



Fête de la francophonie ! Fête des saveurs grecques et françaises !

par **Théodora KAVARATZI**
Enseignante de FLE

À l'occasion du déplacement de 7 élèves CAP Cuisine et 7 élèves de BAC PRO 1^{re} ASSP (Accompagnement Soins et Services à la Personne) du Lycée des métiers Aristide Briand d'Orange dans le cadre du programme E-twinning, l'Institut français a accueilli ces élèves avec leurs professeurs pour les journées de la francophonie, du 19 au 21 mars 2019, en partenariat avec le D.I.E.K. de Galatsi.

Le 19 mars, Mme Maria AGGELIDAKI (directrice), Mme Théodora KAVARATZI, (professeur de français-Animation), M. Nikolaos PERLEGGIS (professeur de cuisine/chef cuisinier-Intervenant) et 14 étudiants de la filière des chefs cuisiniers du D.I.E.K. (Institut de formation professionnelle) de Galatsi ont eu la joie d'accueillir les élèves français et leurs professeurs, M. Lionel FRANCHET (professeur de mathématiques, Ambassadeur E-twinning), M. Laurent GAMBRA (professeur de cuisine/chef cuisinier-Intervenant) et Mme Christelle RACINE (professeur de Sciences médico-sociales-Animation) pour la mise en place d'un projet « Master class » dans les cuisines mises à disposition par la Mairie de Galatsi. Les élèves grecs apprennent la langue française à raison de 2 heures par semaine sur 4 semestres. Il s'agit d'un enseignement de français général et de Français sur objectif spécifique « cuisine » de 120 heures qui leur donne un niveau A1+ à la fin de leur parcours.

Les objectifs du projet

- Permettre de faire découvrir la réalisation d'une spécialité grecque et d'une spécialité française à des jeunes grecs et français inscrits dans un parcours « cuisine/service ».
- Permettre une première action commune entre deux établissements pour voir s'il y a des possibilités d'échanges ou de projets communs en lien avec la cuisine et la langue de profession (français/grec).

L'IFG est intervenu pour mettre en contact les deux écoles et aider à la réalisation du projet de « Master Class »



en participant aux frais d'achat des matières premières après communication des besoins par les deux professeurs/chefs de cuisine.

Les élèves de deux écoles ont pu montrer leur savoir-faire et leurs compétences professionnelles : les élèves grecs ont montré et préparé la moussaka et les élèves français



Quiche Lorraine

Προετοιμασία

Ζύμη μπριζέ

• Κοσκινίστε το αλεύρι σε λοβάκι και σχηματίστε μια λακουβίτσα. • Προσθέστε αλάτι, νερό, τον κρόκο αυγού και βούτυρο σε κύβους. • Ανακατέψτε με τα ακροδάχτυλά σας τα υλικά στο κέντρο. • Σταδιακά ανακατεύετε το αλεύρι χρησιμοποιώντας ένα κόπτη ζύμης χωρίς ζύμια. • Απλώστε τη ζύμη μια ή δύο φορές το πολύ. • Μαζέψτε τη ζύμη σε μια μπάλα χωρίς να την επεξεργαστείτε. • Τυλίξτε με πλαστική μεμβράνη. • Κρατήστε τη ζύμη δροσερή ώστε να σφίξει και να χάσει την ελαστικότητά της.

Προετοιμάστε τη γέμιση

• Αφαιρέστε την πέτσα και τους χόνδρους από το καπνιστό στήθος (ή μπέικον). • Κόψτε σε λεπτές φέτες. • Στη συνέχεια, κόψτε τις φέτες σε λωρίδες μήκους 2 cm. • Σωτήστε γρήγορα τις φέτες στο λάδι χωρίς να στεγνώσουν και να χάσουν τα υγρά τους.

Γεμίστε τις quiches

• Ανακατέψτε σε ένα μικρό μπολ τα 2 ολόκληρα αυγά, τους 2 κρόκους, την κρέμα γάλακτος και το γάλα. • Προσθέστε αλάτι, πιπέρι καγιέν και λίγο τριμμένο μοσχοκάρυδο. • Περνάτε το μείγμα από σουρωτήρι.

Προετοιμάστε την crème prise

• Ανακατέψτε σε ένα μικρό μπολ τα 2 ολόκληρα αυγά, τους 2 κρόκους, την κρέμα γάλακτος και το γάλα. • Προσθέστε αλάτι, πιπέρι καγιέν και λίγο τριμμένο μοσχοκάρυδο. • Περνάτε το μείγμα από σουρωτήρι.

Ψήσιμο

• Τοποθετήστε ομοιόμορφα το καπνιστό στήθος και τη γραβιέρα. • Ρίξτε την κρέμα πάνω στη γέμιση. • Ψήνεται σε ζεστό φούρο (220 ° C κάτω / 180 ° C πάνω) για 30 έως 35 λεπτά. • Αφαιρέστε 5 λεπτά πριν από το τέλος του ψήσιματος και αλείψτε τη ζύμη με ένα πινέλο. • Τερματίστε το ψήσιμο. • Βγάλτε τις quiches και τοποθετήστε τις σε μια σχάρα ψήσιματος. • Κρατήστε ζεστές. Γαρνίριτε με μαιντάνο (προαιρετικά).

Συστατικά

Ζύμη μπριζέ

Αλεύρι type 55	Kg	0,250
Αλάτι	Kg	0,005
Βούτυρο	Kg	0,125

Αυγό (κρόκος)	κομμ.	1,000
Νερό	Litre	0,050
Αλεύρι (για το άπλωμα)	Kg	0,010

Αυγό (κρόκος)	κομμ.	2,000
Αυγά (κρόκοι)	κομμ.	2,000
Γάλα	Litre	0,250
Κρέμα	Litre	0,250

Καπνιστό χοιρινό στήθος (ή καπνιστό μπέικον)	Kg	0,250
Λάδι	Litre	0,020
Γραβιέρα τριμμένη	Kg	0,200

Αυγό	κομμ.	2,000
Αυγά (κρόκοι)	κομμ.	2,000
Γάλα	Litre	0,250
Κρέμα	Litre	0,250

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Αυγό	κομμ.	2,000
Αυγά (κρόκοι)	κομμ.	2,000
Γάλα	Litre	0,250
Κρέμα	Litre	0,250

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Αυγό	κομμ.	2,000
Αυγά (κρόκοι)	κομμ.	2,000
Γάλα	Litre	0,250
Κρέμα	Litre	0,250

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

Μαιντάνος	kg	0,040
Αλάτι	kg	0,010
Piment de cayenne	kg	0,002
Noix de muscade	kg	0,003

le croque-monsieur. À l'issue de cette rencontre réussie, on a dégusté les réalisations tous ensemble !

Un très beau moment de partage culinaire et d'échange pour fêter la francophonie !

Site du D.I.EK de Galatsi : <http://iek-galats.att.sch.gr/joomla362/>
Site du Lycée des métiers Aristide Briand d'Orange : <http://www.lyc-briand-orange.ac-aix-marseille.fr/spipclear/spip.php?rubrique6>

