INSPIRATIONS PLANT BASED

Comprend une interview sur les tendances avec **André Kneubühler**

SWISS GASTRO SOLUTIONS

Des marques fortes réunies pour vous. **swissgastrosolutions.ch**

Alimentation plant based qui inspire tout le monde

Les grandes tendances de société comme la santé, l'individualisation et la numérisation ont un impact majeur sur les habitudes alimentaires actuelles, le mode alimentaire des clients et donc également sur la demande dans le secteur gastronomique. La traduction de plant based est «à base végétale». Cette tendance culinaire se concentre principalement sur les besoins toujours grandissants des clients en matière d'aliments riches en protéines et d'origine végétale de qualité provenant d'une production respectueuse sur le plan écologique. Pour s'adapter à ces tendances, les plats raffinés à base de champignons, de légumes, de noix, de produits complets et de légumineuses sont de plus en plus placés au centre de cette offre gastronomique complémentaire.

Des inspirations savoureuses grâce à la variété et un bon équilibre. Que ce soit au restaurant, à emporter ou par l'intermédiaire d'un service de livraison à domicile, les variations culinaires plant based, élaborées avec des produits de qualité et gracieusement présentées, constituent des alternatives aux offres classiques qui sont de plus en plus appréciées par les clients.

Laissez-vous inspirer: en exclusivité pour vous, nous avons réalisé une interview sur les tendances avec André Kneubühler, le jeune talent à succès du secteur, et nous avons élaboré des plats «plant based Gourmet à la carte» avec des ingrédients de qualité comme le quinoa, les pois chiches, le soja, les légumineuses et la noix de coco. Avec les offres attrayantes «sur le pouce» telles que le sandwich BBQ falafel, le Mexican Hot Dog ou le «Baked Potato Plant B», Felix Weder de l'équipe du conseil spécialisé de Swiss Gastro Solutions nous montre comment composer et réaliser des plats présentant des marges intéressantes et sans viande pour les services à emporter et de livraison à domicile grâce à notre gamme de produits.

Bonne lecture et bon courage pour la création de votre offre complémentaire plant based! Je vous souhaite une bonne phase de redémarrage, que vos affaires soient prospères et florissantes.

Bien cordialement,

Marius Gampp
Directeur en conseil spécialisé

Interview avec André Kneubühler

Le gagnant du «marmite youngster» 2019, André Kneubühler, a déjà travaillé avec des chefs renommés comme Anton Mosimann, Andreas Caminada ou Daniel Humm. Grâce à une bourse, le jeune talent de 27 ans a également eu l'opportunité de travailler dans le restaurant Blue Hill à New York. Très occupé, André Kneubühler occupe le poste de sous-chef auprès de Tanja Grandits et s'entraîne pour le fameux concours culinaire du Cuisinier d'Or 2021.

L'alimentation plant based Food devient de plus en plus populaire et est de plus en plus demandée par les clients de restaurants. L'art culinaire associe une alimentation savoureuse et équilibrée impliquant des thématiques actuelles telles que la santé et le développement durable. André Kneubühler a développé, aux côtés de Swiss Gastro Solutions, des recettes plant based incluant le facteur gastronomique en se basant sur des aliments végétaux de qualité et riches en protéines. Nous avons rencontré ce jeune cuisinier, talentueux et engagé, et avons discuté des tendances et de ses recettes sophistiquées.

Comment décrivez-vous votre philosophie de cuisinier?
André Kneubühler: l'excellente qualité et la provenance sont essentielles pour moi lorsque je choisis mes produits. La provenance locale ou régionale, le caractère saisonnier et la fraîcheur du produit constituent pour moi des critères pertinents. Lorsque j'élabore un plat, j'accorde une très grande importance à l'utilisation respectueuse des ressources. Les techniques de précision et de performance permettent d'élaborer une expérience gustative unique qui relie la nature avec l'authenticité culinaire.

Pour vous, en tant que talent culinaire, que représente l'alimentation plant based?
Pour moi, la tendance plant based est un thème que j'intègre déjà depuis bien longtemps dans mon approche. Par exemple, je trouve particulièrement passionnant d'utiliser la plante entière, c'est à dire de la racine jusqu'à la fleur, en ayant recours à différentes bases et sous-compositions. Dans cette combinaison, j'accorde une attention toute particulière à la réduction du gaspillage alimentaire qui constitue pour moi une thématique primordiale. Par ailleurs, je prends plaisir à émerveiller et surprendre le client en lui offrant une expérience multisensorielle intégrant les odeurs, les consistances et les saveurs provenant des différentes parties de la plante que j'incorpore au plat.

«Si la création est réalisée avec cohérence, l'établissement gastronomique peut bénéficier d'un chiffre d'affaires supplémentaire intéressant.»

Selon vous, quelles sont les opportunités qui émergent de cette tendance?
Pour répondre à la demande toujours grandissante de la clientèle en matière de saveurs, d'équilibre et d'individualité, j'intègre une offre complémentaire plant based finement élaborée. Grâce à la diversité de l'offre, les familles ou les groupes professionnels incluant des personnes avec des besoins alimentaires variables auront le plaisir de savourer leur repas dans le même restaurant. Si la création est réalisée avec cohérence, l'établissement gastronomique peut bénéficier d'un chiffre d'affaires supplémentaire intéressant.

Quel est votre avis sur la réaction globale de la gastronomie à ces tendances?
De plus en plus d'établissements intègrent le thème plant based dans leur offre. Que ce soit dans un restaurant gastronomique intégrant des compositions «leaf to root» avec une présentation filigrane et aux saveurs raffinées, avec des légumes de saison ou des variétés anciennes, ou encore dans la vente à emporter avec des créations «Sur le pouce» proposant des sandwichs ou des wraps; les concepts attrayants et bien réalisés de repas plant based sont omniprésents et déjà très demandés.

D'après vous, quels clients recherchent des repas plant based?
Qu'il s'agisse de la jeune clientèle, des flexitariens ou du fin gourmet, les saveurs de plats raffinés, sains, de provenance biologique et préparés avec savoir-faire sont très appréciées par une clientèle toujours grandissante. C'est pourquoi il est conseillé à mon sens que le restaurateur soit conscient de la variété des besoins de sa clientèle et qu'il intègre cette demande de manière optimale dans son offre et sa carte des menus.

Vous avez développé des inspirations plant based raffinées pour Swiss Gastro Solutions. Comment vous sont venues ces idées créatives de recettes?
Dans mon métier, je m'intéresse constamment aux tendances sociales et alimentaires, à la cuisine internationale, mais également au «foodpairing» et à l'histoire de l'art culinaire. Dans mon travail au quotidien, l'utilisation respectueuse des ressources et le travail professionnel et précis occupent une place capitale. J'ai intégré ces connaissances culinaires et mon savoir-faire lors de l'élaboration et de la réalisation des inspirations plant based de Swiss Gastro Solutions. En plus de l'ajustement de la consistance et des saveurs, les 6 créations qui ont vu le jour dans ce contexte offrent également un rapport transparent en ce qui concerne le facteur psychonutritionnel relatif à la provenance végétale comme les légumineuses, le quinoa, les pois chiches ou la noix de coco. Je recommande à tous les responsables de la restauration de se pencher sur ce thème important et je leur souhaite bonne lecture des présentes inspirations et bonne chance dans la création personnelle au sein leur établissement.

Merci beaucoup pour cette interview, André, et bonne chance pour le Cuisinier d'Or!

DÉLICE AUX **PETITS POIS**

ASTUCE:
cette trilogie de burgers se marie parfaitement bien avec les frites Culinarium Country Fries de grande taille ou des frites à la patate douce.

Trilogie de burgers plant based

1. Faire décongeler les galettes au frigo, les former pour obtenir la bonne taille et les faire cuire à feu moyen.
2. Faire cuire le pain aux olives, aux tomates et à l'origan des petits pains méditerranéens conformément aux instructions, couper les pains en deux et faire légèrement griller la surface.
3. Déposer sur la partie inférieure du petit pain aux tomates de la roquette fraîche, des tomates, du pesto végan et des pignons grillés, déposer ensuite la galette préalablement dorée et la recouvrir avec des légumes grillés, de la roquette et du pesto puis déposer la partie supérieure du petit pain par-dessus.
4. Sur la partie inférieure du petit pain rond au romarin, déposer le chou en julienne poêlé, les oignons au balsamique et la sauce barbecue, poser ensuite la galette dorée et la recouvrir avec de la salade fraîche, des mini-épis de maïs, de la sauce barbecue et la partie supérieure du petit pain.
5. Recouvrir la partie inférieure du petit pain aux olives avec des tranches de courgettes et d'aubergines grillées, ajouter du crumble de l'alternative végane de la feta, des olives kalamata découpées et de la salade fraîche. Déposer sur la galette de la salade fraîche, du crumble de feta plant based, de l'huile d'olive et la partie supérieure du petit pain.

Raffiné aux pistaches

SOUPE

Fusion de petits pois, de noix de coco et de pistaches

Flan plant based avec une liaison de petits pois, de noix de coco et de pistaches

Falafel dans le pain pita

1. Faire légèrement griller le pain pita décongelé dans une poêle ou au four.
2. Les falafels peuvent être utilisés sous forme décongelée, froids ou chauds.
3. Rajouter du jus de citron, de l'ail, du sel et du poivre dans un yaourt plant based, ajouter ensuite un peu de menthe ou de persil haché.
4. Découper le pain pita dans le sens de la longueur, y déposer de la laitue fraîche, des tomates, des radis ou du concombre, insérer les falafels et ajouter la sauce au yaourt.

ASTUCE:
à la place de la sauce au yaourt plant based, il est également possible d'utiliser une autre sauce, p.ex. une sauce «Café de Paris», 800 ml (végan).

ONE POT

Levante aux pois chiches

Un ragoût aux pois chiches servi dans un pide, garni avec des figues, des noix, de la grenade et des dattes

Raffiné aux figues

COMPOSITION UNIQUE GRÂCE **AUX POIS-CHICHES**

EXALTATION
AU QUINOA

Salade énergisante

1. Couper des petits dés à partir du pain aux pommes de terre et de fines tranches du petit pain protéiné, et les faire griller. Mélanger le quinoa cuit avec les herbes fraîches, le vinaigre balsamique blanc et l'huile d'olive.
2. Mariner les légumes de saison.
3. Mélanger les lentilles cuites avec des dés de pommes fraîches, du vinaigre de pomme et de l'huile de colza, saler et poivrer.
4. Dresser les salades par couches dans un verre, ajouter quelques notes de fraîcheur, un mélange de graines Basic-Mix et quelques chips de pain ou de croûtons.

ASTUCE:
selon la saison, il est possible d'ajouter des ingrédients frais adaptés au quinoa ou aux lentilles.

HORS D'ŒUVRE

«Potager saisonnier» au quinoa

Quinoa sous forme de barre et salade fraîche garnie aux légumes de saison

Avec beaucoup d'amour du détail

Confite à l'huile de colza

HORS D'ŒUVRE

Petits pois & pomme de terre montagnarde

Une pomme de terre montagnarde découpée en cylindre et confite à l'huile de colza, des petits pois frais sur une purée de pommes de terre montagnarde garnie aux jeunes pousses de petits pois

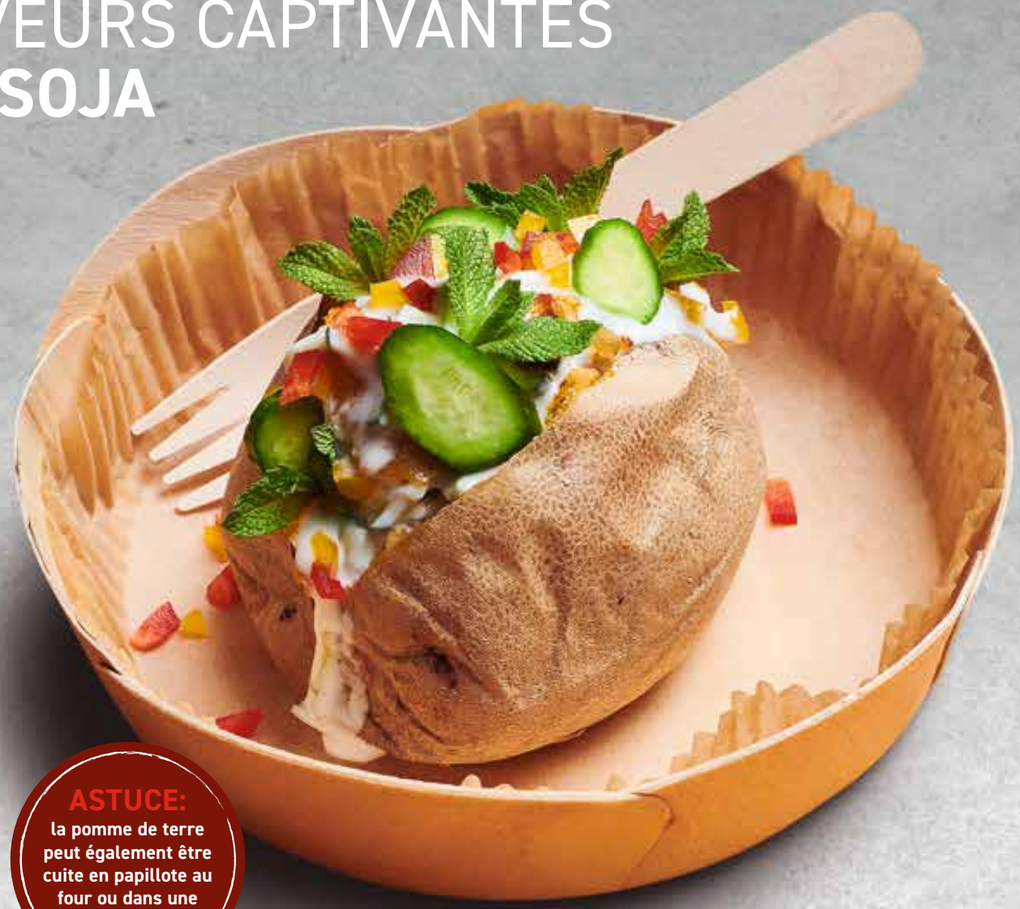
Mexican Plant Based Hotdog

1. Passer au four les pains sandwich et les découper dans le sens de la longueur.
2. Faire griller les saucisses Vegi Planet à feu doux pour chaque Hot Dog (au grill ou à la poêle).
3. Créer un pico de gallo à base de tomates, d'oignons, de coriandre, de piments et de citron vert.
4. Recouvrir le pain sandwich découpé avec du guacamole et une sauce au yaourt plant based, y déposer les saucisses Vegi Planet et garnir le tout avec des haricots azuki, le pico de gallo, de la coriandre, du guacamole et des piments.

ASTUCE:
servir avec du citron vert ou assaisonner avec des flocons de piment.

SURPRISE AUX
LÉGUMINEUSES & AUX PROTÉINES DE POMME DE TERRE

SAVEURS CAPTIVANTES
AU SOJA



ASTUCE:
la pomme de terre peut également être cuite en papillote au four ou dans une casserole d'eau.

Courge aigre-douce

PLAT SERVI À L'ASSIETTE

Tofu à la courge aigre-douce

Tofu mariné aux graines de courge grillées, servi sur son lit de courge aigre-douce

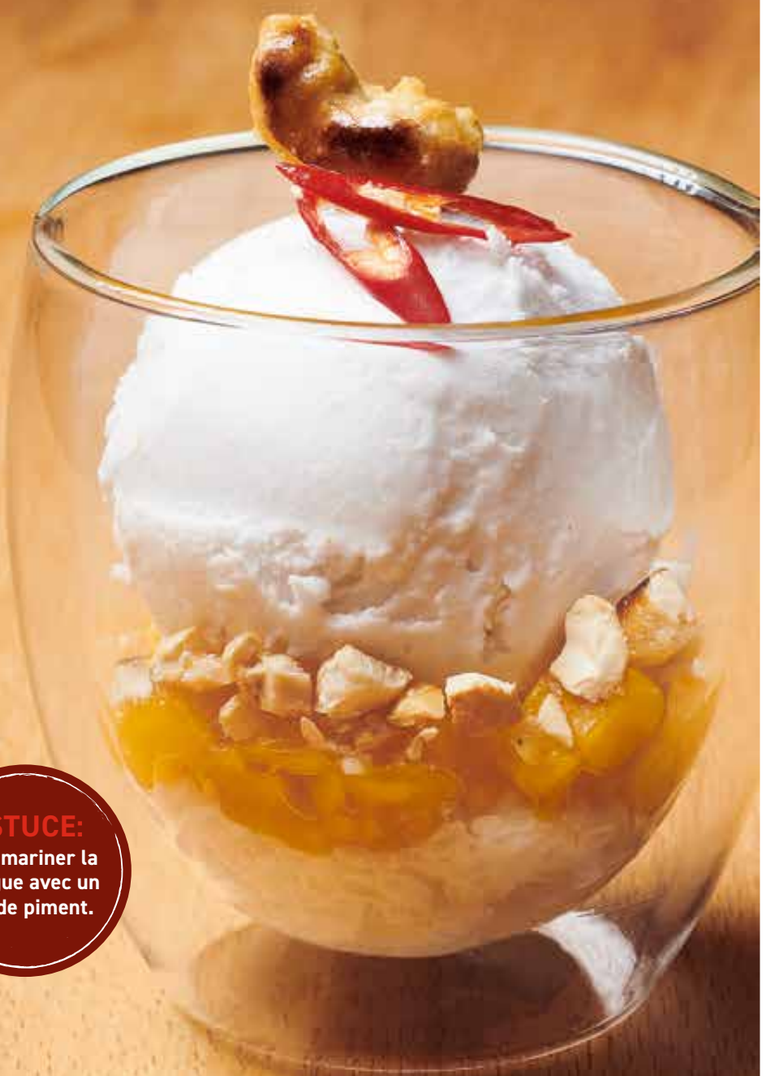
Vegi Gyros aux pommes de terre grillées

1. Faire cuire au four des pommes de terre à chair tendre sur une couche de sel.
2. Fabriquer un tzatziki à partir d'un yaourt nature plant based, des concombres, de l'ail et du sel.
3. Bien faire dorer le gyros Vegi Planet.
4. Dresser le gyros Vegi Planet dans la pomme de terre ouverte et garnir le tout avec le tzatziki, la menthe fraîche, les concombres et les dés de poivrons.

SAVEURS EXOTIQUES
À LA NOIX DE COCO

Mini-coupe à la noix de coco et à la mangue

1. Bien nettoyer le riz à sushi, cuire le riz puis mélanger avec le lait de coco et le sucre de palme.
2. Découper la mangue en petits dés.
3. Faire caraméliser à la poêle les noix de cajou avec le sucre.
4. Déposer le riz gluant dans la coupe, disperser la mangue, y dresser une boule de glace à la noix de coco puis garnir avec les noix de cajou caramélisées et le chili.



ASTUCE:
faire mariner la mangue avec un peu de piment.

DESSERT

Sweet Sushi-Roll

Maki sucré à la compote de mangue roulé dans la feuille de nori avec le riz gluant, avec une boule de glace à la noix de coco dans son manteau à la mangue verte

Avec de la noix de coco fraîche

SPÉCIAL **ENFANTS**

Nuggets avec des racines en bâtonnets au ketchup de courge

1. Pour le ketchup à la courge, faire cuire au four le potiron d'Hokkaido sans graines, le réduire en purée et l'assaisonner avec du sirop d'agave, du vinaigre de vin blanc, du sel, des clous de girofle, de la cannelle et de la muscade.
2. Découper en bâtonnets les légumes-racines de différentes couleurs.
3. Faire dorer les Nuggets Crispy Vegi Planet avec un peu de graisse à la poêle ou au four pour les rendre croustillants.

ASTUCE:
à la place de la courge, il est également possible d'utiliser des carottes, du céleri ou un autre légume pour faire le ketchup.

Notre gamme Swiss Gastro Solutions
pour vos créations plant based

		Utilisation dans les recettes	surgelé	réfrigéré	certifié
1721.016.000.00	Vegi Planet Crispy Nuggets, 5 kg	X	X		
1723.958.000.00	Vegi Planet Burger griller protéine pois, 34 × 115 g	X	X		X
1724.053.000.00	Vegi Planet Mini Falafel, 2 × 2.5 kg	X	X		X
1724.550.000.00	Vegi Planet Saucisse à rôtir (env. 67 g), 10 × 0.4 kg	X	X		X
1716.565.000.00	Vegi Planet Gyros, 2 × 2.5 kg	X	X		X
1721.015.000.00	Vegi Planet bâtonnets croquants (env. 30 g), 1 kg		X		X
1721.014.000.00	Vegi Planet Bio Tofu nature, 950 g			X	X
1716.562.000.00	Vegi Planet Burger végétarien brocoli-fromage (env. 70 g), 2.1 kg		X		
1716.181.000.00	Vegi Planet Emincé, 2 × 2 kg		X		
1719.758.000.00	Vegi Planet Balls (env. 13 g), 2 × 2 kg		X		X
1724.052.000.00	Vegi Planet Falafel (env. 18 g), 2 × 2.5 kg		X		X
ACCOMPAGNEMENTS/LÉGUMES SECS					
1707.032.000.00	Quinoa mélangé, 4 × 1kg	X		X	X
803194	Bio Max Havelaar Quinoa Tricolore, 1 kg	X			X
1722.696.000.00	Lentilles, 4 × 1 kg	X		X	X
1722.698.000.00	Haricots Azuki, 4 × 1 kg	X		X	X
1044.738.000.00	Riz sushi, 1 × 5 kg	X			X
1707.059.000.00	Rösti Frites (12 × 12 mm), 2 × 2 kg		X		X
1722.456.000.00	CULINARIUM Country Fries coupe épaisse (9.5 × 9.5 mm), 4 × 2.5 kg		X		X
1722.395.000.00	Frites de patates douces coupe épaisse (11 × 11 mm), 2 × 2.5 kg		X		X
SAUCES					
1716.610.000.00	Sauce Barbecue, 6 × 800 ml	X		X	X
1705.967.000.00	Guacamole Gran Supremo, 12 × 500 g Seau	X	X		X
1721.707.000.00	Oignons au balsamico, 3 × 1.5 kg	X		X	X
1719.757.000.00	Vegi Planet Sauce Bolognese, 4 × 1 kg			X	X
1721.024.000.00	Sauce Café de Paris, 6 × 800 ml			X	X
1720.933.000.00	Sauce Sweet & Sour, 6 × 800 ml			X	X
1716.678.000.00	Sauce Asia Wok, 5 × 1 kg			X	X
NOIX & GRAINES					
802379	Bio Pignons de pin, 1 × 1 kg	X			
802742	Basic-Mix, 1 × 750 g	X			
803215	Bio Max Havelaar Noix de cajou, 1 × 1 kg	X			
802737	Bio Pignons de cèdre, 1 × 1 kg				
802745	Classic-Mix, 1 × 750 g				
802380	Noix de coco râpée, 1 × 750 g				
802744	Mediterraneo Mix, 1 × 750 g				
PAIN					
1003.446.600.00	Pain pita ovale clair, 50 × 100 g	X	X		
1003.646.100.00	Petit pain proteine, 60 × 90 g	X	X		
1003.361.100.00	Petit pain de pommes de terre aux noix IPS, 100 × 65 g	X	X		
1003.350.500.00	Petit pain pour sandwich rustico, env. 21 cm, 50 × 100 g	X			
1100.192.300.00	Ciabatta foncé, 60 × 100 g		X		
1003.352.900.00	Sandwiche triangle rustique, 90 × 100 g		X		
1003.625.500.00	Bun au maïs, tranchée, Ø 11 cm, 30 × 100 g		X		
1011.493.500.00	Bürli au four à pierre IPS, 14 × 390 g		X		
1003.550.300.00	Baguette du four à pierre IPS env. 51 cm, 16 × 270 g		X		
1003.563.000.00	Twister ristique du four à pierre BIO, 16 × 390 g		X		
DESSERTS					
1001971	I Gelati Glace Noix de coco, 12 × 120 ml	X	X		X
1002910	Gobelet Sorbet Citron, 12 × 170 ml		X		
1002181	Coco Ice-Land Chocolate, 32 × 76 ml		X		X
1001057	I Gelati Sorbet Fruit de la passion et l'ananas, 1 × 2000 ml		X		
160592140078	I Gelati Sorbet Orange sanguine, 1 × 4000 ml		X		
1724.302.000.00	Topping fraise, 6 × 1 kg				X
1724.300.000.00	Topping chocolat, 6 × 1 kg				X

Nos marques fortes pour vos créations plant based:

Bischofszell Culinarium

vegi planet

JOWA

la riseria

Delicaterra PASSION FOR FOOD

I GELATI

SWISS GASTRO SOLUTIONS

info@swissgastrosolutions.ch | swissgastrosolutions.ch