



# Quiche lorraine



Surgelé

**Quiche lorraine individuelle, surgelée, pièce de 65 à 200 g.**  
*La quiche est un grand classique des pâtisseries salées. Elle est le plus souvent proposée telle quelle, en entrée chaude ou froide.*

Bien que nos offres de quiches lorraines soient toutes considérées comme des parts individuelles, on remarque que les calibres proposés dans notre sélection sont très variables. Si l'on se réfère aux grammages portions recommandés par le GEMRCN (voir zoom nutrition), nos offres permettent ainsi de sélectionner le produit le plus adapté en fonction du type de convives et de la prestation choisie. Par conséquent, en entrée vous pourrez proposer les quiches lorraines en 65 ou 75 g pour les maternelles, les élémentaires et les personnes âgées en institution, alors que pour les adolescents et les adultes il faudra diriger votre choix sur celles en 100 g, ou couper en deux les offres de 200 g. En ce qui concerne le plat principal, seul le grammage recommandé en 150 g pour les élémentaires et les personnes âgées pose problème. Si vous souhaitez coller au plus juste à celui-ci, vous devrez dans ce cas servir deux quiches en 75 g, ce qui visuellement ne sera pas très esthétique sur assiette. Il vous faudra donc travailler la présentation lors du dressage, en les détaillant par exemple en parts. Un inconvénient concernant la répartition entre la quantité de pâte brisée et de garniture reste toutefois lié à ces grammages. En effet, on constate que plus la quiche est petite, plus la quantité de garniture est faible.

## Suggestions du chef

### Astuces/Idees

La quiche se prête très bien à la confection des paniers pique-nique ou des plateaux repas qui sont fréquents en période estivale.

### Thèmes & Recettes

Région Grand Est :  
Quiche lorraine  
Terroir :  
Quiche aux lardons

## LE SAVIEZ-VOUS ?

Comme son nom l'indique, cette spécialité culinaire est originaire de Lorraine. Le terme « quiche » provient de l'allemand « kuchen » qui signifie « gâteau ». Des livres de recettes datant du 16<sup>ème</sup> siècle indiquent que ce plat était alors préparé avec une pâte à pain, de la poitrine de porc fumée, des œufs et de la crème fraîche. Ce n'est qu'à partir du 19<sup>ème</sup> siècle que la recette commença à être modifiée pour donner la quiche lorraine que nous connaissons aujourd'hui, c'est à dire perfectionnée avec une pâte brisée et également du fromage râpé.

## TABLEAU NUTRITIONNEL

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	dont sucres	Matières grasses	dont AGS	Sel	Rapport P/L	Industriels Marque
BRAKE	5434	246 kcal	7,1 %	21,7 %	2,7 %	14,4 %	7,8 %	1,20 g	0,49	BRAKE Brake Euro
DAVIGEL	1682361	228 kcal	6,3 %	22,5 %	3,0 %	12,4 %	5,7 %	1,26 g	0,50	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	110452	217 kcal	8,3 %	22,2 %	2,3 %	10,4 %	3,7 %	0,70 g	0,79	MARIE RESTAURATION Marie
PASSION FROID	41302	242 kcal	5,4 %	32,0 %	5,2 %	10,0 %	5,3 %	0,94 g	0,54	Industriel NC Marque NC
RELAIS D'OR	899223	226 kcal	9,2 %	23,0 %	2,6 %	10,0 %	3,7 %	0,80 g	0,92	Industriel NC Sélection
TRANSGOURMET	300337	218 kcal	8,3 %	22,0 %	2,8 %	10,0 %	3,7 %	0,70 g	0,83	TRANSGOURMET Transgourmet Economy

## COMPARAISON DES OFFRES

	Référence	Etat Aspect	Répartition et %	Type de viande et %	Type de produit laitier et %	Type d'œuf et %	Industriels Marque
BRAKE	5434	cuite, ronde, Ø 9 cm	pâte brisée 36 %, garniture 64 %	poitrine fumée 7,2 %, jambon cuit standard 4,8 %	crème fraîche 4,2 %, emmental 2,9 %, lactose et protéines de lait 2,5 %	œuf frais 12,4 %	BRAKE Brake Euro
DAVIGEL	1682361	cuite, ronde, Ø 10 cm	pâte brisée 40 %, garniture 60 %	jambon cuit supérieur 8,8 %	crème fraîche 5 %, poudre de lait écrémé % NC	œuf frais 25 %	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	110452	cuite, ronde, Ø 14 cm	pâte brisée 29 %, garniture 71 %	lardon cuit fumé 9 %, jambon de porc 6 %	crème fraîche % NC, emmental % NC, lait écrémé en poudre % NC, lactose et protéines de lait % NC	œuf frais % NC	MARIE RESTAURATION Marie
PASSION FROID	41302	cuite, ronde, Ø 9 cm	pâte brisée 40 %, garniture 60 %	Jambon cuit 4 %	crème fraîche % NC, lactose et protéines de lait % NC	œuf frais % NC	Industriel NC Marque NC
RELAIS D'OR	899223	cuite, ronde, Ø 14 cm	pâte brisée 29 %, garniture 71 %	lardon cuit fumé 9 %, jambon de porc 6 %	crème fraîche % NC, emmental % NC, lait écrémé en poudre % NC, lactose et protéines de lait % NC	œuf frais % NC	Industriel NC Sélection
TRANSGOURMET	300337	cuite, ronde, Ø NC	pâte brisée % NC, garniture % NC	lardon cuit fumé 9,4 %, jambon de porc 6,2 %	crème fraîche % NC, emmental % NC, préparation laitière % NC, lactose et protéines de lait % NC	œuf frais % NC	TRANSGOURMET Transgourmet Economy

	Référence	Autres ingrédients et %	Epices et aromates Agents de texture	Pays de transformation	DDM	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	5434	farine de blé 17,2 %, farine de riz 0,9 %, fécule de pomme de terre 2,5 %, sirop de glucose 0,1 %, dextrose 0,3 %, margarine végétale 9 %	arômes, extrait d'épices, acidifiant, antioxydant, conservateur, correcteur d'acidité, émulsifiant, stabilisant	France	18 mois	surgelé, IQF, 100 g, présentation moule en aluminium cannelé, 40 pièces par carton	BRAKE Brake Euro
DAVIGEL	1682361	farine de blé % NC, farine de riz % NC, fécule de pomme de terre % NC, dextrose % NC, margarine % NC, huile de tournesol % NC	arômes naturels, extrait de poivre et de muscade, acidifiant, amidon de maïs modifié, amidon de riz, antioxydant, arôme de fumée, conservateur, émulsifiant, exhausteur de goût	France	18 mois	surgelé, IQF, 75 g, présentation moule en aluminium, 63 pièces par carton	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	110452	farine de blé % NC, farine de riz % NC, fécule de pomme de terre % NC, sirop de glucose % NC, dextrose % NC, huile de colza % NC	arômes naturels, muscade, poivre, curcuma, conservateur, stabilisant	France	18 mois	surgelé, IQF, 200 g, présentation NC, 12 pièces par carton	MARIE RESTAURATION Marie
PASSION FROID	41302	farine de blé % NC, fécule de pomme de terre % NC, sirop de glucose % NC, dextrose % NC, margarine végétale % NC	arômes, extrait d'épices, amidon de riz, conservateur, correcteur d'acidité, émulsifiant, gélatine, stabilisant	France	18 mois	surgelé, IQF, 65 g, présentation NC, 50 pièces par carton	Industriel NC Marque NC
RELAIS D'OR	899223	farine de blé % NC, farine de riz % NC, fécule de pomme de terre % NC, sirop de glucose % NC, dextrose % NC, huile de colza % NC	arômes naturels, bouillon de légumes, arômes, muscade, poivre blanc, curcuma, conservateur, gélatine, stabilisant	France	18 mois	surgelé, IQF, 200 g, présentation NC, 12 pièces par carton	Industriel NC Sélection
TRANSGOURMET	300337	farine de blé % NC, farine de riz % NC, fécule de pomme de terre % NC, sirop de glucose % NC, dextrose % NC, huile de colza % NC	arômes naturels, aromates, curcuma, muscade, poivre, conservateur, gélatine, stabilisant	France	18 mois	surgelé, IQF, 200 g, présentation NC, 12 pièces par carton	TRANSGOURMET Transgourmet Economy

Côté composition, si l'on a pu remarquer que la quantité de garniture était moindre dans les quiches les plus petites, on note également que le pourcentage de viande de porc mis en œuvre est plus faible pour les offres en 65 et 75 g, avec respectivement 4 et 8,8 %, contre 12 % pour celle en 100 g et 15 à 15,6 % pour celles en 200 g. Par ailleurs, on peut voir que les offres

en 65 et 75 g ne contiennent que du jambon de porc, alors que le reste de notre sélection possède également de la poitrine fumée. Des différences de goût sont donc à prévoir. Notons toutefois que parmi les deux distributeurs qui nous ont communiqué la quantité d'œufs utilisée, celle-ci est plus élevée dans la quiche en 75 g, que dans celle en 100 g (25 % contre 12,4 %).

