VICTORINE MAGNE
LYCÉE PROFESSIONNEL ET CENTRE DE FORMATION

39 avenue du 6 juin - 14100 Lisieux
Tél. 02 31 61 24 19

Vendredi 25 mars 2022 - n°1

les Toqués du Babut

Le p'tit journal des 1ère CAP Cuisine du Lycée Professionnel et CF Victorine Magne
K. A.

APPRENTIS D'AUTEUIL
La confiance peut sauver l'avenir

Éditorial

Investissement

Je suis Lorenzo, le rédacteur en chef de ce journal. Je fais partie des 1ère CAP Cuisine. Dans cet éditorial, je vais vous présenter ce projet qui a pour ambition de montrer le côté unique et exceptionnel de notre Lycée Victorine Magne à Lisieux.
Ce petit journal parle du **Festisol**, article de Kyllian et Djovanni. Organisé par un professeur qui se mobilise pour les élèves, Pierre Vannoni. Le Festisol est un projet, où l'on fait venir des personnes d'autres pays, pour qu'elles nous racontent leurs histoires, et nous montrent leurs passions. Nous avons rencontré **Mos B** un très bon chanteur connu, nous avons également rencontré **Nataniel** et **Lino** qui sont deux excellents professeurs de break dance. Grâce à eux, je me suis découvert une passion pour le break dance que je pratique actuellement deux fois par semaine.
Comme vous l'avez remarqué, nous sommes une classe de CAP Cuisine et nous voulons faire partager cette passion et toutes les possibilités qu'offre ce métier : le dressage, la création de recettes, la découverte de légumes oubliés, etc. Pour cette raison, Catalina et Kimberlay présentent en p.2 un **dossier sur le saumon** et ses recettes.
Nous avons également ajouté un **jeu de mots croisés** sur le thème de la cuisine évidemment, mijoté par notre cher Joan, à vous de le résoudre !
Les photos ont été choisies par Tatiana, et notre logo a été fait par notre Kadri à l'aide du cher Kyllian.
Quant à l'unique Lauralee elle est «LA» journaliste de ce journal et nous fait découvrir le **Cambodge**, car nous participons à une action avec une école de ce pays et nous voulons vous la faire partager. Je vous souhaite une bonne lecture !

L. L.

Recette

Photo : Richard Lavielle

Apple DOUILLON

Today we will teach you how to make an apple Douillon, a typical desert from Normandy, which is a recipe we prepared for Cambodia.

Ingredients

- One apple
- Sugar
- Cinnamon
- Jam
- One egg yolk for glazing

For the shortcrust pastry

- 250 g flour
- 20 g sugar
- 125 g butter
- 30 ml milk
- One egg yolk
- A pinch of salt

For the caramel sauce

- 200 g sugar
- 70 ml water
- 200 ml coconut cream

- To make the shortcrust pastry, mix the flour, sugar and salt. Add the egg yolk in the middle of the mixture. Then add the butter and mix. Finally, add the milk and mix again. Put the pastry in the fridge for 30 minutes.
- Spread the pastry and make a circle. Peel the apple and take the core out. Cover the apple with sugar and cinnamon.
- Put the apple in the middle of the pastry. Put some jam in the core of the apple. Cover the apple with pastry and glaze it. Cut a hole in the middle an add garnish.
- Put the Douillon in the oven for 40 minutes at 150 degrees.
- For the caramel sauce, put the water and the sugar in a pot on medium heat. Wait for it to boil and to get brown. Add the coconut cream and stir.
- When cooked, put the Douillon in the middle of the plate and add the caramel sauce. Enjoy !

DOUILLON à la pomme

Aujourd'hui, nous allons vous apprendre à faire un Douillon aux pommes, un désert typique de Normandie, qui est une recette que nous avons préparée pour le Cambodge.

Ingrédients

- *Une pomme*
- *Sucre*
- *Cannelle*
- *Confiture*
- *Un jaune d'œuf pour le glaçage*

La pâte shortcrust

- *250 g de farine*
- *20 g de sucre*
- *125 g de beurre*
- *30 ml de lait*
- *Un jaune d'œuf*
- *Une pincée de sel*

La sauce caramel

- *200 g de sucre*
- *70 ml d'eau*
- *200 ml de crème de coco*

- *Pour faire la pâte brisée, mélangez la farine, le sucre et le sel. Ajouter le jaune d'œuf au milieu du mélange. Ensuite, ajouter le beurre et mélangez. Aoutez le lait et mélangez à nouveau. Mettez la pâte au réfrigérateur pendant 30 minutes.*
- *Étalez et faites un cercle. Pelez la pomme et retirez les pépins. Couvrir la pomme de sucre et de cannelle.*
- *Mettez la pomme au milieu de la pâte. Mettez un peu de confiture au cœur de la pomme. Couvrir la pomme de pâte et la glacer.*
- *Mettre le Douillon au four pendant 40 minutes à 150 degrés.*
- *Pour la sauce caramel, mettez l'eau et le sucre dans une casserole à feu moyen . Attendez qu'il bout et qu'il brunisse. Ajouter la crème de noix de coco et remuer.*
- *Une fois cuit, mettez le Douillon au milieu de l'assiette et ajoutez la sauce caramel.*

Profitez !

Les 1ères CAP Cuisine

International

Le Cambodge

Photo : http://reflectim.fr/tag/le-cambodge/

Le Cambodge est un pays d'Asie du Sud-Est, peuplé d'environ 17 millions d'habitants. Sa capitale est Phnom Penh. Le Cambodge est l'État successeur de l'Empire khmer hindouiste et bouddhiste qui règne sur pratiquement toute la péninsule d'Indochine entre le XIe et le XIVe siècle. Le Cambodge a des frontières communes avec la Thaïlande à l'Ouest-Nord-Ouest, le Laos au Nord-Est et le Viêt Nam à l'Est et au Sud-Est. Les habitants du pays portent le nom de Cambodgiens. La majorité des Cambodgiens sont de religion Bouddhiste Theravada (96% de la population, religion d'État).
Voici ou se trouve le Cambodge.

Photo : https://www.routard.com/reportages-de-voyage/cid138664-cambodge-phnom-penh-l-effervescente.html

Une école hôtelière cambodgiène

Nous sommes en contact avec une école hôtelière du Cambodge, nous échangeons par vidéo, des recettes et des aliments qu'on n'a pas en commun. Nous avons fait une vidéo pour présenter le Lycée et le diplôme CAP Cuisine. Une deuxième vidéo a été tournée, nous avons réalisé un dessert normand : **le douillon**.

M. L.

Photo : https://authentikvietnam.com/top-10-plats-cambodgiens-a-ne-pas-manquer

Photo : https://www.alsagarden.com/blog/dans-le-haricot-dragon-tout-est-bon/

Un plat traditionnel et des légumes du Cambodge

Horoscope des gourmands

Retrouver le signe astrologique qui correspond à chacune des définitions suivantes :

- Il est indispensable pour cuisiner une gardiane :
- On peut le cuire au court-bouillon :
- Indispensable pour peser le sucre :
- Sauce composée de dés de tomate, jus de citron, d'herbes fraîches, d'huile d'olive :
- Il a un appétit féroce :
- Avec sa carapace, il ressemble à un homard :
- Animal de la famille des ovidés :
- Le dessin de ce signe astrologique ressemble à un crabe :
- C'est un signe d'eau :
- Il est représenté par un poisson-chèvre :

J. C.

Dossier

Le saumon fumé

Le saumon fumé est une préparation à base de saumon, dont on utilise en général le filet, salé, puis fumé à chaud ou à froid. Le saumon fumé est fréquemment utilisé en apéritif ou en entrée. Ce saumon est principalement élevé sur la côte est du Canada (en particulier dans la baie de Fundy). La baie de Fundy est un fleuve situé au Canada à côté de Saint-John. En Europe, le saumon est péché au large des côtes : de la Norvège, de la Suède, du Danemark et de l'Écosse.

Photo : https://www.quitoque.fr/blog/article/repas-de-fetes-comment-bien-choisir-son-saumon-fume

Pâtes au saumon fumé à la crème

Ingrédients 4 personnes

- 300 g de pâtes type penne
- ½ citron (zestes et jus)
- 25 cl de crème fraîche épaisse entière
- 120 g saumon fumé haché
- 1 cuillère à soupe de câpres hachées
- Quelques brins ciselés d'aneth fraîche
- Parmesan râpé
- Sel et poivre

Pour commencer, faire chauffer dans une grande casserole d'eau bouillante salée les pâtes type penne. Par la suite dans un grand bol, fouettez la crème, le saumon coupé en petits morceaux. Les câpres, l'aneth, le jus et les zestes de citron. Puis égouttez les pâtes en gardant une louche d'eau de cuisson et remettre à feu doux dans la casserole. Ainsi ajoutez la crème au saumon et la louche d'eau. Réchauffez 5 minutes en mélangeant avant de servir. Puis ajouter du parmesan râpé en petite quantité et dresser l'assiette. Assez vite pour que cela reste chaud.

Photo : https://www.platetrecette.fr/wp-content/uploads/2019/09/Pates-au-saumon-fume.jpg

Photo : https://neosushi.fr/sushi-8/

Le Sushi

Mettre le riz dans une passoire et le rincer à l'eau courante plusieurs minutes jusqu'à ce que l'eau soit bien claire. Laisser le riz s'égoutter dans la passoire pendant 30 minutes. Mettre le riz dans une casserole avec l'eau, porter à ébullition, couvrir et laisser cuire 10 minutes à feu doux. Éteindre le feu et laisser reposer 10 minutes dans la casserole. Étaler le riz sur une plaque, le saler légèrement et l'assaisonner avec le vinaigre de riz chauffé avec une cuillère à soupe de sucre. «Couper» le riz (le mélanger au couteau) en l'éventant pour le refroidir plus rapidement, puis le laisser refroidir à température ambiante. Façonner des petits cubes de riz avec les mains mouillées (pour éviter que le riz ne colle). Déposer sur chaque cube une noisette de fromage frais et une lanière de saumon fumé.

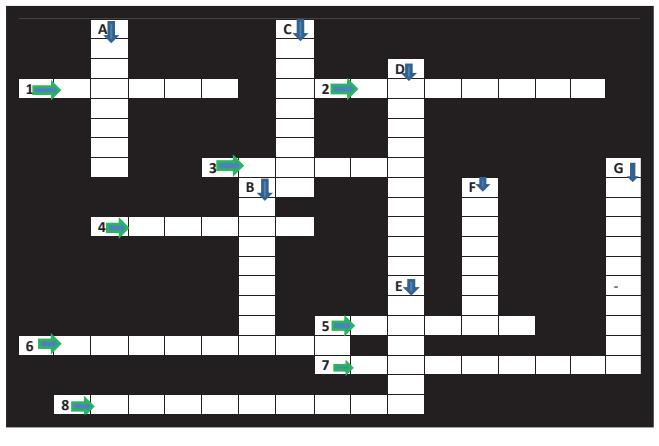
C. S. / D. J.

Jeu

Compléter la grille de mots croisés sur le thème

Le matériel de cuisine

J. C.



Horizontale :

1Matériel permettant de cuire ou réchauffer des produits

2 Matériel qui permet d'éplucher les fruits et les légumes

3 Récipient pour faire cuire du riz

4 Matériel permettant d'aiguiser les couteaux

5 Matériel permettant de battre les œufs en neige

6 Matériel permettant de prendre des fritures

7 Matériel permettant d'égoutter des pâtes

8 Matériel permettant de faire différentes coupes de légumes

Verticale :

A Matériel permettant de séparer un produit d'un liquide

B Matériel permettant de prendre la viande

C Matériel permettant d'émincer des poireaux

D Récipient permettant de monter les œufs en neige

E Matériel qui permet de servir des potages

F Matériel permettant de faire des décors sur des gâteaux

G Matériel permettant de piquer les pâtes feuilletées avant la cuisson

Culture

Festisol
Deux semaines de fêtes

Notre lycée Victorine Magne a participé au Festisol pendant deux semaines dans le but de rapprocher les élèves et les professeurs pour cela de nombreux professionnels sont venus à notre rencontre pour nous partager leur passion.

Le Festisol est un cadre commun, dont chaque structure ou collectif de structures sont libre de s'emparer pour le décliner selon des thématiques, des types d'événements et des publics de leur choix, dans le cadre d'une charte, garante des valeurs défendues.

Au Lycée on entend les tambours raisonner. Pendant deux semaines les élèves ont participé au Festisol avec l'aide de professionnels qui sont venus dans le but de partager leur passion. Un musicien originaire de Martinique a fait l'ouverture de cet évènement dans l'établissement.

14 octobre 2021 rencontre littéraire

Le 14 octobre, rencontre autour de l'écrivain Quentin Margne, pour célébrer son tout premier roman, «La célébration du Lézard», qui est aux Éditions Le Soupirail. Pendant cette journée, était présent l'éditrice et l'artiste musicien Eloi Dequeker.

25 novembre journée consacrée à la culture Créole

Le jeudi 25 novembre 2021, une journée est consacrée à la culture Créole et d'Amérique. Nataniel Well, danseur de Hip-Hop professionnel Panaméen, Philo et Nicolas percussionnistes et conteurs Caribéens sont venus au Lycée pour nous raconter leurs parcours de vie. Un repas spéciale créole a étè organisé au self du Lycée, par Fabienne et animé par des contes, des danses, et un concert de tambours.

Photo : Pierre Vannoni

Mercredi 1er décembre 2021

Tous les élèves du Lycée ont partagé le Festisol avec un chanteur venant de Sierra Leone, plus connu sous le nom de Mos B. Il a rencontré et échangé sur son parcours de vie. Au cours de son concert deux élèves ont révélé des talents de chanteur…

Photo : Pierre Vannoni

Liens des vidéos disponibles

https://youtu.be/lia7r9s6gJ4
https://youtu.be/dhMWAefi_qo
https://youtu.be/lia7r9s6gJ4
https://youtu.be/tWCWR9eIE9Q
https://youtu.be/8Fj3KJ_8DJ8

Photo : Pierre Vannoni

Le théâtre s'invite au Lycée

Photo : Anne Blanchard

K. M./D. J. - Choix photos T. B.

Des artistes en résidence au lycée pour parler féminisme et réseaux sociaux. La compagnie «La part des anges» au Lycée pour présenter leur spectacle «Constellation(s)». Une pièce écrite et mise en scène par Léa Fouillet et l'actrice Léa Quinsac. Les élèves ont assisté à une représentation le lundi 24 janvier 2022.

Mise en page Nathalie Poirier - Professeur d'Arts Appliqués Imprimé par nos soins