

L'ACTU #47

des Compagnons

février - mai 2021



Avec nous, vous êtes dans le bon !

À TABLE

DEUX RECETTES POUR
UNE CUISINE AUTHENTIQUE

RENCONTRE

Christophe Folco,
Compagnon du Goût
à La Grande Motte (34)
et Saint-Dionisy (30)

LE CHIFFRE

36 000 € pour l'Association Petits Princes





De bouche à oreille



Trois adresses !

BOUCHERIES FOLCO

- 94 allée des Jardins
34280 La Grande Motte
04 67 56 02 19
- 319 avenue Robert Fages
34280 La Grande Motte
04 67 54 72 45
- CC Chemin d'Azord
30980 Saint-Dionisy
04 66 75 94 75

Spécialités : gardiane de taureau ou de bœuf, boudins, saucisses, pâtés de campagne, fricandeaux, caillettes, tripes, spécialités bouchères crues...

Web : <https://www.olca.com/montpellier/boutiques/boucherie-folco>

Direction le sud de la France pour faire la connaissance de Christophe Folco qui travaille en famille à La Grande-Motte (34) et à Saint-Dionisy (30). Depuis son plus jeune âge, il voue une véritable passion à son métier d'artisan boucher charcutier traiteur. Récompensé pour son parcours et ses valeurs, il est devenu en octobre 2020 Compagnon du Goût. Portrait à suivre...

Du Sénégal à l'Hérault

Christophe Folco est **boucher depuis l'âge de 15 ans** : "j'ai toujours voulu faire ce métier. J'ai grandi au Sénégal, mais mes parents sont originaires de Marseille. Je suis donc revenu à 15 ans pour faire mon apprentissage dans les Alpes-de-Haute-Provence. Puis, j'ai parcouru plusieurs régions pour découvrir d'autres méthodes de travail et d'autres spécialités."

Son métier, Christophe l'aime pour la richesse de ses missions "j'ai la chance d'exercer un métier varié, on ne s'ennuie jamais. Outre la boucherie (j'achète des génisses entières que je travaille intégralement), il y a la charcuterie, le traiteur et le contact avec les clients." Et pas question de se reposer sur ses acquis : "je continue d'apprendre, à travers les stages que je fais régulièrement."

Une histoire de famille

Après avoir démarré en grande surface comme chef boucher, Christophe s'est installé à son compte pour retrouver le statut d'artisan. **"L'artisanat, c'est sublimer un produit soi-même. L'artisan crée un produit à son image avec son propre savoir-faire."**

Passionné et plein de conviction, **il partage désormais l'amour de la boucherie avec ses enfants.** "Mon fils Loïc est boucher depuis ses 15 ans, c'est mon associé. Il a fait son apprentissage avec moi et a fini 2^e apprenti de l'Hérault. Mes filles, Marina et Vanessa, travaillent aussi avec nous : l'une comme vendeuse et l'autre en apprentissage pour passer son CAP boucherie."

Aujourd'hui, la famille Folco exerce son art dans trois boutiques. "J'ai ouvert une première boucherie à La Grande Motte en 2003 puis une seconde en 2006. Nous nous sommes agrandis, en 2020, avec une nouvelle boutique à Saint-Dionisy dans le Gard".

Compagnon du Goût depuis 2020

Apprendre, progresser, transmettre... Christophe partage les valeurs des Compagnons du Goût. **Son nouveau titre, reçu en octobre 2020, est une fierté.** "C'est aussi une motivation pour toujours progresser. Cette distinction donne confiance aux clients. Elle récompense nos compétences et notre travail."

La valeur d'un bon Compagnon du Goût ? "La qualité ! Je connais les autres Compagnons du secteur et je suis heureux d'appartenir

au même groupe de confrères bouchers qui travaillent, comme moi, avec la même passion, le même souhait de qualité et avec des boutiques bien tenues. Le client doit retrouver chez n'importe quel Compagnon en France une qualité identique de produits et de services."

Entièrement dévoué à ses clients, Christophe ne manque pas une occasion pour répondre à leurs attentes et anticiper leurs besoins. "Nous avons mis en place la vente en ligne en click and collect à la fin de l'été et c'est monté en puissance en fin d'année. Pendant les confinements, nous avons également effectué des livraisons, notamment chez les personnes âgées."

Une recette préférée ? La côte de bœuf sans hésitation !

- Sortez la côte 2h avant pour qu'elle soit à température ambiante au moment de la cuisson. Salez et poivrez pour que l'assaisonnement pénètre.
- Si cuisson au barbecue : laissez cuire à braise vive 4-5 min de chaque côté, en la retournant 4 ou 5 fois. Recouvrez d'un papier aluminium et laissez la viande se détendre 5 min.
- Si cuisson à la poêle et au four : faites cuire la côte à la poêle 5 min en la nourrissant au beurre. Puis enfournez-la 7-10 min à 220°. Recouvrez d'un papier aluminium 5 min avant dégustation.

Nos coups de cœur



LE CHIFFRE

36 000 € pour l'Association Petits Princes

Malgré le contexte si particulier, vous avez répondu présents en soutenant notre opération solidaire au profit de l'Association Petits Princes.

Grâce à vous, nous avons récolté **36 000 €** intégralement reversés. Cette somme va permettre d'aider à réaliser de nombreux

rêves d'enfants malades.

Aux noms des enfants et des bénévoles, nous tenons à vous dire **un grand MERCI !**



ASSOCIATION PETITS PRINCES

L'impact positif du rêve



Lorsqu'un enfant malade rêve, il se projette dans l'avenir et puise une énergie supplémentaire pour combattre la maladie.

Imaginer puis réaliser un rêve, c'est disposer d'une perspective heureuse dans un quotidien parfois

lourd et permettre à l'enfant de mieux supporter son hospitalisation et ses traitements. Comme la maladie bouleverse tout l'univers familial, l'Association Petits Princes associe la famille (parents, fratrie) pour qu'ils puissent profiter ensemble des moments heureux.

Pour en savoir plus : www.petitsprinces.com



EN BOUTIQUE

Le terroir français à l'honneur

Du 27 mars au 10 avril, les Compagnons mettent à l'honneur le "bon goût à la française". Charcuteries, plats cuisinés... découvrez la sélection de votre artisan* et tentez votre chance au grattage.

De nombreux lots sont mis en jeu, dont le fameux robot multifonctions Magimix. Plus qu'un ustensile, c'est l'allié idéal pour bien cuisiner !

* retrouvez la liste des participants sur www.compagnonsdugout.fr



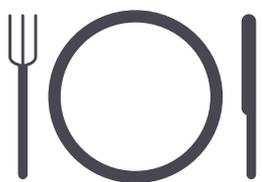
MIAM !

Un jambon fermier top qualité

Accompagnée d'un bon pain ou intégrée à un plat, la tranche de jambon est une valeur sûre en cuisine.

Soucieux de proposer les meilleurs produits charcutiers, les Compagnons du Goût ont développé un jambon cuit issu de porcs fermiers élevés en plein air et certifiés. Son goût est tel que bon nombre de clients en ont déjà fait leur produit fétiche !





À table !

Avec la situation que nous avons tous connue, on sent un retour aux sources et à la cuisine authentique sans chichi. De très bons produits travaillés simplement, pour une dégustation savoureuse. La promesse est appétissante... À suivre, deux recettes qui ne manquent pas d'atouts pour se faire plaisir !



GRENADINS DE VEAU AUX MORILLES ET AU VIN JAUNE

 (facile) • €€ (moyen)

POUR 6 PERS. 120 g de morilles • 2 échalotes • 80 g de beurre • 6 grenadins de veau préparés par votre Compagnon du Goût • Fond de veau • 10 cl de Vin Jaune (l'abus d'alcool est dangereux pour la santé) • 1 cuil. à soupe de crème fraîche • sel, poivre du moulin

PRÉPARATION : 10 MIN • CUISSON : 30 MIN

1. Rincez délicatement les morilles pour éliminer l'excédent de sable et égouttez-les.
2. Dans une poêle, faites suer les échalotes ciselées dans 20 g de beurre, ajoutez les morilles, 5 cl d'eau, salez et poivrez. Laissez cuire 10 min jusqu'à évaporation de l'eau.
3. Préparez la sauce : dans une casserole, versez le fond de veau et le Vin Jaune. Portez à ébullition et laissez réduire 10 min. Ajoutez la crème fraîche et les morilles. Réservez.
4. Faites revenir les grenadins avec 60 g de beurre, laissez-les dorer 8-9 min, en veillant à les retourner à mi-temps.
5. Réchauffez la sauce 1 min, nappez la viande et servez aussitôt.



CONSEILS DE COMPAGNONS

Vous pouvez utiliser des morilles séchées qu'il conviendra de faire tremper dans l'eau 1 h au préalable. Pour la sauce, choisissez une crème épaisse de qualité et accompagnez le plat d'épinards frais ou de pommes vapeur.

LAPIN SAUTÉ CHASSEUR

 (facile) • €€ (moyen)

POUR 6 PERS. 6 échalotes • 2 gousses d'ail • 30 g de beurre • 6 carottes • 150 g de jambon cuit Sélection Compagnons du Goût • 6 cuisses de lapin achetées chez votre Compagnon du Goût • 3 cuil. à soupe de farine • 40 cl de vin blanc • 20 cl d'eau de bouillon de volaille • 1 oignon • 2 clous de girofle • 1 bouquet garni (thym, laurier, romarin) • 250 g de champignons • Sel, poivre du moulin

PRÉPARATION : 10 MIN • CUISSON : 1H15

1. Émincez les échalotes et l'ail. Dans une sauteuse, faites-les suer 5 min avec le beurre.
2. Lavez, épluchez et coupez les carottes en rondelles. Ajoutez-les dans la casserole, avec le jambon cuit Compagnons du Goût coupé en dés. Laissez-les revenir 5 min puis réservez dans un plat.
3. Gardez les sucs et faites dorer les cuisses de lapin sur chaque face. Hors du feu, farinez, mélangez et remettez à cuire à feu doux. Mouillez avec le vin blanc et le bouillon de volaille.
4. Ajoutez l'oignon piqué de clous de girofle, les dés de jambon, les échalotes, l'ail, les carottes et le bouquet garni. Salez, poivrez. Laissez mijoter à feu doux 45 min.
5. Rincez et coupez les pieds des champignons. Ajoutez-les en fin de cuisson et laissez cuire encore 20 min à feu doux.



CONSEILS DE COMPAGNONS

Cette recette peut être également réalisée avec des cuisses de poulet. Accompagnez le plat de pommes vapeur ou de tagliatelles.



Les Compagnons du Goût sont un concept de Loste Tradi-France (marque déposée et protégée)

Rédacteur en chef : Virginie Zambardi • Edition :  • Crédits photos : Loste Tradi-France, Association Petits Princes - Visuels non contractuels

Reproduction interdite - Ne pas jeter sur la voie publique