 - 1,6 kg
- 2 PAUPIETTE DE VEAU SAUCE CHAMPIGNONS DE PARIS ET TOMATE  
550386 - 2 kg
- 3 PAUPIETTE DE SAUMON BEURRE CITRON  
551286 - 1,44 kg

ELLES VOUS FERONT CHAVIRER

1 CASSOLETTE DE MOULES À LA CRÈME  
ET AUX CHAMPIGNONS DE PARIS ❄️  
23818 - 2 kg

1 CASSOLETTE DE MOULES À LA CRÈME ET AUX CHAMPIGNONS DE PARIS ❄️

Véritables trésors de la mer, les moules séduisent par leur finesse et leur goût délicatement iodé. Dans cette recette, les moules décoquillées sont cuisinées dans une sauce onctueuse à base de crème, subtilement parfumée au vin blanc et généreusement garnie de champignons de Paris émincés, pour une préparation à la fois gourmande et raffinée.

LA MER DANS VOS ASSIETTES

1 BRANDADE PARMENTIÈRE À LA MORUE

1 BRANDADE PARMENTIÈRE  
À LA MORUE  
17% de morue  
73515 - 3 kg - Non gratinée  
73514 - 3 kg - Gratinée au four

Originaire du sud de la France, la brandade de morue est un plat traditionnel qui remonte au XVIII<sup>e</sup> siècle. Une recette traditionnelle où le cabillaud fondant se mêle aux pommes de terre fraîches et à une touche de crème et de beurre, relevée d'ail et de persil pour un goût riche et savoureux. Un plat onctueux et réconfortant, prêt à savourer.

# LYON, CAPITALE DE LA GASTRONOMIE



2

**QUENELLES AU BROCHET SAUCE SAFRANÉE ET MÂCON BLANC**

*Quenelles de brochet cuisinées dans une sauce à base de fumet de poisson et de crème puis montée au beurre et assaisonnée d'une note d'épices safranées, le tout arrosé de vin blanc Mâcon Village\*.*

Lyon, capitale de la gastronomie, où tradition et créativité se rencontrent dans chaque assiette. C'est dans ses célèbres bouchons lyonnais qu'on y savoure notamment de délicieuses quenelles, symboles d'un patrimoine culinaire généreux et raffiné.



1

**SAUTÉ DE VEAU À LA LYONNAISE**

*Morceaux de veau assaisonnés et marqués au four, mijotés dans une sauce brune à base de jus de veau, d'ail, de poivre et de tomates concassées. Le tout est rehaussé d'une note d'acidité avec le vinaigre et d'une pincée de persil haché.*

1

**QUENELLES AU BROCHET SAUCE SAFRANÉE ET MÂCON BLANC**  
165626 - 2,1 kg

2

**SAUTÉ DE VEAU À LA LYONNAISE**  
167355 - 2,2 kg



\*L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Nos plats cuisinés traditionnels sont préparés avec des ingrédients savoureux pour apporter générosité, couleur et authenticité à vos repas.

# LE GOÛT DES BONNES CHOSES

De tendres endives braisées, roulées dans du jambon et gratinées sous une sauce béchamel onctueuse.

## ENDIVES AU JAMBON



1

## CROZETS À LA CRÈME



2

Crozets cuisinés avec de la crème et des chanterelles.

Compotée de légumes d'été : poivrons, courgettes, aubergines grillées, oignons, cuisinés avec de la tomate, de l'huile d'olive et du thym.



## RATATOUILLE À LA PROVENÇALE

3

## TARTIFLETTE ARTISANALE



4

Une tartiflette simple et généreuse, avec des pommes de terre fondantes, une crème douce, des lardons fumés et des oignons légèrement dorés. Le fromage fondu vient lier l'ensemble, relevé d'une touche d'ail et de thym. Un plat chaleureux et équilibré, à déguster bien chaud.

Aubergines fondantes, généreusement farcies au bœuf et mijotées dans une sauce tomate parfumée, rehaussées d'une onctueuse crème de mozzarella. Le tout sublimé par une compotée de tomates aux huiles d'olive et épices, pour un véritable voyage au cœur de la cuisine méditerranéenne.



## AUBERGINES PARMESANES

5



6

Délicieuse écrasée de pommes de terre montées au beurre.

Épinards cuisinés dans une crème légère et onctueuse.



## ÉPINARDS À LA CRÈME

7

1 ENDIVES AU JAMBON  
165006 - 2,3 kg

2 CROZETS À LA CRÈME ET AUX CHANTERELLES ❄️  
103115 - 1,5 kg

3 RATATOUILLE À LA PROVENÇALE  
103113 - 2 kg

4 TARTIFLETTE ARTISANALE ❄️  
141644 - 3,1 kg

5 AUBERGINES PARMESANES  
142383 - 2,9 kg

6 EMBEURRÉE DE POMMES DE TERRE NATURE  
25486 - 1,5 kg

7 ÉPINARDS À LA CRÈME  
72757 - 3 kg

La pomme de terre, l' incontournable des assiettes, se décline à toutes les sauces pour régaler tous les palais !

Les pommes de terre Grenaille rôties à l'ail sont idéales pour accompagner vos plats préférés, aussi bien avec du poisson qu' une bonne viande rouge ou le poulet fermier du dimanche ! Les gousses d'ail confites en chemise imprègnent les tendres pommes de terre grenailles fondantes à cœur, le tout est parsemé d'un filet d'huile d'olive et d'un bouquet de persil et thym.

**POMMES DE TERRE GRENAILLE CUITES AU FOUR**



**ÇA DONNE LA PATATE**

**GRATIN DAUPHINOIS**



Des tranches de pommes de terre fraîches à la texture fondante, recouvertes d'une préparation ultra-crèmeuse et juste ce qu'il faut d'ail fraîchement haché. Pour un goût unique et authentique, on ajoute la petite touche du chef : une pointe de muscade.

Les pommes de terre Dauphine demandent un geste cuisiné précis. Le principe est de créer une coque croustillante avec un cœur fondant. Dans cette recette, les pommes de terre sont natures, relevées d'une pointe de muscade. Vous trouverez aussi du lait et des œufs.



**POMMES DAUPHINE**

**RAPÉS DE POMMES DE TERRE**



Généreuses galettes de pommes de terre fraîches râpées auxquelles on ajoute notre emmental... La pomme de terre est taillée, ni trop épaisse ni trop fine, pour qu'elle se tienne au réchauffage et croustille à souhait !

Les pommes de terre Paillasson sont des galettes de pommes de terre râpées et d'oignon, assaisonnées puis frites jusqu'à être dorées. Croustillantes à l'extérieur et fondantes à l'intérieur, elles accompagnent parfaitement une viande, souvent avec une sauce aigre-douce.



**POMMES PAILLASSON**

**POMMES GRENAILLE D'HIVER**



Rôti de grenailles avec de la patate douce. Assaisonné au thym et au persil. Un accompagnement idéal pour les viandes en sauce.

- 1 POMMES DE TERRE GRENAILLE CUITES AU FOUR  
146779 - 2 kg
- 4 RAPÉS DE POMME DE TERRE ARTISANALES  
169706 - 1,44 kg
- 2 GRATIN DAUPHINOIS  
140659 - 2,8 kg
- 5 POMMES PAILLASSON  
164900 - 1,75 kg
- 3 POMMES DAUPHINE ARTISANALES  
164899 - 1,1 kg
- 6 POMMES DE TERRE GRENAILLE D'HIVER ❄️  
72116 - 2 kg

## SAVEURS D'ASIE

ÉMINCÉ DE POULET TIKKA  
SAUCE MASSALA  
48881 – 1,76 kg

ÉMINCÉ DE POULET CURRY  
MADRAS  
154555 – 2 kg

ÉMINCÉ DE PORC AU CAMEL  
154745 – 2 kg

NEMS AU POULET + 2 SAUCES  
NUOC MAM  
154795 – 30 g x 16  
154557 – 65 g x 8

RIZ CANTONNAIS  
160431 – 1,5 kg

NOUILLES CHINOISES  
154746 – 2 kg

## SAVEURS D'ITALIE

BOULETTE AU BŒUF SAUCE  
MILANAISE  
165621 – 2,4 kg

RISOTTO AU PARMESAN ET  
CHAMPIGNONS  
167359 – 1,5 kg

ENCORNETS FARCIS ET  
CONCASSÉ DE TOMATES  
167356 – 1,76 kg

LASAGNES DE BŒUF RACE  
LIMOUSIN  
72520 – 3 kg

LASAGNES DE BŒUF AU  
CANTAL  
73387 – 3 kg

## SAVEURS D'ESPAGNE

POÊLÉE DE CALAMARS À LA  
CATALANE ET AU CHORIZO  
159069 – 2 kg

PAELLA AU POULET  
65195 – 4,72 kg

PAELLA ROYALE  
29037 – 3 kg

PAELLA VALENCIANA  
23895 – 3 kg  
141307 – 6 kg

## SAVEURS DU MONDE

CHILI CON CARNE  
159074 – 2,5 kg

JAMBALAYA DE VOLAILLE  
165134 – 4,32 kg

ROUGAIL DE SAUCISSES  
169491 – 2,2 kg

COUSCOUS EN KIT  
164868 – 4,55 kg - SANS SEMOULE  
165628 – 6,05 kg - AVEC SEMOULE

TAJINE D'AGNEAU AU MIEL,  
ABRICOTS ET PRUNEAUX  
551688 – 2,4 kg

TAJINE DE POULET CITRONNÉ  
AUX OLIVES ET POIVRONS  
165625 – 2,72 kg

## SAVEURS FRANÇAISES À BASE DE VIANDE

CARBONADE FLAMANDE  
167354 – 2,35 kg

BŒUF BOURGUIGNON  
65194 – 4,72 kg

GARDIANE DE TAUREAU  
169492 – 2,4 kg

LANGUE DE BŒUF  
60709 – 2,4 kg

PARMENTIER DE BŒUF  
72756 – 3 kg

BLANQUETTE DE VEAU  
65076 – 2,16 kg

TÊTE DE VEAU SAUCE  
RAVIGOTE  
159446 – 1,7 kg

ROGNONS DE VEAU SAUCE  
PORTO  
103086 – 2,4 kg

JARRET D'AGNEAU AU THYM  
65077 – 2,64 kg (6 jarrets)

NAVARIN D'AGNEAU  
PRINTANIER  
166603 – 2,8 kg

COQ AU VIN  
49593 – 2,68 kg

SAUTÉ DE CANARD SAUCE AU  
POIVRE VERT  
159067 – 2,2 kg

PARMENTIER DE CANARD  
72786 – 3 kg

AIGUILLETES DE POULET  
À LA NORMANDE  
160374 – 1,85 kg

FRICASSÉE DE POULET AUX  
HERBES DE PROVENCE  
167353 – 2,32 kg

POULET BASQUAISE  
163288 – 2,56 kg (8 parts)

SAUTÉ DE PORC À LA  
MOUTARDE  
159065 – 2,16 kg

ROGNON DE PORC MADÈRE  
159070 – 2,4 kg

CIVET DE PORC AUX OLIVES  
VERTES  
160429 – 2,07 kg

FONDANT DE PORC,  
SAUCE PORTO ET PLEUROTÉS  
161439 – 2,16 kg

SAUTÉ DE PORC SAUCE  
BARBECUE  
142382 – 2,1 kg

SAUTÉ DE SANGLIER, SAUCE  
POIVRADE ❄️  
71535 – 1,7 kg

## FARCIS & PAUPIETTES

CALMAR FARCIS SAUCE  
AMÉRICAINNE  
159437 – 1,5 kg

CHOUX FARCIS CUIITS AU FOUR  
159436 – 2,7 kg

TOMATES FARCIES CUITES AU  
FOUR  
164891 – 2,2 kg

PAUPIETTE DE LAPIN  
JUS TOMATE ET FARIGOULETTE  
167357 – 1,6 kg

PAUPIETTE DE VEAU SAUCE  
CHAMPIGNONS DE PARIS ET  
TOMATE  
550386 – 2 kg

PAUPIETTE DE SAUMON BEURRE  
CITRON  
551286 – 1,44 kg

## SPÉCIALITÉS DE LA MER

CASSOLETTE DE MOULES À LA  
CRÈME ET AUX CHAMPIGNONS  
DE PARIS ❄️  
23818 – 2 kg

BRANDA DE PARMENIÈRE  
À LA MORUE  
73515 – 3 kg - Non gratinée  
73514 – 3 kg - Gratinée au four

## SPÉCIALITÉS LYONNAISES

QUENELLES AU BROCHET  
SAUCE SAFRANÉE ET MÂCON  
BLANC  
165626 – 2,1 kg

SAUTÉ DE VEAU À LA  
LYONNAISE  
167355 – 2,2 kg

## TRADITION & ACCOMPAGNEMENTS

ENDIVES AU JAMBON  
165006 – 2,3 kg

CROZETS À LA CRÈME ET AUX  
CHANTERELLES ❄️  
103115 – 1,5 kg

RATATOUILLE À LA  
PROVENÇALE  
103113 – 2 kg

TARTIFLETTE ARTISANALE ❄️  
141644 – 3,1 kg

AUBERGINES PARMESANES  
142383 – 2,9 kg

EMBEURRÉE DE POMMES DE  
TERRE NATURE  
25486 – 1,5 kg

ÉPINARDS À LA CRÈME  
72757 – 3 kg

POMMES DE TERRE GRENAILLES  
CUIITES AU FOUR  
146779 – 2 kg

GRATIN DAUPHINOIS  
140659 – 2,8 kg

POMMES DAUPHINE  
ARTISANALES  
164899 – 1,1 kg

RAPÉS DE POMME DE TERRE  
ARTISANALES  
169706 – 1,44 kg

POMMES PAILLASSON  
164900 – 1,75 kg

POMMES DE TERRE ❄️  
GRENAILLE D'HIVER  
72116 – 2 kg



Une fédération  
de distributeurs  
qui appartient  
à des agriculteurs.



SUIVEZ NOTRE ACTUALITÉ !    

FRANCE FRAIS RHÔNE-ALPES - Rue Louise Michel 69320 Feyzin

Tél : 04 72 89 22 40 - [contact@ffra.fr](mailto:contact@ffra.fr) - [www.ffra.fr](http://www.ffra.fr)

Offre réservée aux professionnels de la restauration. Suggestion de présentation.

Document non contractuel. Sous réserve d'erreurs typographiques.