

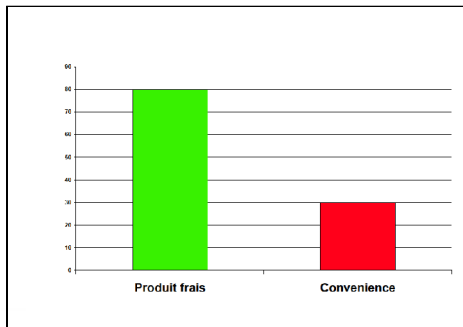
Préparé ou frais - c'est à savoir !

Des aliments frais ou des aliments préparés ?

En réalité, cette question ne se pose que lorsque la rentabilité a priorité sur la fraîcheur et la qualité. Souvent, on néglige le fait qu'en restauration, c'est exactement cette rentabilité qui coûte, ce qui n'est pas perçu par le client, qui est finalement prioritaire.

De la vitamine C et des substances nutritives précieuses se perdent

Les légumes et les fruits comptent parmi les aliments les plus riches en vitamines



et en substances minérales, en particulier la vitamine C, laquelle est soluble dans l'eau et extrêmement sensible à la chaleur, la lumière et l'air - ce sont des facteurs négatifs qui doivent être pris en compte, en particulier lors de la production d'aliments préparés. Il ressort d'une étude que sur deux tiers d'échantillons de légumes préparés plus de 50% de la vitamine C a disparu ! En Suisse, tous les jours, plus de 150'000 tonnes de salade sont servies. A ce titre, la part des produits préparés, autrement dit des légumes prédécoupés et lavés, s'accroît de manière exponentielle. Migros, par exemple, en enregistre une croissance de plus de 15% par an. En faisant les comptes, il était également question de la teneur en vitamines, et des résultats impressionnants ont été obtenus : la laitue iceberg préparée présente une teneur en vitamine C de 25 à 55% inférieure à celle de la laitue fraîche.

La coupe en tirant ...

Le coupe-légumes anliker permet d'éviter les pertes inutiles de substances nutritives et de vitamines. En effet, le leader du marché mondial présente « la coupe en tirant ». Grâce à cette méthode biotechnologique, même les structures cellulaires des légumes ou fruits les plus sensibles ne sont plus déchirées, et les précieuses vitamines ne sont plus détruites en étant pressées, mais sauvegardées.

Les résultats d'analyses de laboratoire en font la preuve ...

Les légumes préparés n'atteignent jamais la qualité des légumes fraîchement lavés et découpés. L'Ordonnance sur l'hygiène, entrée en vigueur le 1^{er} mars 2000, impose, par exemple, pour les préparations de laitues prédécoupées, prêtes à être consommées, une valeur de tolérance de 10 par gramme en ce qui concerne les bactéries type *Escherichia coli*. Or, les analyses de laboratoire font ressortir, pour les produits dits « convenience », des valeurs exorbitamment supérieures à celles fixées par cette ordonnance : 3'700 pour les carottes, 4'600 pour les concombres, voire 16'300 bactéries *Escherichia coli* par gramme pour les courgettes !



La fraîcheur est une meilleur rétributrice

Celui qui découpe les légumes crus et frais au moment où cela est nécessaire, s'y retrouvera dans ses comptes. Exemple : Pour le coupe-légumes anliker (frais d'acquisition d'env. 5'000 francs suisses, 500 francs de frais de service en sus), on constate, d'après le tableau ci-dessous, une économie de 19,37 francs par rapport aux produits préparés ainsi que l'amortissement de l'investissement dans seulement 284 jours. Et, en premier lieu, ce compte est purement financier ; il faudrait d'ailleurs considérer le fait qu'ainsi la nourriture sera plus riche en vitamines, donc plus saine, et que la satisfaction des clients s'accroîtra.

Selon Philip Pauli, tout est clair ...

Il y a des légumes et des fruits, que l'on ne peut servir aux clients qu'à l'état frais. Certes, à ce titre, des pertes suite au découpage et à la préparation sur place ne peuvent pas être évités, mais qui n'en prend pas volontiers son parti lorsqu'il s'agit de sauvegarder ainsi les vitamines et les valeurs nutritives.



Philip Pauli, maître reconnu en matière des technologies de cuisson et de cuisine contemporaines, a réussi à quantifier, dans son ouvrage « Technologie culinaire », les pertes résultant de la préparation des aliments frais. Ces valeurs ont été retenues comme base du calcul comparatif présenté dans le tableau ci-dessus et rapprochant les performances du coupe-légumes anliker aux préparations de produits crus. Ce calcul minutieux se base entre autres sur la comparaison des différentes sortes de légumes et de laitues les plus courants pour un besoin quotidien minimum de 8,5 kg, sur les pertes retenues par Pauli et sur un tarif horaire de 30 francs. Conclusion : le coupe-légumes permet un bénéfice supplémentaire de 6'000 francs par an !

Comparaison du coût des produits frais aux produits 4eme gamme

Produit	Style de coupe légumes frais	Total légumes frais	Total 4eme gamme	Différence en faveur des légumes frais (CHF)	Différence en faveur des légumes frais (%)	Consommation au buffet de salades en kg par jour	Economie par jour
Carotte	Juliennes 2 mm	3.52	4.8	1.28	36 %	1	CHF 1.28
Choux chinois	Tranches 5 mm	2.55	7.5	4.95	194 %	1	CHF 4.95
Concombre	Allumettes 5 mm	4.74	7.9	3.16	67 %	1	CHF 3.16
Eisberg	Tranches 10 mm	4.77	7.4	2.63	55 %	1	CHF 2.63
Poivron multic.	Juliennes 5 mm	8.16	14.9	6.74	83 %	1	CHF 6.74
Radis rose	Juliennes 3 mm	5.87	14.2	8.33	142 %	0.5	CHF 4.17
Betterave rouge	Juliennes 2 mm	3.69	4.9	1.21	33 %	1	CHF 1.21
Radis blanc	Allumettes 5 mm	5.38	7.1	1.72	32 %	1	CHF 1.72
Sellerie	Juliennes 5 mm	5.91	9.2	3.29	56 %	0.5	CHF 1.65
Courgette	Tranches 5 mm	3.66	9.5	5.84	159 %	0.5	CHF 2.92
Economie totale par jour							CHF 30.43
Nettoyage 10 min/jour							CHF 5.00
Bénéfice journalier							CHF 6.06
Amortissement du coupe-légumes anliker: en 284 jours				Total économie par jour avec légumes frais			CHF 19.37