

Riz cantonais

Riz cantonais, cuit, surgelé, sachet de 500 g à 2,5 kg.

Le riz cantonais est l'accompagnement incontournable de la cuisine asiatique. Il se marie aussi bien avec la viande que le poisson.

S'il n'existe pas de réglementation concernant la composition du riz cantonais, l'utilisation de certains ingrédients reste malgré tout incontournable pour confectionner ce plat typiquement asiatique. C'est notamment le cas des œufs. Au sein de notre sélection, ils représentent entre 5 et 9,3 % du produit fini. Ces derniers sont fréquemment cuisinés en omelette et émincés dans la préparation, mais on constate qu'au niveau de nos offres, ils sont brouillés dans l'une d'entre elles, alors que pour deux autres, les industriels ne mentionnent pas le type de préparation. Les petits pois font également partie des ingrédients indispensables, mais les quantités restent en général inférieures à 10 %. D'autres légumes peuvent être incorporés, et comme on peut le constater au travers de nos offres, ils diffèrent d'un industriel à l'autre. Quant au jambon, la viande de dinde vient de plus en plus souvent remplacer celle de porc. Par ailleurs, nos offres étant déjà prêtes à l'emploi, aucune prise ou de perte de poids n'est à prévoir lors du réchauffage. Vous pourrez donc mettre directement en œuvre les grammages recommandés suivants : 120 g pour les maternelles, 170 g pour les élémentaires et 200 à 250 g pour les adolescents et les adultes. Pour les personnes âgées en institution, comptez 200 g pour le déjeuner et 150 g pour le dîner.



Le saviez-vous

Le riz représente 19 % de la production céréalière dans le monde, soit 494 Mt. Il se place ainsi en 3^{ème} position derrière le maïs (41 %) et le blé (29 %). Sa culture se concentre principalement sur le continent asiatique, qui assure 90 % de la production mondiale. Dépendant des traditions culinaires, la consommation de riz est très variable en fonction des régions du globe. Toutefois, elle reste plus importante dans les pays en voie de développement que dans ceux industrialisés. Il s'en consomme par exemple 188 kg par habitant et par an en Birmanie, contre seulement 4,5 kg en France.

Suggestions du chef

Astuces/Idees

Le riz cantonais peut vous permettre de garnir aisément vos papillotes de poisson.

Thèmes & Recettes

Sucré-salé : Cantonais aux patates douces et coco

La Chine : Canard à la pékinoise et riz frit

Tableau nutritionnel

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	Matières grasses	dont AGS	Fibres	Rapport P/L	Sel	Industriels Marque
BRAKE	71876	122 kcal	3,9 %	22,8 %	1,4 %	0,3 %	1,4 g	2,79	0,73 g	BONDUELLE FOOD SERVICE Bonduelle
DAVIGEL	1680194	128 kcal	6,3 %	14,9 %	4,4 %	0,6 %	1,4 g	1,43	1,10 g	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	111150	170 kcal	6,0 %	27,0 %	4,0 %	1,5 %	NC	1,50	1,40 g	ALLIANCE ELABORES Le Petit Mandarin
PASSION FROID	1547	105 kcal	4,5 %	14,8 %	2,6 %	0,6 %	2,0 g	1,73	1,90 g	GELAGRI Paysan Breton
RELAIS D'OR MIKO	936206	122 kcal	3,9 %	22,8 %	1,4 %	0,3 %	1,4 g	2,79	0,73 g	BONDUELLE FOOD SERVICE Bonduelle
TRANSGOURMET	438882	170 kcal	6,0 %	27,0 %	4,0 %	1,5 %	NC	1,50	1,40 g	ALLIANCE ELABORES Le Petit Mandarin

Comparaison des offres

	Référence	Riz cuit	Type d'ingrédient protidique et %	Type de légume et %	Autres ingrédients et %	Additif	Industriels Marque
BRAKE	71876	67,0%	jambon de dinde 7 %, omelette 6 %	pois doux 7 %, carotte 7 %, oignon 6 %	huile de tournesol 0,4 %, arôme 1,3 %	acidifiant, antioxydant, conservateur, épaississant, stabilisant	BONDUELLE FOOD SERVICE Bonduelle
DAVIGEL	1680194	47,0%	jambon de dinde 12 % œuf brouillé 8,3 %	petit pois 7,3 %, tomate % NC, oignon frit % NC, champignon noir 1,6 %	huile de tournesol % NC, huile de colza % NC, sirop de glucose % NC, dextrose % NC, arôme naturel % NC, arôme % NC, préparation pour fonds blanc de volaille % NC	acidifiant, antioxydant, amidon de maïs modifié, conservateur, épaississant, exhausteur de goût	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	111150	57,0%	jambon de porc 10 %, œuf entier 9,3 %, crevette décortiquée 4 %	petit pois 6,4 %, poireau 6,1 %, oignon frit 4 %	huile de tournesol 1 %, sirop de glucose % NC, poivre blanc 0,09 %, arôme 0,09 %, épices % NC, plante aromatique % NC	antioxydant, conservateur, exhausteur de goût, gélifiant, stabilisant	ALLIANCE ELABORES Le Petit Mandarin
PASSION FROID	1547	51,0%	jambon de dinde 4 %, omelette 5 %, crevette décortiquée 4 %	légumes 33 % (petit pois, carotte, oignon)	huile de tournesol 8,1 %, arôme cantonais 1,5 %	acidifiant, antioxydant, conservateur, épaississant, exhausteur de goût, gélifiant, stabilisant	GELAGRI Paysan Breton
RELAIS D'OR MIKO	936206	67,0%	jambon de dinde 7 %, omelette 6 %	pois doux 7 %, carotte 7 %, oignon 6 %	arôme % NC, épice % NC	antioxydant, conservateur, exhausteur de goût, gélifiant, stabilisant	BONDUELLE FOOD SERVICE Bonduelle
TRANSFOURMET	438882	57,0%	jambon de porc 10 %, œuf entier 9,3 %, crevette décortiquée 4 %	petit pois 6,4 %, poireau 6,1 %, oignon frit 4 %	huile de tournesol 1 %, sirop de glucose % NC, poivre blanc 0,09 %, arôme 0,09 %, épices % NC, plante aromatique % NC	antioxydant, conservateur, exhausteur de goût, gélifiant, stabilisant	ALLIANCE ELABORES Le Petit Mandarin

	Référence	Allergènes majeurs	Mise en œuvre	Pays de transformation	DDM	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	71876	lait, œuf	sans décongélation, en sauteuse 10 min avec de la matière grasse, ou au four combi mixte 180 °C avec de la matière grasse 20 min	Espagne	18 mois	surgelé, sachet 2,5 kg, 4 x 2,5 kg	BONDUELLE FOOD SERVICE Bonduelle
DAVIGEL	1680194	gluten, lait, œuf, poisson, soja	sans décongélation, au four 150 °C, 15 à 20 min	France	18 mois	surgelé, sachet 2,5 kg, 4 x 2,5 kg	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	111150	crustacé, œuf	sans décongélation, au bain-marie 35 min dans le sachet, ou au micro-ondes t* maxi dans le sachet percé 15 min, ou en sauteuse ou à la poêle à feu doux 12 min	France	24 mois	surgelé, sachet sous-vide 500 g, 10 x 500 g	ALLIANCE ELABORES Le Petit Mandarin
PASSION FROID	1547	crustacé, lait, œuf	sans décongélation, au four chaleur sèche 175/220 °C en gastronorme perforé couvert, ou au four chaleur sèche 175/220 °C en gastronorme plein couvert	France	18 mois	surgelé, sachet 2,5 kg, 4 x 2,5 kg	GELAGRI Paysan Breton
RELAIS D'OR MIKO	936206	œuf, soja	sans décongélation, au four 180 °C en gastronorme couvert 20 min, ou en sauteuse avec matières grasses 10 min	NC	18 mois	surgelé, sachet 2,5 kg, 4 x 2,5 kg	BONDUELLE FOOD SERVICE Bonduelle
TRANSFOURMET	438882	crustacé, œuf	sans décongélation, au bain-marie 35 min dans le sachet, ou au micro-ondes t* maxi dans le sachet percé 15 min, ou en sauteuse ou à la poêle à feu doux 12 min	France	24 mois	surgelé, sachet sous-vide 500 g, 10 x 500 g	ALLIANCE ELABORES Le Petit Mandarin

Par rapport à la classification alimentaire, le riz cantonais est considéré comme un féculent d'accompagnement et peut, à ce titre, être inclus dans la catégorie des « légumes secs, féculents ou céréales, seuls, ou en mélange ». Une offre pourrait toutefois en être exclue, car d'après le GEMRCN,

un minimum de 50 % de produits féculents est nécessaire pour intégrer cette catégorie. Cette offre ne contient malheureusement que 47 % de riz cuit, ce qui rend sa classification litigieuse. Cela pourrait, entre autres, vous inciter à privilégier les autres offres pour rester conforme aux recommandations.

