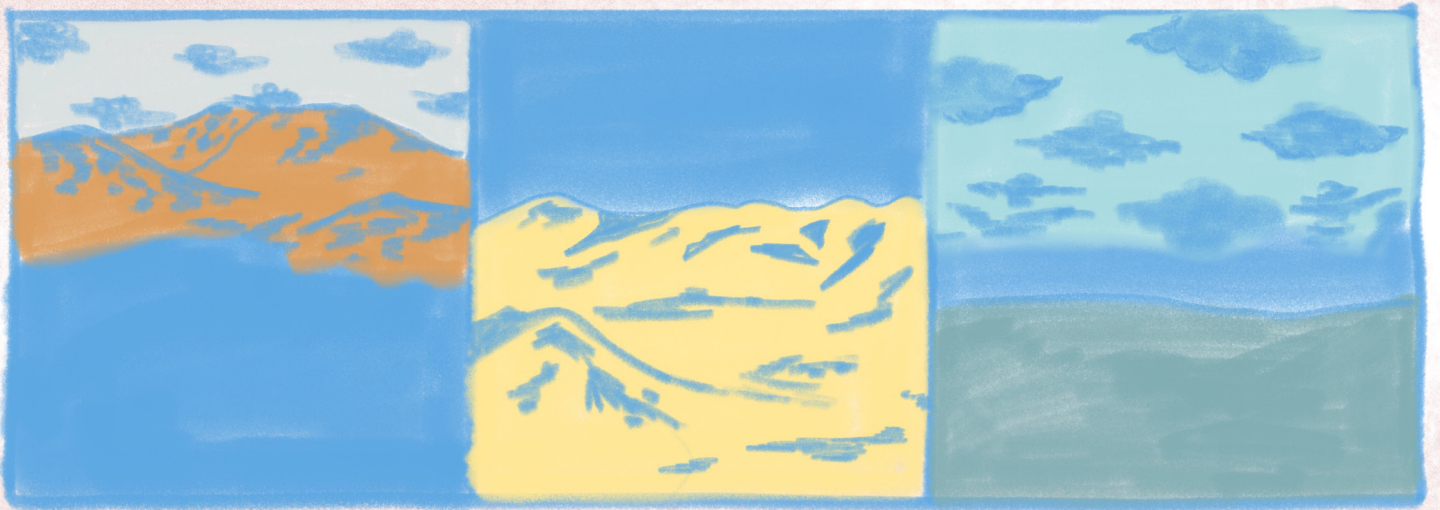
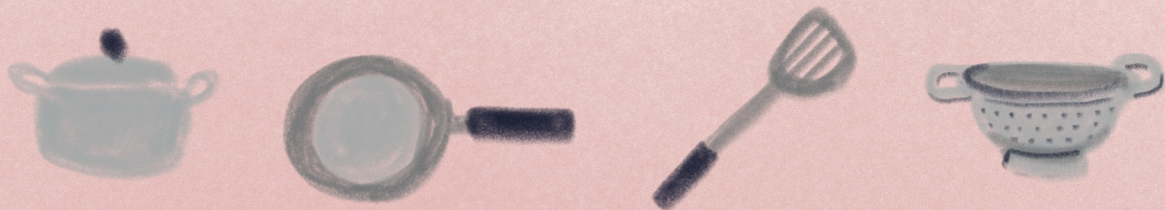


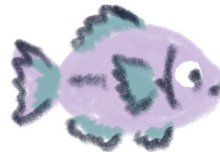
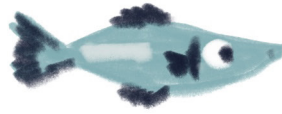
GUSTODYSSÉE :

UN PARTAGE DE LA CUISINE



Odyssée culinaire autour de la Méditerranée





Mot de l'ambassadeur



GustOdyssée : la cuisine en partage, odyssée culinaire autour de la Méditerranée

GustOdyssée est un projet pédagogique pluridisciplinaire, porté par les instituts français de Grèce, d'Italie et de Tunisie, visant à valoriser l'enseignement professionnel et la pratique de la langue française dans ces pays du bassin méditerranéen. Né en 2024 en Italie et étendu à la Grèce en 2025, il a pris une dimension véritablement régionale en 2026, dans le cadre de la Saison Méditerranée.

GustOdyssée s'articule autour d'un concours de cuisine en langue française organisé simultanément en Grèce, en Italie et en Tunisie, en résonance avec des établissements en France. 1600 élèves du secondaire et du post-secondaire de l'enseignement professionnel ont relevé le défi qui leur était proposé : imaginer les petits plats conviviaux méditerranéens de demain (mezze, antipasti, tapas) et les présenter dans une vidéo en français. Les recettes devaient être créatives, s'inspirer des techniques et produits issus des traditions culinaires des pays de l'espace méditerranéen et prendre en compte les enjeux de durabilité et de respect de l'environnement.

Pour accompagner les apprenants et leurs professeurs, des webinaires de professionnels ont été organisés pour les établissements participants. L'historien tunisien Imed Attig, l'historien et commissaire d'exposition français Édouard de Laubrie, la cheffe étoilée française Nolwenn Corre, le chef grec Aristotelis Megoulas, la cheffe et ethnologue marocaine Fatema Hal, la cheffe et styliste culinaire franco-algérienne Mehdiya Khreairia ont pu ainsi partager leurs regards sur la cuisine méditerranéenne et leurs pratiques. Des séquences de formation à l'enseignement du Français sur objectif spécifique (FOS) ont également été proposées aux enseignants.

Par ailleurs, chaque classe inscrite au concours a été mise en relation avec une classe d'un autre pays participant au projet, afin d'échanger sur les traditions culinaires et produits locaux de la région. Les recettes proposées dans ce livre sont donc des métissages de saveurs, traditions et innovations de jeunes cuisiniers de l'espace méditerranéen.

Enfin, à l'issue de jurys nationaux, des lauréats ont été désignés dans chaque pays. Un grand événement de clôture a été organisé à l'Institut de Formation dans les Métiers du Tourisme de Djerba, en Tunisie qui a accueilli les équipes finalistes tunisiennes, les deux équipes ayant remporté le concours en Italie et en Grèce ainsi qu'une délégation du Lycée Anne-Sophie Pic de Toulon.

GustOdyssée en chiffres :

1600 élèves et étudiants participants

20 classes françaises (18 établissements)

36 classes grecques (30 établissements)

37 équipes tunisiennes (8 établissements)

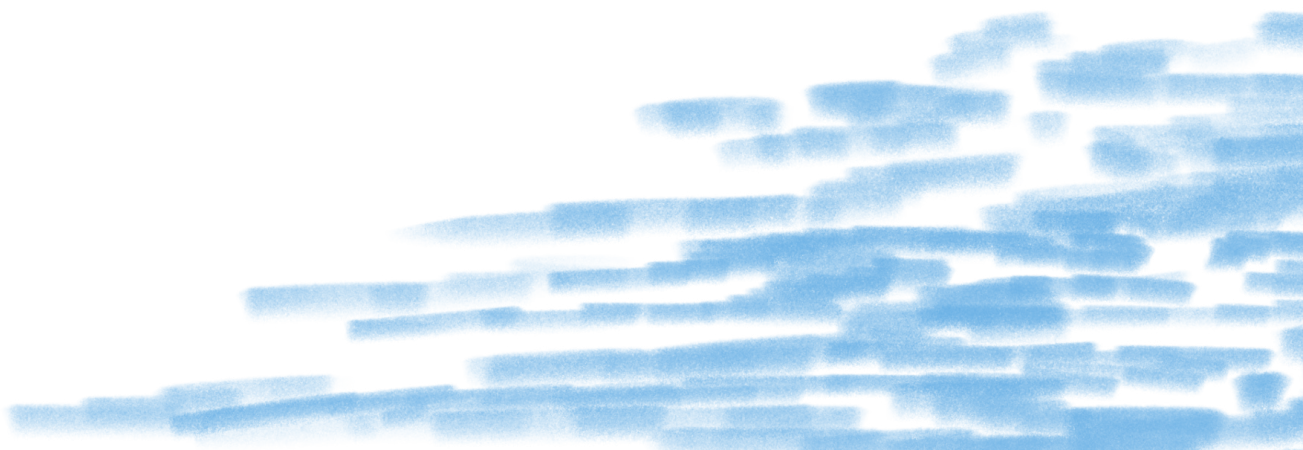
xx classes italiennes (40 établissements)

Et pour la Grèce/ l'Italie / la Tunisie...

En Grèce, le concours de cuisine en langue française « Comme des Chefs » s'adresse aux établissements de formation professionnelle supérieure (SAEK). Il a été organisé pour la deuxième année consécutive, sous l'égide du Secrétariat général chargé de l'enseignement professionnel, de la formation professionnelle et de l'apprentissage tout au long de la vie du Ministère grec de l'Éducation, des Cultes et du Sport. En 2026, le concours a reçu le soutien des sponsors Amalia Hotels et InnJobs.

En Tunisie, Gustodyssée a été mis en œuvre dans le cadre du FEF-R MOUSTADEM, qui vise à renforcer la qualité de l'apprentissage du et en français dans les formations du tourisme. Le projet a été porté conjointement par le Service de Coopération et d'Action Culturelle de l'Ambassade de France en Tunisie et l'Agence de Formation dans les Métiers du Tourisme, sous l'égide du Ministère du Tourisme et du Ministère de l'Emploi et de la Formation Professionnelle tunisiens.

En Italie; ...





© Paris

FRANCE





ITALIE

© Rome

GRÈCE

© Athènes

© Tunis

TUNISIE

LE FROID



CARESSE MARINE

محطة الذواقة ، ثلاثية من المقبلات المالحة

crevettes, œufs de seiche, aubergine, fromages, agrumes, feuille de brick, pommes de terre, pois chiches, sardines, amandes, harissa, kataifi, feta, poivrons, olives noires, pistaches, huile d'olive.

المكوّنات الرئيسيّة : جمبري ، بيض الحبار ، باذنجان ، أجبان ، حمضيّات ، عجين البريك ، بطاطا ، حمّص ، سردين ، لوز ، هريسة ، كنافة ، فيتا ، فلفل ، زيتون أسود ، فستق ، زيت زيتون



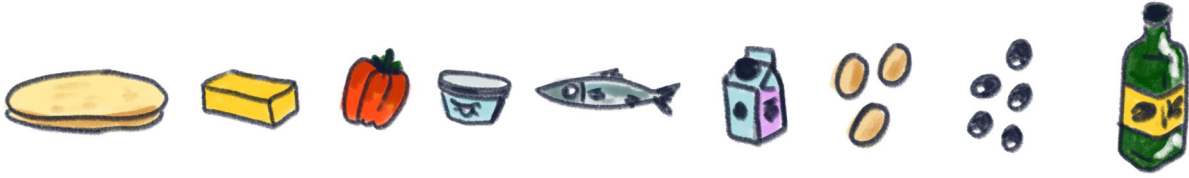
ثلاثية من المقبلات المالحة المستوحاة من المتوسط ، تُقدّم على فراش من العدس : سلّة بريك بترتار الجمبري وكريمة الباذنجان ، وكفتة برّ ويحر بالسردين مع صلصة التّرتار ، ولفّة كنافة بجبن الفيتا والفلفل والزيتون الأسود

Un amuse-bouche salé d'inspiration méditerranéenne, dressé sur un nid de lentilles : une tartelette de brick au tartare de crevettes et mousse d'aubergine.

Partenaire méditerranéen : SAEK de Livadeia, Grèce

L'Ondulance Marine

عنوان الطبق



feuille de brick, beurre, ricotta, filet de merlan (ou lieu jaune), crème liquide, œuf, coulis de poivron rouge, poudre d'olive noire, aneth, huile d'olive.

ورقة بريك ، زبدة ، ريكوتا ، فيليه السمك الأبيض (مرلان أو ليو أصفر) ، قشدة سائلة ، بيض ، صلصة الفلفل الأحمر ، مسحوق الزيتون الأسود ، شبت ، زيت زيتون.



كانيلوني مقرمش من ورقة البريك محشو بموسلين السمك الأبيض والريكوتا ، يوضع على صلصة الفلفل الأحمر.

Un amuse-bouche salé d'inspiration méditerranéenne, dressé sur un nid de lentilles : une tartelette de brick au tartare de crevettes et mousse d'aubergine.

Partenaire méditerranéen : Polo Statale ISS "P. Mattarella", Sicile, Italie

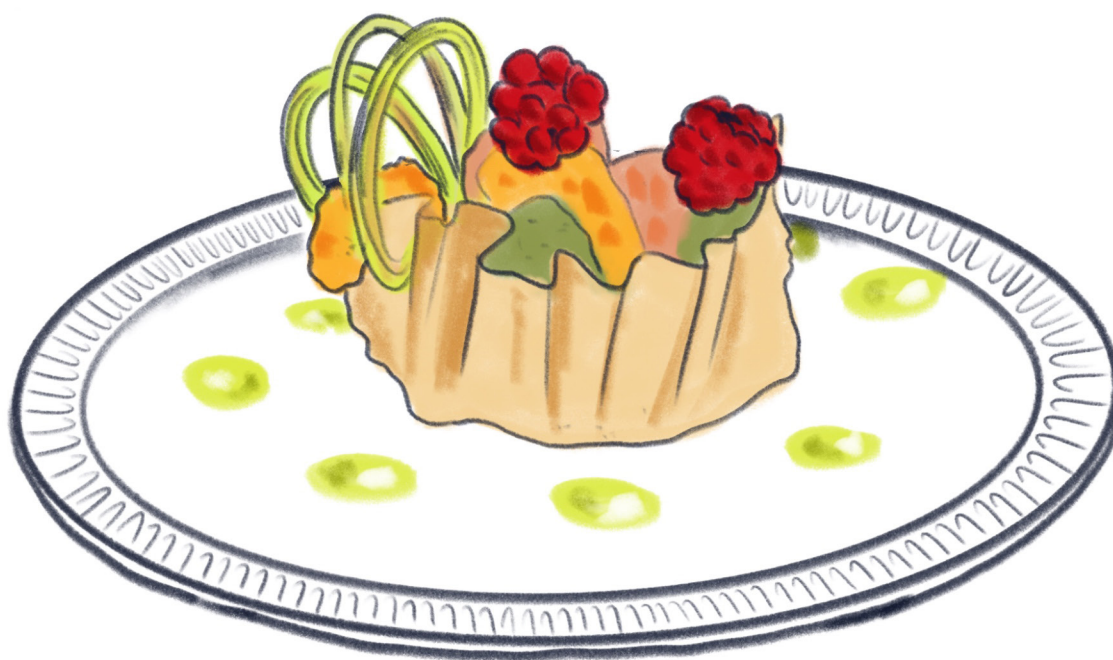
PANIER D'ARTICHAUTS AUX AGRUMES DE CAMPANIE

CESTINO DI CARCIOFI AGLI AGRUMI DE LA CAMPANIE



artichauts, citron de Sorrente IGP, orange, pamplemousse rose, huile d'olive extra vierge, menthe fraîche, pâte filo, framboises.

carciofi, limone di Sorrento IGP, arancia, pompelmo rosa, olio extravergine d'oliva, menta fresca, pasta fillo, lamponi.



Dans notre recette, les agrumes de Campanie, célèbres pour leur parfum intense et leur fraîcheur, jouent un rôle central. Associés à l'artichaut, et surtout à la pâte filo, nous avons voulu rendre hommage aux cuisines du Moyen-Orient ainsi qu'à celle de la Grèce.

Nella nostra ricetta, gli agrumi della Campania, famosi per il loro profumo intenso e la loro freschezza, svolgono un ruolo centrale. Associati al carciofo, e soprattutto alla pasta fillo, abbiamo voluto rendere omaggio alle cucine del Medio Oriente così come a quella della Grecia.

Partenaire méditerranéen / Partner mediterraneo: Lycée hôtelier Georges Frêche, Montpellier, France

Lycée hôtelier, Vincenzo Capello, Piedimonte Matese, Campanie

LE CHAUD



BOUCHÉE DE TRACHANAS AVEC LOUZA, CÂPRES, FROMAGE "SAN MICHALI" ET CONFITURE DE TOMATES



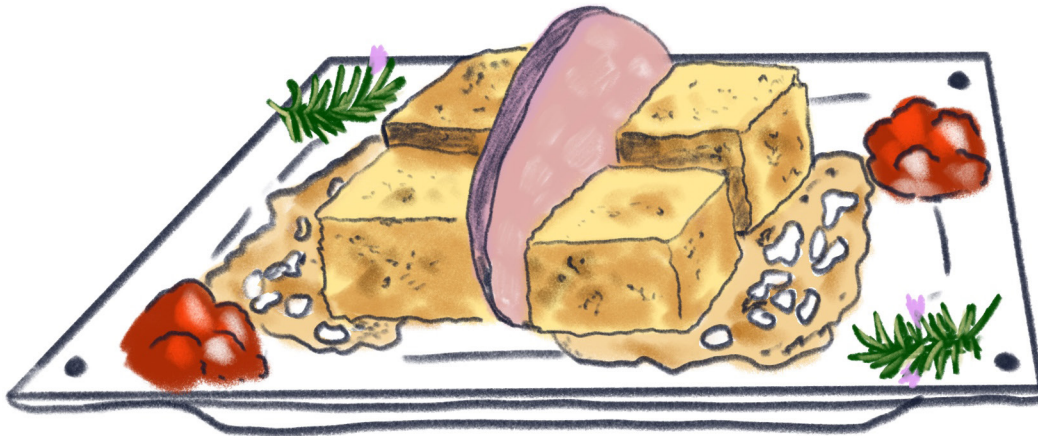
Μπουκιές τραχανά με λούζα, κάπαρη, τυρί «Σαν Μιχάλη»
και μαρμελάδα ντομάτας



trachanas (sorte de pâtes) aigres, fromage San Michali, louza (charcuterie traditionnelle), farine, chapelure, tomates, vanille.



ξινός τραχανάς, τυρί Σαν Μιχάλη, λούζα, αλεύρι, τριμμένη φρυγανιά, ντομάτες, βανίλια.



Nous présentons un plat traditionnel, tout en étant créatif et sophistiqué. Le trachanas constitue un plat à l'identité gustative marquée. La louza et les câpres ont été sélectionnées pour leur lien avec la cuisine insulaire grecque.

Παρουσιάζουμε ένα παραδοσιακό πιάτο με δημιουργικό και εκλεπτυσμένο χαρακτήρα. . Ο τραχανάς αποτελεί ένα έδεσμα με έντονη γευστική ταυτότητα. Η λούζα και η κάπαρη επιλέχθηκαν για τη στενή τους σύνδεση με την ελληνική νησιωτική γαστρονομία.

Partenaire méditerranéen: I.I.S. E. Maggia de Stresa (Italie)

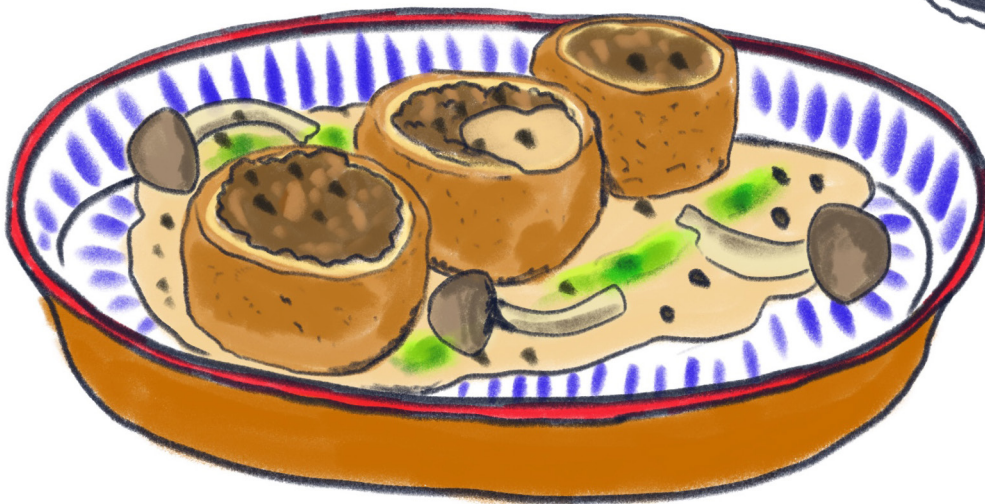
CANNOLI VÉGÉTARIENS "PASTITSIO"

Cannoli λαχανικών "παστίτσιο"



champignons de saison, concentré de tomates, piment moulu, sauce béchamel : beurre, farine, lait, cannellonis, chapelure.

Κύρια υλικά :μανιτάρια εποχής, πάστα ντομάτας, μπαχάρι τρίμμα, μπεσαμέλ : βούτυρο, αλεύρι, γάλα, κανελόνια, τριμμένο ψωμί



Une approche alternative du « pastitsio » grec traditionnel, avec un riche ragoût de champignons et une sauce béchamel, à l'intérieur d'une enveloppe croustillante de cannelloni.

Μια εναλλακτική προσέγγιση του παραδοσιακού παστίτσιου με πλούσιο ραγού μανιταριών και μπεσαμέλ, μέσα σε τραγανό φλοιό από κανελόνι.

Partenaire méditerranéen: Centre des Etudes et des Métiers de Tourisme de Djerba (Tunisie)

Ecole : SAEK de Kalamata - ΣΑΕΚ Καλαμάτας

LE SUCRÉ



LE CROUSTILLANT D'OR DE DJEBBA

عنوان الطبق : قرموشة جبّة الذهبية



figes de Djebba (A.O.C), feuilles de brick, miel local, noix torréfiées, sel fin.

تين جبّة ، ورقة بريك ، عسل محليّ ، جوز محمّص ، ملح ناعم



حلوى استثنائية تُكرّم تين جبّة (تسمية المنشأ المراقبة) ، تمزج رقّة
ورقة البريك بطابع العسل الجبليّ المحليّ.

Un dessert d'exception qui met
à l'honneur la figue de Djebba
(A.O.C), mariant la finesse de la
feuille de brick au caractère du
miel des montagnes.

Aïn Draham est située au nord de la Tunisie, non loin de la frontière algérienne dans la région montagneuse de la Kroumirie (ou Khroumirie), offrant de denses forêts de chêne-liège. C'est dans leur écorce qu'étaient fabriquées les ruches traditionnelles qui donnent un miel réputé pour sa qualité exceptionnelle.

Partenaire méditerranéen : SAEK de Livadeia, Grèce

SOLEIL DE GRÈCE SOLE DI GRECÌA



farine d'amandes, farine de blé, miel, cédrats, yaourt grec, crème fraîche, œufs, beurre, sucre

farina di mandorle, farina di grano, miele, cedri, yogurt greco, panna fresca, uova, burro, zucchero



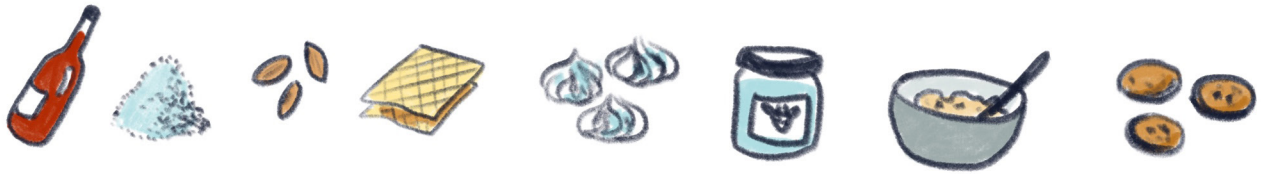
Ce soleil délicat à base de miel, yaourt grec et amandes, rend hommage aux saveurs et à la générosité de nos amis grecs. Notre tartelette onctueuse, aux notes fraîches et parfumées, associe des produits emblématiques du bassin méditerranéen, tels que le cédrat.

Questo sole delicato a base di miele, yogurt greco e mandorle rende omaggio ai sapori e alla generosità dei nostri amici greci. La nostra crostatina cremosa, dalle note fresche e profumate, unisce prodotti emblematici del bacino del Mediterraneo, come il cedro.

Partenaire méditerranéen / Partner mediterraneo: SAEK de Kateríni, Grèce / Lycée hôtelier Paul Arène, Sisteron, France

LE PONT DE RUBIS

IL PONTE DI RUBINO



vin Chatus de l'Ardèche, sucre, feuilles de gélatine, amandes, meringue italienne, crème liquide, crème pâtissière, macarons de Joyeuse

farina di mandorle, farina di grano, miele, cedri, yogurt greco, panna fresca, uova, burro, zucchero



Inspirée par le majestueux Pont d'Arc, notre plat met en lumière l'un des piliers de la pâtisserie italienne: le semifreddo, et symbolise le dépassement des frontières et l'union entre les peuples. Diomède, héros conducteur de notre menu, se transforme ici en emblème de fraternité universelle.

Ispirato dal maestoso Ponte d'Arc, il nostro piatto mette in luce uno dei pilastri della pasticceria italiana: il semifreddo, e simboleggia il superamento delle frontiere e l'unione tra i popoli. Diomede, eroe conduttore del nostro menù, si trasforma qui in emblema di fraternità universale.

Partenaire méditerranéen / Partner mediterraneo: SAEK de Dráma, Grèce /
Lycée hôtelier de Largentière, France

Lycée hôtelier Ruggiero Bonghi, Lucera, Pouilles

Remerciements

un projet porté par:

Nous remercions les partenaires qui ont accompagné GustOdyssée



Ce livre est la mise en valeur
artistique de GustOdysée, un
festival d'initiatives pour une
gastronomie engagée en Méditerranée
porté par les instituts français de Grèce,
d'Italie et de Tunisie en 2026.
Vous y découvrirez les origines
du projet, ses objectifs et ses
principaux acteurs, ainsi que
la présentation des créations
réalisées par les élèves dans le
cadre du concours culinaire qui
invitait à imaginer les petits plats
conviviaux de demain.
Nous espérons que cette lecture
vous ouvrira l'appétit et s'il vous
reste un petit creux, rejoignez
l'aventure lors de la prochaine édition !