



Brigades Culinaires : La boîte à lunch.



Cette semaine nous revisitions la boîte à lunch. Le Chef Sébastien nous a entretenus sur les éléments incontournables de ce repas. Ce qui est important dans la préparation de la boîte à lunch est de penser à la variété des différents pains, légumes et fruits à notre disposition dans les supermarchés. De plus, il ne faut pas oublier que nous mangeons tout d'abord avec les yeux : il faut y mettre de la couleur! Le chef Sébastien nous a aussi conseillé de laver et de préparer quelques ingrédients dès que nous revenons de l'épicerie. Ainsi nous sauvons du temps lors de la confection quotidienne de nos boîtes à lunch.



Pour changer du traditionnel sandwich, nos brigades ont cuisiné une salade de couscous. Les équipes ont pu modifier la recette proposée en créant leur propre vinaigrette. Nos cuistots nous ont agréablement surpris par leur souci du mariage des parfums et des saveurs. Notre chef



décernait le point pour l'atelier à la brigade qui avait les plus belles coupes, la meilleure coordination et la plus belle présentation. Pour les présentations, le mot d'ordre était : volume! Les brigades devaient monter leur plateau de service afin de satisfaire le regard. Félicitations à la brigade orange qui a remporté le point pour la recette et la brigade verte pour sa rapidité à répondre à la question hebdomadaire.



Mme Marenger nous a annoncé que nous allions recevoir dans la semaine du 8 décembre un membre de la Tablée des Chefs. Toutes les brigades et les accompagnatrices ont bien hâte à la semaine prochaine.



Source : Marie-Josée Gadbois, accompagnatrice

Ginette Marenger
Responsable des Brigades culinaires
École secondaire Mont-Bleu de Gatineau