

L'ÉLÉGANCE CULINAIRE DEPUIS 1962



Royans®



SPÉCIAL COLLECTIVITÉS

*Royans s'associe avec un diététicien nutritionniste
pour vous proposer ce livret de recettes*

L'ÉLÉGANCE CULINAIRE DEPUIS 1962



Royans®

UN ENGAGEMENT CONSTANT POUR LA QUALITÉ



Une charte nutritionnelle exigeante

Absence d'huile de palme, OGM, colorants artificiels, exhausteurs de goût, réduction du taux de sel.

La société Saint Jean s'engage à proposer principalement des recettes végétariennes qui trouveront toute leur place dans les menus végétariens



Bien être animal

D'ici 2025 : utilisation exclusive d'œufs (y compris ovoproduits) provenant d'élevages alternatifs aux cages.

Saint Jean s'engage également d'ici 2026, à ce que 100% de son approvisionnement en viande de volailles provienne d'élevages biologiques ou plein air et, pour la viande de poulet, respectant par ailleurs l'ensemble des critères du EUROPEAN Chicken Commitment.



La qualité et l'origine de nos matières premières

Nous entretenons un partenariat étroit et durable avec nos fournisseurs.

Si les cultures et productions nous le permettent, nous privilégions en priorité des producteurs locaux et faisons confiance à des fournisseurs implantés au plus près.



Nos certifications

Nos sites de production sont certifiés ISO 140001 et ISO 50001. Nous menons des actions de fond pour réduire notre impact sur l'environnement : réduction des consommations d'eau, de gaz, d'électricité.

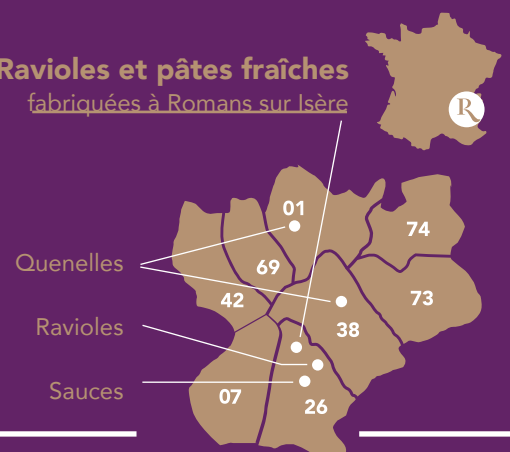
ROYANS,

Dynamisme et réactivité au service des cuisiniers de toute la France.

5 sites de fabrication situés en Auvergne-Rhône-Alpes

Ravioles et pâtes fraîches

fabriquées à Romans sur Isère



Notre expertise Royans pour vos collectivités

Choisir les produits Royans, c'est s'assurer de servir des produits de qualité, fabriqués en France, faciles à cuisiner, tout en respectant vos cibles de coûts portion.

- Des pâtes, des quenelles et des polente de **qualité**, idéales pour apporter de la **diversité à vos Menus**



Pâtes



Quenelles



Polente

- Fabriquées à partir d'ingrédients d'**origine France*** et de **qualité supérieure**.



*Valable selon les produits

- Respectant la **loi Egalim** : nous nous sommes associés à un **diététicien-nutritionniste** pour développer des recettes :

Végétariennes et BIO

- Simple d'utilisation, pratiques** et permettant un **gain de temps** en cuisine.
- Résistantes aux différentes méthodes de cuisson** et également à la double cuisson.



- Adaptées à toutes vos cibles** grâce à nos différents formats.



- Adaptées aux différentes méthodes de stockage :**



Les produits les plus cuisinés par nos clients

▪ PÂTES FARCIES 2KG ▪

▪ RAVIOLES ▪

MENUS VEGETARIENS ET/OU BIO - FRAIS

MENUS VEGETARIENS - SURGELE

NOUVEAU

NOUVEAU



Ravioli
Légumes du soleil **BIO**



Ravioli
Emmental Basilic **BIO**



Ravioles
Poivrons grillés

▪ PÂTES FARCIES 1KG ▪

MENUS VEGETARIENS ET/OU BIO - SURGELE



Ravioli Emmental
Basilic **BIO**



Ravioli Epinard &
Pointe d'ail **BIO**



Ravioli Champignons
Ail des Ours **BIO**



Ravioli Légumes du
Soleil **BIO**



Ravioli Tomates confites
& Romarin **BIO**



Ravioli 4 fromages



Ravioli Petits Pois &
Menthe douce



Cappelletti Epinards &
Fromage frais

▪ QUENELLES ▪

MENUS VEGETARIENS OU CARNES ET / OU BIO - SURGELE



Soufflés Légumes BIO
50*40g

Autre parfum : Brochet



Quenelles Nature BIO
50*40g



Mini Quenelles (~10g)
Nature BIO



Quenelles Brochet 25*80g

Autres formats : 25*40g - 50*40g - 15*120g
Autres parfums : Nature, Volaille & Veau



Mini Soufflés (~10g)
Poivron grillés & Parmesan AOP

MENUS VEGETARIENS ET/OU BIO - FRAIS



Quenelles Nature BIO
25*40g



Suprêmes Soufflés Légumes
20x80g



Quenelles Nature 16*120g
Autres formats : 25*40g - 20*80g

▪ PÂTES FRAÎCHES ▪

MENUS VEGETARIENS ET/OU BIO - FRAIS



Tagliatelles 1kg
Disponible en BIO



Gnocchi 1kg
Disponible en BIO
Disponible en surgelé



Pâte à lasagne 1.5kg



Fettuccine 1kg

Gnocchi à la romanaise

**CALCULÉE POUR 100 PORTIONS
DE 275G (ADOLESCENTS/ADULTES)**

Temps de cuisson : 20 à 30 minutes

AUTRES PROPORTIONS CONSEILLÉES

MATERNELLES : 180G SOIT 150 PORTIONS

PRIMAIRES : 250G SOIT 110 PORTIONS

INGRÉDIENTS

- 15kg de Gnocchi Bio Royans
- 1kg de pois chiches
- 2kg de poireaux, fenouil
- 2kg de carottes, navets
- 1kg de chou blanc, vert
- 500g d'oignons
- 500g de Vercorette
- 0,2L d'huile d'olive
- 200g de noix
- 200g de graines de tournesol
- 6L d'eau pour la cuisson des pois chiche
- Sauce tomate format 3/1
- Sel, poivre blanc, cumin, baies de genièvre

RÉALISATION

1. Réalisation de la sauce :

- ▶ Tremper les pois chiches au moins une nuit au frais.
- ▶ Cuire sans sel, dans 3 volumes d'eau froide à couvert pendant 2h. Assaisonner en fin de cuisson.
- ▶ Garder la moitié du volume des pois chiches en jus de cuisson.
- ▶ Mixer en sauce « type béchamel ».

2. Préparation des légumes et des gnocchi :

- ▶ Emincer les légumes, les faire suer à couvert, assaisonner.
- ▶ Mouiller avec de la sauce tomate, donner deux bouillons, assaisonner.
- ▶ Disposer dans des bacs GN une couche de gnocchi préalablement plongés 2 min à l'eau bouillante et égouttés.
Les gnocchi peuvent être déposés encore surgelés (dans ce cas, veiller à ce que la béchamel soit plus liquide).
- ▶ Ajouter les légumes mélangés.
- ▶ Napper de béchamel de pois chiche.

3. Graines de tournesol et noix :

- ▶ Faire dorer à sec les graines de tournesol.
- ▶ Hacher grossièrement les noix et les déposer sur la béchamel.
- ▶ Finir en déposant des tranches fines de Vercorette.
- ▶ Gratiner 20 à 30 minutes à 150° C.



Valeurs nutritionnelles pour une portion de 250g

Energie (kcal) :	412
Protéines (g) :	12,2
Lipides (g) :	10,5
Glucides (g) :	59

MENU RECOMMANDÉ

Entrée : Endives aux oeufs et croutons

Plat : Gnocchi à la romanaise

Dessert : Pana Cotta et Poires rôties

Soufflés aux légumes, sauce corail, légumes forestiers

**CALCULÉE POUR 100 PORTIONS
DE 120G (ADOLESCENTS/ADULTES)**

Temps de cuisson des soufflés : 30 minutes

AUTRES PROPORTIONS CONSEILLÉES

MATERNELLES : 60G DE SOUFFLÉS SOIT 200 PORTIONS

PRIMAIRES : 80G DE SOUFFLÉS SOIT 150 PORTIONS

INGRÉDIENTS

- 12kg de Soufflés aux légumes Bio Royans

- 1kg de lentilles corail
- 500g d'oignons
- 5kg de Butternut
- 1kg de champignons
- 1kg de châtaignes
- Passata 2,5 kg
- 0,5L d'huile d'olive
- 200g de persil
- 4L d'eau pour la cuisson des lentilles
- Sel, poivre blanc, cumin, baies de genièvre



RÉALISATION

1. Réalisation de la sauce corail :

- ▶ Tremper les lentilles corail 2h dans l'eau froide.
- ▶ Cuire dans 2 volumes d'eau froide à couvert pendant 15 minutes sans sel. Garder l'eau de cuisson.
- ▶ Emincer les oignons et les faire revenir légèrement dans l'huile.
- ▶ Mixer le tout avec la sauce tomate et assaisonner.

2. Préparation des quenelles :

- ▶ Disposer dans des bacs GN (ou plat individuels) les quenelles.
- ▶ Napper de sauce corail.
- ▶ Passer au four 30 min à 150° C.

3. Préparation des légumes

- ▶ Pendant ce temps, cuire les Butternut en grosses frites ou en dés (au four, ou à la sauteuse).
- ▶ Tailler les champignons en quartier, les faire revenir en sauteuse.
- ▶ Ajouter en fin de cuisson les châtaignes.
- ▶ Dresser sur assiettes, les quenelles, et les légumes.
- ▶ Décorer avec du persil.

Valeurs nutritionnelles pour une portion de 250g

Energie (kcal) :	382
Protéines (g) :	11,6
Lipides (g) :	24,3
Glucides (g) :	29,4

MENU RECOMMANDÉ

Entrée :

Betteraves aux noix de Grenoble
et sauce ketchup maison

Plat :

Soufflés aux légumes, sauce
corail, légumes forestiers
Riz de Camargue

Dessert :

Bleu du Vercors
Salade de fruits frais

Ravioli épinards, salsa verde et légumes rôtis

**CALCULÉE POUR 100 PORTIONS
DE 275G (ADOLESCENTS/ADULTES)**

Temps de cuisson : 30 minutes

AUTRES PROPORTIONS CONSEILLÉES

MATERNELLES : 180G SOIT 150 PORTIONS

PRIMAIRES : 250G SOIT 120 PORTIONS

INGRÉDIENTS

- 12kg de Ravioli épinards Bio Royans
- 1kg de flageolets
- 500g d'épinards
- 16kg de légumes racines
- 0,2L d'huile de tournesol oléique
- 6L d'eau pour cuisson flageolets
- 5 bottes de persil
- 100g de chapelure
- 0,5L de crème
- 200g de persil
- 100g de levure maltée
- 4L d'eau pour la cuisson des pois chiche
- Sel, poivre, herbes de Provence



RÉALISATION

1. Préparation des légumes :

- ▶ Tremper les flageolets au moins une nuit au frais.
- ▶ Cuire dans 3 volumes d'eau froide à couvert pendant 1h30 sans sel.
- ▶ Laver les légumes en gardant la peau, les tailler en sifflets, en cubes...
- ▶ Mélanger dans un bac gastro avec l'huile et les herbes de Provence.
- ▶ Cuire au four 20 à 30 min à 180 °C.

2. Préparation de la salsa verde :

- ▶ Faire blanchir les épinards ou cuire vapeur.
- ▶ Mixer flageolets, eau de cuisson, épinards, persil, crème.
- ▶ Allonger si nécessaire, assaisonner.

3. Préparation des ravioli

- ▶ Cuire vapeur ou eau bouillante les ravioli 5 à 6 min.
- ▶ Servir en assiette creuse.
- ▶ Verser un peu de sauce sur les ravioli.
- ▶ Saupoudrer du mélange chapelure/levure maltée.
- ▶ Disposer les légumes autour.

Valeurs nutritionnelles pour une portion de 250g

Energie (kcal) :	421
Protéines (g) :	17,4
Lipides (g) :	11,5
Glucides (g) :	60,4

MENU RECOMMANDÉ

Entrée :
Carottes râpées

Plat :
Ravioli épinards Bio, salsa verde et légumes rôtis

Dessert :
Fromage blanc
Compote de pommes

Duo de Ravioli à l'emmental & chou romanesco

**CALCULÉE POUR 100 PORTIONS
DE 298G (ADOLESCENTS/ADULTES)**

Temps de cuisson : 20 à 30 minutes

AUTRES PROPORTIONS CONSEILLÉES

MATERNELLES : 174G SOIT 171 PORTIONS

PRIMAIRES : 251G SOIT 119 PORTIONS

INGRÉDIENTS

- 8.5kg de Ravioli Emmental Basilic Royans

- 11kg de chou romanesco frais

- 570g d'oignon blanc frais

- 250g de beurre doux

- 6 litres de crème liquide 35%

- 8g de sel

- Ciboulette



RÉALISATION

1. Préparation des légumes

- ▶ Trier, laver, désinfecter, puis rincer à l'eau les légumes et les aromates. Prélever les fleurettes des choux romanesco, débarrasser dans des gastronomes perforés.
- ▶ Eplucher et mixer les oignons blancs
- ▶ Ciseler la ciboulette puis réserver.
- ▶ Cuire les fleurettes au four vapeur 7 à 8 minutes afin qu'elles restent légèrement croquantes. Après cuisson, détailler si nécessaire les fleurettes en deux. Puis, réserver au chaud.

2. Préparation des ravioli

- ▶ Plonger les ravioli à l'Emmental & Basilic Royans dans un grand volume d'eau frémissante.
- ▶ Cuire 5 minutes sans faire bouillir.
- ▶ Egoutter puis réserver au chaud.

Valeurs nutritionnelles pour une portion de 250g

Energie (kcal) :	404
Protéines (g) :	10,4
Lipides (g) :	24.8
Glucides (g) :	32.4

3. Mise en place

- ▶ Faire suer doucement pendant 5 minutes les oignons blancs mixés dans le beurre, sans colorer. Ajouter les fleurettes et faire revenir à feu vif pendant 3 minutes en remuant fréquemment.
- ▶ Incorporer la crème, assaisonner, mijoter 5 minutes.
- ▶ Débarasser dans des gastronomes pleins, ajouter les ravioli et la ciboulette. Mélanger délicatement. Rectifier l'assaisonnement

MENU RECOMMANDÉ

Entrée :
Carottes au cumin

Plat :
Duo de Ravioli à l'Emmental
& chou romanesco

Dessert :
Yaourt nature
Kiwi

Conseils de préparation liaison froide

QUENELLES FRAICHES

1 - Plaquer les quenelles (30 quenelles de 80g par bac gastro) avec un fond d'eau et les précuire dans un four vapeur 15-20 min à 100°C.

Mélanger après pré-cuisson les quenelles dans une sauce (froide), mettre autant de sauce que de quenelles, refroidir en cellule de refroidissement. Cuisson le jour J au four 15 à 20 min à 210°C.

Possibilité de monter jusqu'à 240°C pour un meilleur gonflement (et une réduction du temps de cuisson).

2 – Pochage des quenelles à l'eau 10 min. Refroidies, les placer dans une sauce froide.

Cuisson le jour J au four 15 à 20 min à 210°C.

QUENELLES SURGELEES

1 - Mélanger les quenelles dans une sauce chaude.

Les quenelles surgelées vont permettre de réduire la température de la sauce puis placer le bac en cellule de refroidissement.

Cuisson le jour J 15 min à 210°C (voire jusqu'à 240°C pour un meilleur gonflement).

PÂTES FRAICHES

Plaquer les pâtes fraîches avec une sauce froide. Mettre 2 fois plus de sauce que de pâtes.

Le jour J, cuisson des pâtes en sauce 35 à 40min à 130°C ou 30min à 180°C (contrôler avec une sonde, ne pas dépasser 70°C à cœur).

PÂTES SURGELEES

Plaquer les pâtes surgelées avec une sauce chaude (90°) ce qui va permettre de réduire la T°C de la sauce. Mettre 2 fois plus de sauce que de pâtes.

Placer en cellule de refroidissement. Le jour J, cuisson des pâtes en sauce 35 à 40min à 130°C ou 30min à 180°C (contrôler avec une sonde, ne pas dépasser 70°C à cœur).

Conseils de préparation liaison chaude

PÂTES SURGELEES

Ingrédients:

1 kg de pâtes surgelées
1,3 kg de sauce chaude

Cuisson:

Combisteamer (vapeur à 100%) – 100°C - 7 à 9 min selon le temps de réchauffe.

Information complémentaire:

Ne pas superposer les pâtes. Utiliser un gastronome 1/1 perforé.
Ajouter la sauce au dernier moment.

GNOCCHI FRAIS

Ingrédients:

2 kg de gnocchi frais
1,2 Kg Epinards précuits
2,4kg béchamel

Cuisson:

5 min au four sec

Information complémentaire:

Déposer une couche de béchamel dans le fond des bacs gastro.
Recouvrir d'une couche de gnocchi et de sauce.



44, AVENUE DES ALLOBROGES . Z.I. - CS 70277 . 26106 ROMANS CEDEX FRANCE
TÉL : +33 (0)4.75.05.83.80
<http://www.royans-pro.fr>
Mail : contact@royans-pro.fr