

# PLANS DE TABLE

## À SAVOIR...

LE VEAU DE PENTECÔTE

### Parce qu'on le "veau" bien !

Comme chaque année, le Veau de la Pentecôte montre son museau. La viande jeune et tendre fait le complice idéal aux petits légumes nouveaux. La viande de veau s'inscrit pleinement dans une alimentation équilibrée.

Réputée pour sa tendreté et ses saveurs, elle recèle des qualités gustatives et surtout nutritionnelles, contenant en moyenne 20 g de protéines pour 100 g, utiles pour entretenir et maintenir sa masse musculaire. Les protéines d'origine animale, et donc celles de la viande de veau, ont l'avantage d'être de bonne qualité puisqu'elles contiennent tous les acides aminés indispensables en proportion équilibrée et sont facilement assimilables par l'organisme. De plus, elle est avantageuse pour la silhouette avec moins de 8 % de lipides. Les Français sont les premiers consommateurs de viande de veau en Europe (263 700 tec) devant l'Italie (201 200 tec) et l'Allemagne (86 500 tec), avec une consommation annuelle estimée à 4,14 kg, équivalent carcasse par habitant.

En France, le veau est soumis à des réglementations et des contrôles très stricts et rigoureux en matière de traçabilité et de sécurité sanitaire. L'Europe a limité l'appellation veau aux animaux de moins de 8 mois. La France, fleuron de la production veau, maintient, pour ses consommateurs, une viande de veau de qualité, blanche, tendre et savoureuse, les animaux ayant entre 5 et 6,5 mois. Ils sont élevés dans le respect du bien-être animal et alimentés essentiellement avec du lait ou des aliments d'allaitement.

En outre, rappelons que les 4 et 5 juin, les artisans bouchers partiront à la rencontre du grand public et des jeunes avec l'opération "24 h chez mon artisan boucher". Il s'agit de valoriser le métier, de transmettre la passion du métier et son savoir-faire en suscitant chez les jeunes des vocations, de créer ou renforcer la relation de confiance entre l'artisan boucher et le consommateur, de favoriser l'animation des boutiques et d'attirer de nouveaux clients. Pour connaître le nom et l'adresse de l'artisan boucher participant le plus proche de chez soi : [www.boucherie-france.org](http://www.boucherie-france.org)



Retrouvez toutes nos rubriques sur [www.paruvenu.fr/paris](http://www.paruvenu.fr/paris)



**Pacific voit la vie en multicolore**  
Vert, jaune, blanc... Pacific voit la vie en multicolore avec sa nouvelle gamme Pacific aromatisée. Menthe, Passion ou Coco, découvrez de nouvelles sensations avec cet apéritif sans alcool et sans sucre ajouté. Imaginez-vous, installé près de votre barbecue, un verre de Pacific à la main, de l'eau, quelques glaçons et une agréable sensation de fraîcheur...  
**Pacific aromatisée, en vente en GMS, prix conseillé : 4,50€.**



## Ça croustille !

Un fine croûte dorée légèrement craquante, une mie tendre et moelleuse, Banette vous présente sa nouvelle recette : Banette cœur de lin. Composée de farine de froment et de lin, cette recette authentique riche en Oméga 3 vous apporte plaisir et bien-être. Faible en matière grasse, cette Banette accompagnera le sucré comme le salé et révélera toutes ses saveurs avec vos salades d'été. **Toutes les infos sur [www.banette.fr](http://www.banette.fr).** Retrouvez des recettes avec Banette cœur de lin sur [www.croustillant-de-vie.com](http://www.croustillant-de-vie.com)

## AGENDA

# Vos prochains rendez-vous culinaires

À Paris, la gourmandise ne s'arrête jamais. Pas une semaine ne s'écoule sans qu'un nouveau restaurant n'ouvre, un livre ne sorte ou qu'un événement ne se déroule. Bruits de Casseroles est là pour vous rappeler ce qu'il est bon de faire dans les prochaines semaines pour rester un gourmand "in". ➡ Philippe CHARLES

## À NE PAS RATER...



### 24h chez mon artisan boucher

Les 4 et 5 juin, les bouchers seront une fois de plus à l'honneur grâce à cette opération organisée pour la 4e année consécutive. Objectif, faire découvrir ce métier et le comprendre. Pour ce faire, des milliers de bouchers à travers la France vont notamment organiser l'Apéro du Boucher dans leur boutique histoire de papoter autour de la viande mais aussi présenter les coulisses de leur métier et de leur commerce. Pour connaître le nom et l'adresse de l'artisan boucher participant près de chez vous, rendez-vous sur le site [www.boucherie-france.org](http://www.boucherie-france.org).

### Paris fête les Vins d'Alsace

Du 29 mai au 5 juin, plus de 35 restaurants sur Paris et proche banlieue mettront à l'honneur les vins d'Alsace. Chaque établissement vous offrira à votre arrivée, un verre de Pinot gris avant de vous dévoiler leurs vins coups de cœur histoire de découvrir ou redécouvrir les cépages emblématiques alsaciens comme le sylvaner, le riesling, le muscat, le gewurztraminer ou le pinot noir. Parmi les restaurants participants, Glou, Itinéraires, Les Papilles, L'Alycastre, Chez Michel, Le Bélisaire, Le Grand Pan, Mon Oncle ou les Etangs de Corot à Ville d'Avray. Pour connaître la liste complète, [www.vinsalsace.com](http://www.vinsalsace.com), rubrique "Actualités".



### L'agneau dans la rue

La filière agneau se mobilise du 7 au 13 juin mais pour y participer, il faudra ouvrir grand vos mirettes. Si vous voyez à un coin de rue, un chef pilotant une Presto Mobile, c'est que la gourmandise sera à portée de vos papilles. Pendant sept jours, dans la rue, sept chefs vont vous régaler gratuitement à l'heure du déjeuner avec des créations à base d'agneau presto. Parmi ces chefs, Michel del Burgo, Sylvain Sendra, Flora Mikula, William Ledeuil... pour connaître l'adresse où ils vous attendent pour déguster, [www.agneaupresto.com](http://www.agneaupresto.com).



### Les Chefs Solidaires

Après un premier essai quelque peu mitigé en 2009, les chefs de cuisine tentent de faire mieux en 2010 pour prouver qu'ils peuvent être solidaires d'une grande cause. Le 10 juin, les restaurateurs s'engagent à reverser 10% de leur recette brute au Sidaction. Mais pour qu'il y ait une recette, encore faut-il qu'il y ait des clients. C'est donc en réservant dans un de ces restaurants que vous aussi, serez solidaires de cette cause. Parmi les établissements inscrits, l'Estaminet des Enfants Rouges, Frenchie, Le Christine, Ze Kitchen Galerie, Market ou le Quinzième. La liste complète est disponible sur [www.sidaction.org/e\\_upload/pdf/liste\\_restos\\_participants.pdf](http://www.sidaction.org/e_upload/pdf/liste_restos_participants.pdf)

