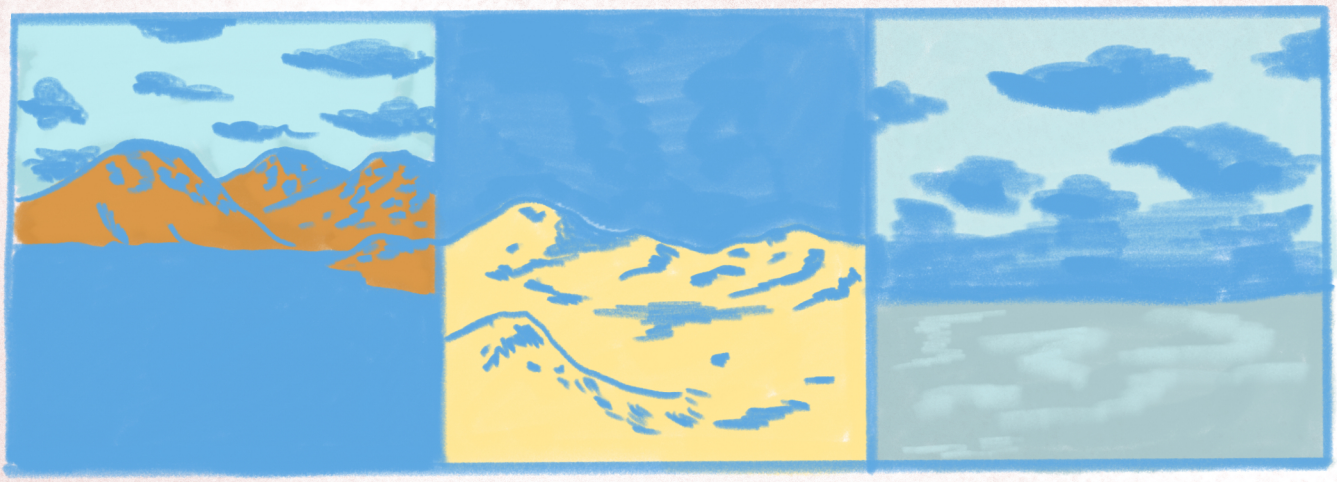
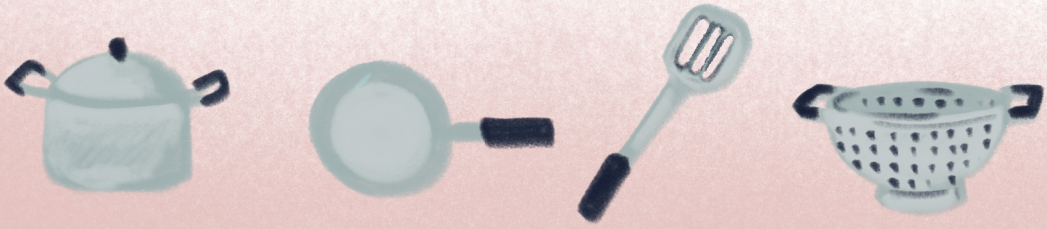


GUSTODYSSÉE :

LA CUISINE EN PARTAGE



Odyssée culinaire autour de la Méditerranée





Chers lecteurs, chers amis de la gastronomie et de la langue française,

La gastronomie est bien plus qu'un art de vivre. Elle est un langage universel qui relie les cultures, transmet les savoirs et nourrit le dialogue entre les peuples. C'est avec gourmandise que je préface ce recueil de recettes, fruit de la 3ème édition de *Gusto* (intitulée *GustOdyssée*), un projet qui s'inscrit pleinement dans l'esprit du Traité du Quirinal qu'ont signé, en 2021, la France et l'Italie. Il contribue, en effet, à valoriser la formation professionnelle, à promouvoir l'apprentissage du français dans les filières d'excellence et à renforcer les coopérations entre l'Italie et la France.

Au fil des pages de cet ouvrage, le lecteur découvrira bien davantage que des recettes. Chaque création raconte un parcours de formation, une rencontre entre élèves, enseignants et professionnels. Ce livre témoigne de la richesse d'une coopération éducative qui fait dialoguer les langues, les savoir-faire et les cultures, tout en révélant le talent d'une nouvelle génération de jeunes passionnés par les métiers de la gastronomie.

Cette année, notre voyage culinaire revêt une dimension toute particulière. En s'inscrivant au cœur de la *Saison Méditerranée* portée par le ministère de l'Europe et des Affaires étrangères, *GustOdyssée* a élargi son horizon et affirmé sa vocation méditerranéenne. Grâce à une collaboration inédite entre les Instituts français d'Italie, de Grèce et de Tunisie, le projet a fait de la cuisine un formidable espace de coopération régionale, où les traditions culinaires s'enrichissent et se réinventent.

Au-delà des techniques et des saveurs, cette initiative est avant tout une aventure humaine et éducative. En faisant du français le trait d'union entre les participants, *GustOdyssée* rappelle que notre langue constitue un véritable vecteur de partage, de formation et d'ouverture professionnelle pour les jeunes. Les masterclasses, les webinaires et les nombreux échanges qui ont rythmé cette édition ont permis de tisser des liens durables entre établissements, enseignants, élèves et professionnels.

Je tiens à saluer l'engagement remarquable de l'Institut français Italia, des Instituts français de Grèce et de Tunisie, du réseau des Alliances Françaises d'Italie ainsi que des réseaux de formation hôtelière partenaires en Italie (le Re.Na.I.A) et, en France, les Campus des métiers et des qualifications (CMQ) et les académies. Ma reconnaissance va également à l'ensemble des intervenants qui ont animé les webinaires de formation et les rencontres thématiques tout au long de l'année, contribuant largement à la qualité et au rayonnement de cette édition.

Je souhaite, enfin, adresser mes plus sincères félicitations aux élèves et aux enseignants de la voie professionnelle qui se sont investis avec enthousiasme, créativité et exigence dans cette aventure. Par leur talent, ils rendent hommage aux patrimoines culinaires de leur pays tout en inventant une gastronomie tournée vers l'avenir, aussi excellente qu'attentive aux enjeux de durabilité, de transmission et de partage.

Puisse cette *Gustodyssée* témoigner de la vitalité de l'amitié entre la France, l'Italie, la Grèce et la Tunisie, et rappeler que la langue française, comme la gastronomie, est avant tout une invitation à la rencontre et au partage.

Je vous souhaite une délicieuse odyssée gourmande.

Anne-Marie Descôtes, Ambassadrice de France en Italie

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 des cycles secondaires et post-secondaires de l'enseignement professionnel ont relevé le défi qui leur était proposé : imaginer les petits plats conviviaux méditerranéens de demain (mezzés, antipasti, tapas, etc.) 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 KERAIRIA 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 des 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.

Après les succès de *Gustophonie* et *Gustofolies*, *GustOdyssée* constitue la troisième édition du projet « Gusto », initié par l'Institut français Italia. Destiné aux apprenants de français des lycées hôteliers italiens, ce projet met à l'honneur leur créativité tout en sensibilisant les futurs professionnels aux enjeux d'une alimentation juste, durable et responsable. Il s'inscrit pleinement dans les objectifs du Traité du Quirinal en matière de coopération dans l'enseignement et la formation professionnels, en favorisant l'apprentissage du français dans les filières professionnelles et en encourageant le développement de partenariats durables entre établissements italiens et français.

GustOdyssée en chiffres :

1600 élèves et étudiants participants
22 classes françaises (18 établissements)
36 classes grecques (30 établissements)
37 équipes tunisiennes (8 établissements)
41 classes italiennes (40 établissements)

GustOdyssée: la cuisine condivisa, odissea culinaria attorno al Mediterraneo

GustOdyssée è un progetto pedagogico pluridisciplinare guidato dagli Instituts français di Grecia, Italia e Tunisia, volto a di valorizzare l'insegnamento professionale e la pratica della lingua francese in questi paesi del bacino mediterraneo. Nato, nel 2024, in Italia e esteso alla Grecia nel 2025, il progetto ha assunto una vera e propria dimensione regionale nel 2026 nell'ambito della *Saison Méditerranée*.

GustOdyssée ruota attorno ad un concorso di cucina in lingua francese organizzato simultaneamente in Grecia, in Italia e in Tunisia, in collaborazione con delle scuole in Francia. 1600 alunni delle scuole secondarie di secondo grado e post-secondarie hanno accettato la sfida che è stata proposta loro: immaginare i piatti conviviali mediterranei di domani (mezze, antipasti, tapas, ecc.) e presentarli in un video in francese. Le ricette dovevano essere creative, ispirarsi alle tecniche e ai prodotti delle tradizioni culinarie dei Paesi della regione del mediterraneo e tenere conto delle sfide di sostenibilità e del rispetto dell'ambiente.

Per accompagnare gli studenti e i loro insegnanti, sono stati organizzati dei webinar tenuti da professionisti a destinazione delle scuole partecipanti. Lo storico tunisino Imed ATTIG, lo storico e curatore di mostre francese Edouard DE LAUBRIE, la cheffe francese stellata Michelin Nolwenn CORRE, lo chef greco Aristotelis MEGOULAS, la cheffe e etnologa marocchina Fatema HAL, la cheffe e stilista culinaria franco-algerina Mehdiya KERAIRIA hanno così potuto condividere le loro idee sulla cucina mediterranea e le loro pratiche. Sono stati proposti ai docenti anche moduli di formazione sull'insegnamento del francese per obiettivi specifici (FOS).

Inoltre, ogni classe iscritta al concorso è stata messa in contatto con una classe di un altro paese che partecipava al progetto al fine di confrontarsi sulle tradizioni culinarie e sui prodotti locali della regione. Le ricette proposte in questo libro sono mescolanze di sapori, tradizioni e innovazioni di giovani cuochi della regione del Mediterraneo.

Infine, dopo le valutazioni delle giurie nazionali, sono stati designati i vincitori in ogni paese. Un grande evento di chiusura è stato organizzato all'Institut de Formation dans les Métiers du Tourisme de Djerba, in Tunisia, che ha accolto le squadre finaliste tunisine, le due squadre vincitrici del concorso in Italia e in Grecia, ed anche una delegazione del liceo Anne-Sophie PIC di Toulon.

Dopo il successo di *Gustophonie* e *Gustofolies*, *GustOdyssée* costituisce la terza edizione del progetto « Gusto », avviato dall'Institut français Italia. Destinato agli studenti di lingua francese degli istituti alberghieri italiani, questo progetto mette in risalto la loro creatività, sensibilizzando i futuri professionisti alle sfide di un'alimentazione equa, sostenibile e responsabile. Questo progetto si iscrive pienamente negli obiettivi del Trattato del Quirinale in materia di cooperazione nel settore dell'istruzione e della formazione professionale, valorizzando lo studio del francese nelle scuole professionali e incoraggiando lo sviluppo di partenariati duraturi tra istituti italiani e francesi.


Paris
FRANCE
N
O
E
S


ITALIE
Rome
GRÈCE
Athènes
Tunis
TUNISIE

LE FROID



Caresse marine لمسة البحر



Crevettes, œufs de seiche, aubergines, fromages, agrumes, feuilles de brick, pommes de terre, pois chiches, sardines, amandes, harissa, kataifi, feta, poivrons, olives noires, pistaches, huile d'olive

جمبري ، بيض الحبّار ، باذنجان ، أجبان ، حمضيّات ، ورق البريك ، بطاطا ، حمّص ، سردين ، لوز ، هريسة ، كنافة ، فيتا ، فلفل ، زيتون أسود ، فستق حلبي ، زيت زيتون



ثلاثيّة من المقبّلات المالحة المستوحاة من المتوسّط ،
تُقدّم على فراش من العدس : سلّة بريك بتَرتار
الجمبري وكريمة الباذنجان

Trois amuse-bouches salés d'inspiration méditerranéenne, dressés sur un nid de lentilles : une tartelette de brick au tartare de crevettes et mousse d'aubergine.

Équipe "La Perle Méditerranéenne" - Institut de Formation dans les Métiers du Tourisme - Sousse El-Kantaoui, Tunisie

Partenaire méditerranéen : SAEK de Livadeia, Grèce

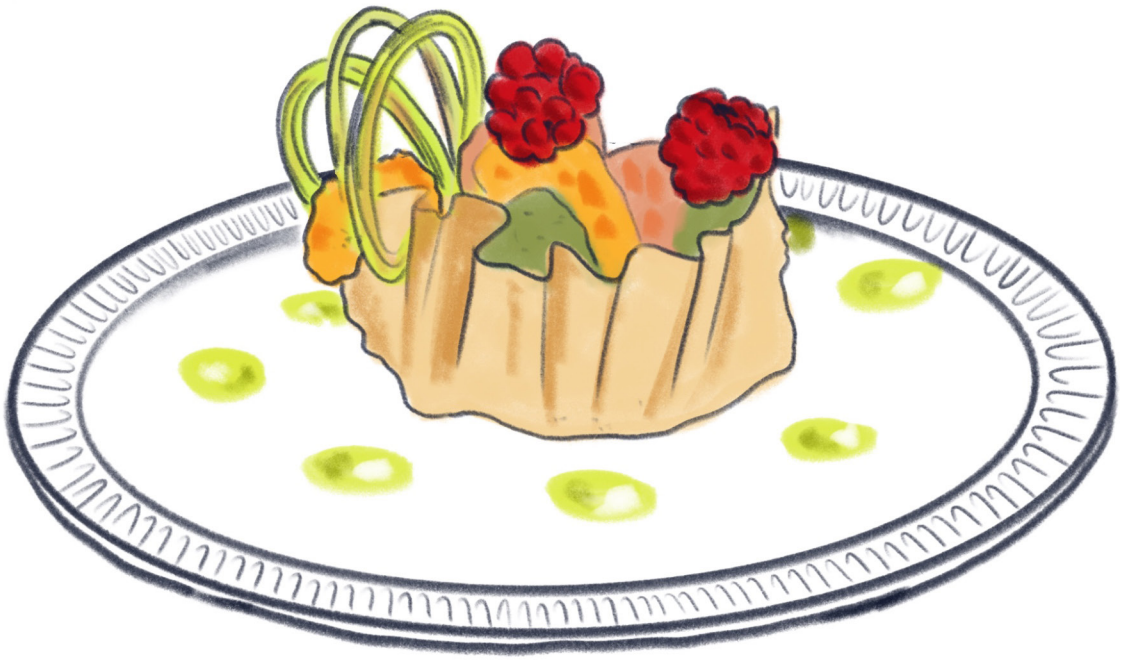
Panier d'artichauts aux agrumes de Campanie

Cestino di carciofi agli agrumi della Campania



Artichauts, citrons de Sorrente IGP, oranges, pamplemousses roses, huile d'olive vierge extra, menthe fraîche, pâte phyllo, framboises

Carciofi, limoni di Sorrento IGP, arance, pompelmi rosa, olio extra vergine di 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 phyllo, nous avons voulu rendre hommage aux cuisines du Moyen-Orient ainsi qu'à celle de la Grèce.

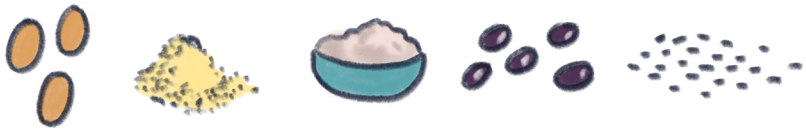
Nella nostra ricetta, gli agrumi della Campania, famosi per il loro profumo intenso e la loro freschezza, svolgono un ruolo centrale. Associati al carciofo, e soprattutto alla pasta fillo, abbiamo voluto rendere omaggio alle cucine del Medio Oriente così come a quella della Grecia.

Lycée hôtelier Vincenzo Capello, Piedimonte Matese, Campanie, Italie

Partenaire méditerranéen : Lycée hôtelier Georges Frêche, Montpellier, France

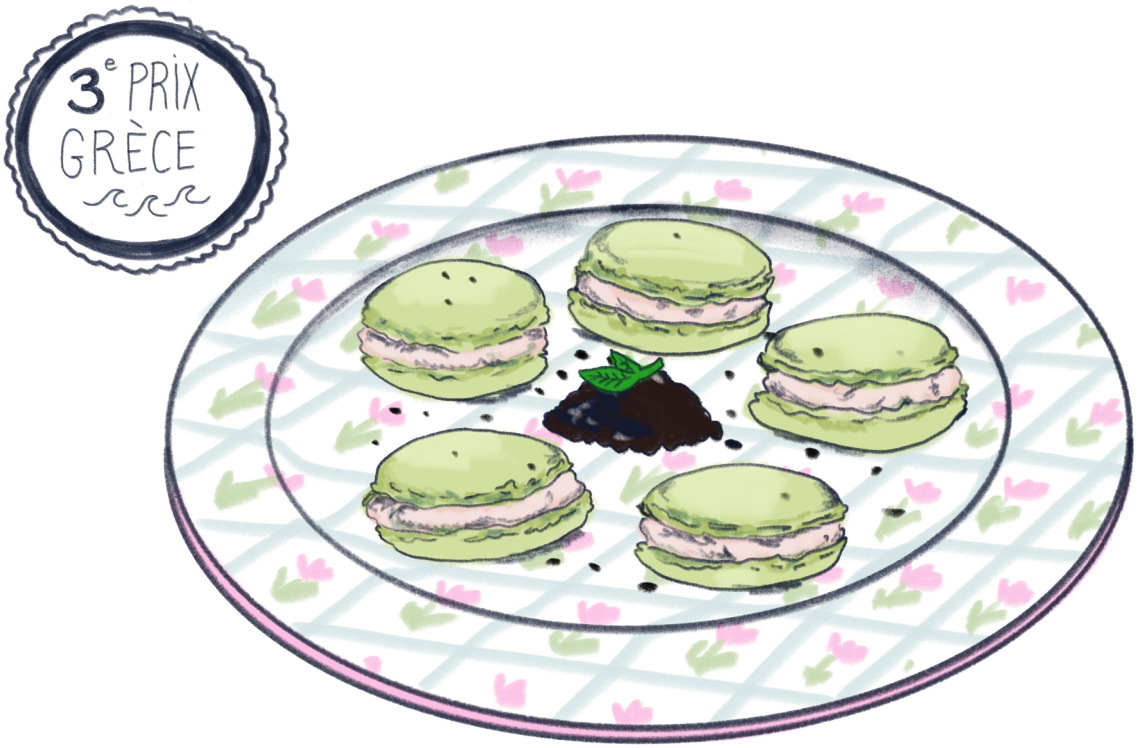
Macarons à la mousse de tarama et pâte d'olives

Μακαρόν με μους ταραμά & πάστα ελιάς καλαμών



Oeufs, poudre d'amande, tarama blanc, olives de Kalamata, sésame noir

Αυγά, πούδρα αμυγδάλου, λευκός ταραμάς, ελιές Καλαμών, μαύρο σουσάμι



Une recette sucrée-salée originale pour l'apéritif !

Μια πρωτότυπη συνταγή με γλυκή-αλμυρή γεύση για να συνοδεύσει το απεριτίφ σας!

SAEK Ilioupolis, Grèce

Partenaire méditerranéen : École Hôtelière de la Vallée d'Aoste, Châtillon, Italie

Dattes farcies à la ricotta

تمر محشو بجبنة الريكوتا



Dattes, ricotta, thon, olives vertes, câpres, persil, huile d'olive, pistaches, sel, poivre

تمر ، جبن ريكوتا ، تونة ، زيتون أخضر ، كبر ، بقدونس ، زيت زيتون ، فستق حلبي ، ملح ، فلفل أسود



Une datte dénoyautée farcie de ricotta relevée de thon, d'olives vertes, de câpres et de persil.

Notre recette propose un mariage subtil de douceur et de texture crémeuse mettant en avant les fruits du terroir.

يُحشى التمر المنزوع النواة بجبن الريكوتا المتبّل بالتن والزيتون الأخضر والكبّار والبقدونس

تقترح وصفتنا مزيجًا رقيقًا من الحلاوة والقوام الكريمي يُبرز ثمار المنطقة

Tozeur est la plus grande des cinq oasis que compte le Jérid. Les plus anciennes palmeraies de la ville ont probablement été plantées dès l'Antiquité. On y cultive en particulier la variété Deglet Nour.

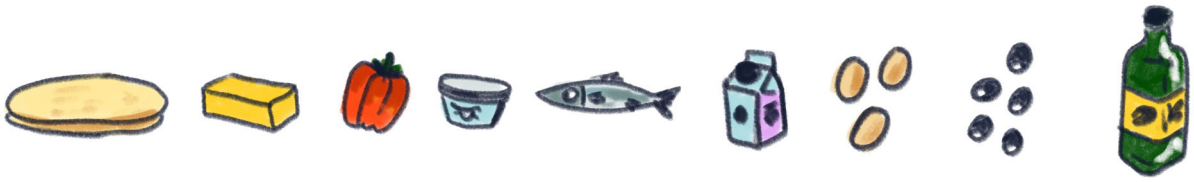
توزر هي كبرى واحات الجريد الخمس ، ويُرجَّح أن أقدم نخيل المدينة غُرس منذ العصور القديمة وتُزرع فيها على وجه الخصوص صنف دقلة النور

Équipe "Les Palmeraies" - École de Formation dans les Métiers du Tourisme - Tozeur, Tunisie

Partenaire méditerranéen : Lycée hôtelier Paolo Calleri, Pachino, Sicile, Italie

L'Ondulance marine

التموّج البحريّ



Feuilles de brick, beurre, ricotta, filets de merlan (ou lieu jaune), crème liquide, œufs, coulis de poivrons rouges, poudre d'olive noire, aneth, huile d'olive

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



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

Un cannelloni revisité croustillant composé d'une feuille de brick garnie d'une mousseline de merlan et de ricotta, posé sur un coulis de poivrons rouges.

Équipe "Les Chefs Carthaginois" - École de Formation dans les Métiers du Tourisme - Sousse Nord, Tunisie

Partenaire méditerranéen : Lycée hôtelier Piersanti Mattarella, Castellammare del Golfo et Alcamo, Sicile, Italie

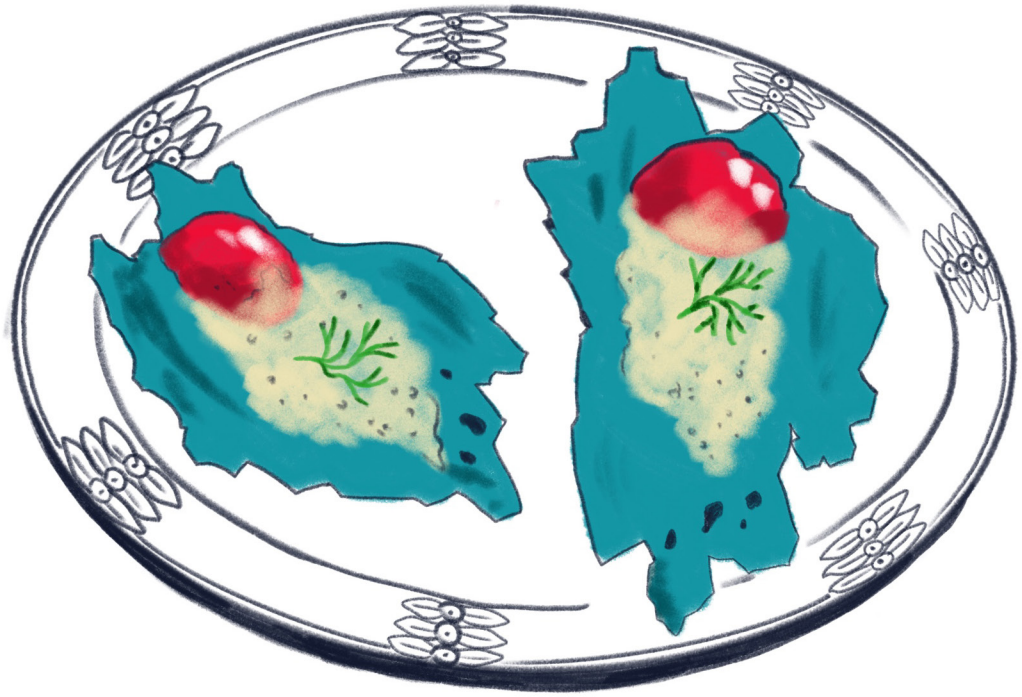
Naufrage à Ogygie

Naufragio a Ogigia



Moules, crème, sel, colorant de betterave, agar agar, eau, citrons, sucre, aneth ou fenouil sauvage, spiruline bleue et farine

Cozze, panna, sale, colorante di barbabietola, agar agar, acqua, limoni, zucchero, aneto o finocchio selvatico, spirulina blu e farina



Notre plat coloré repose sur un jeu de contrastes, entre le croustillant et le crémeux, dont l'idée nous a été soufflée par nos amis de Toulouse. Comme Calypso envers Ulysse, vous aussi serez émerveillés par ce goût simple et intense que vous ne voudrez plus jamais quitter !

Il nostro piatto colorato si basa su un gioco di contrasti, tra il croccante e il cremoso, l'idea ci è stata suggerita dai nostri amici di Tolosa. Come Calypso verso Ulisse, anche voi sarete incantati da questo gusto semplice e intenso a cui non vorrete più rinunciare!

Lycée hôtelier Lazzaro Spallanzani, Castelfranco Emilia, Émilie-Romagne, Italie

Partenaires méditerranéens : Lycée Professionnel Renée Bonnet, Toulouse, France / SAEK AKMI, Le Pirée, Grèce

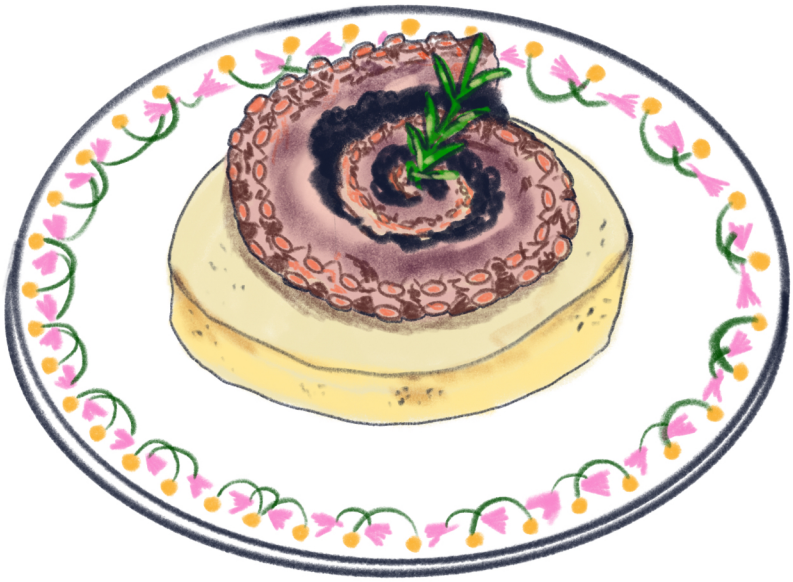
Évasion marine sur pain tabouna traditionnel

رحلة بحريّة على خبز الطابونة التقليديّ



Pain tabouna, tapenade d’olives noires (olives, câpres, anchois, ail), poulpe grillé, crevettes grillées, micro-pousses de basilic, poivre noir, huile d’olive

خبز الطابونة ، معجون الزيتون الأسود (زيتون ، كبّار ، أنشوة ، ثوم) ، أخطبوط مشويّ ، جمبري مشويّ ، براعم الريحان ، فلفل أسود ، زيت زيتون



مقبّل ذو طابع تونسيّ أصيل على خبز الطابونة المحمّص قليلًا ، مزيّن بمعجون الزيتون الأسود والأخطبوط المشويّ والجمبري

Un amuse-bouche aux inspirations tunisiennes composé de pain tabouna légèrement toasté, garni de tapenade d’olives noires, de poulpe grillé et de crevettes.

Équipe “Les Reines des Saveurs” - École de Formation dans les Métiers du Tourisme - Monastir, Tunisie

Partenaires méditerranéens : Lycée hôtelier Amerigo Vespucci, Milan, Lombardie, Italie / Lycée hôtelier Jeanne et Paul Augier, Nice, France

Terre et mer

Γη και θάλασσα



Anguille, dakos (biscottes crétoises), fava (pois cassés), salade verte, pamplemousses

Καπνιστό χέλι, κρητικός ντάκος, φάβα, πράσινη σαλάτα, γκρέιπφρουτ

2e PRIX GRÈCE



Πάνω στον κρητικό ντάκο απλώνουμε μια στρώση από τη φάβα και προσθέτουμε λίγη πράσινη σαλάτα, για να χαρίσουμε φρεσκάδα στο πιάτο. Τοποθετούμε το φιλέτο καπνιστού χελιού και ολοκληρώνουμε με φιλέτα γκρέιπφρουτ, τα οποία προσθέτουν μια διακριτική οξύτητα και ισορροπούν αρμονικά τις γεύσεις.

Sur le dakos crétois, étaler une couche de fava et ajouter un peu de salade verte pour apporter de la fraîcheur au plat. Déposer le filet d'anguille fumée et terminer avec des suprêmes de pamplemousse qui apportent une légère acidité et un bon équilibre des saveurs.

SAEK expérimental de Glyfada, Grèce

Partenaire méditerranéen : Lycée Guglielmo Marconi, Sicile, Italie

Échos de la mer

Echi del mare



Farine de blé, beurre, eau, encre de seiche, oeufs, sel, moules de La Spezia, pois chiches de Châteauvert, Lardo di Colonnata IGP, huile d'olive vierge extra Quercetano "Slow Food", pain toscan AOP, ail, romarin, sauge, citrons de Toulon, ail

Farina di grano, burro, acqua, inchiostro di seppia, uova, sale, cozze di La Spezia, ceci di Châteauvert, Lardo di Colonnata IGP, olio extra vergine di oliva Quercetano «Slow Food», pane toscano AOP, aglio, rosmarino, salvia, limone di Tolone, aglio



Nos « Échos de la mer » sont des moules en trompe-l'œil dressés autour d'une sirène en pain, inspirée d'un modèle conservé au Mucem de Marseille. Cette création symbolise notre Odyssée culinaire et met l'accent sur la Méditerranée comme terre de mythes et de bonne table.

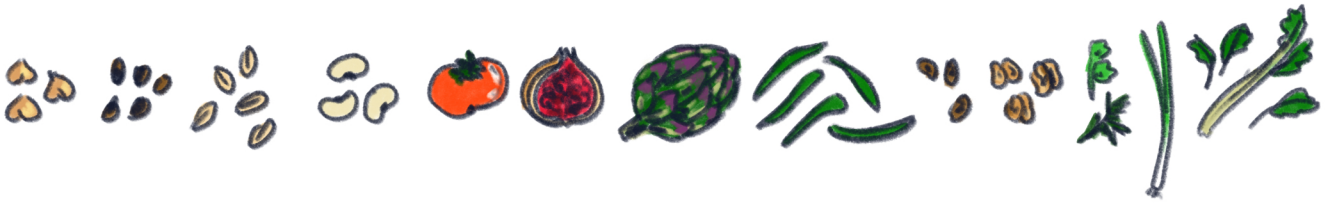
I nostri «Echi del mare» sono stampi trompe-l'œil disposti attorno a una sirena di pane, ispirata a un modello conservato al Mucem di Marsiglia. Questa creazione simboleggia la nostra Odissea culinaria e mette l'accento sul Mediterraneo come terra di miti e di buona cucina.

Lycée Giuseppe Minuto, siège de Marina di Massa, Toscane, Italie

Partenaires méditerranéens : SAEK DYPA, Oraiokastro, Grèce / Lycée hôtelier Anne-Sophie Pic, Toulon, France

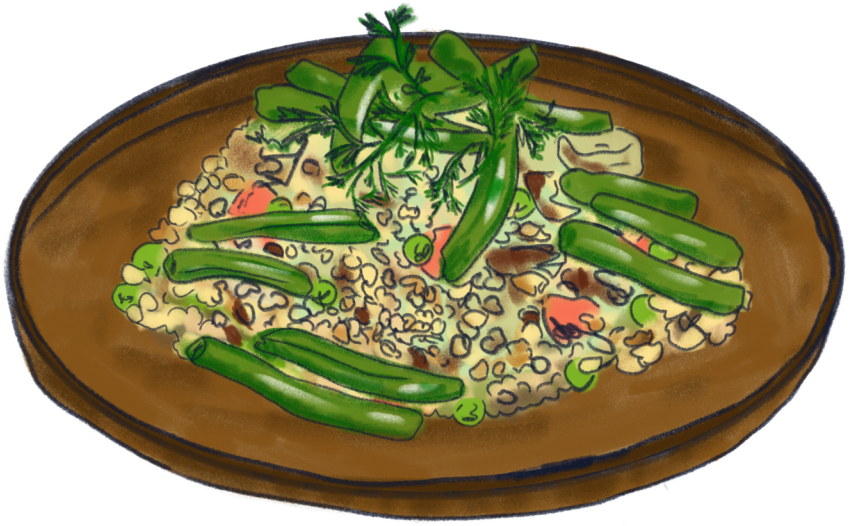
Labyrinthe minoen des saveurs

Μινωικός λαβύρινθος γεύσεων



Pois chiches, sarrasin, blé, haricots blancs, tomates, grenades, artichauts, haricots verts, raisins secs, noix, persil, aneth, oignon frais, menthe poivrée, dictame (herbe de Crète), fenouil

Ρεβίθια, φαγόπυρο, σιτάρι, λευκά φασόλια, ντομάτες, ρόδια, αγκινάρες, φασολάκια, σταφίδες Σουλτανίνα, καρύδια, μαϊντανός, άνηθος, φρέσκο κρεμμυδάκι, δυόσμος, δίκταμο (βότανο της Κρήτης), μάραθος



Le labyrinthe minoen des saveurs, un plat aux multiples dimensions, est un voyage gastronomique qui raconte le trésor de la diète méditerranéenne à travers ses ingrédients.

Ο Μινωικός λαβύρινθος γεύσεων, ένα πιάτο με πολυδιάστατα στοιχεία, αποτελεί ένα γαστρονομικό ταξίδι που αφηγείται τον θησαυρό της μεσογειακής διατροφής μέσα από τα υλικά του.

SAEK de tourisme d'Héraklion, Grèce

Partenaire méditerranéen : École Hôtelière de la Vallée d'Aoste, Châtillon, Italie

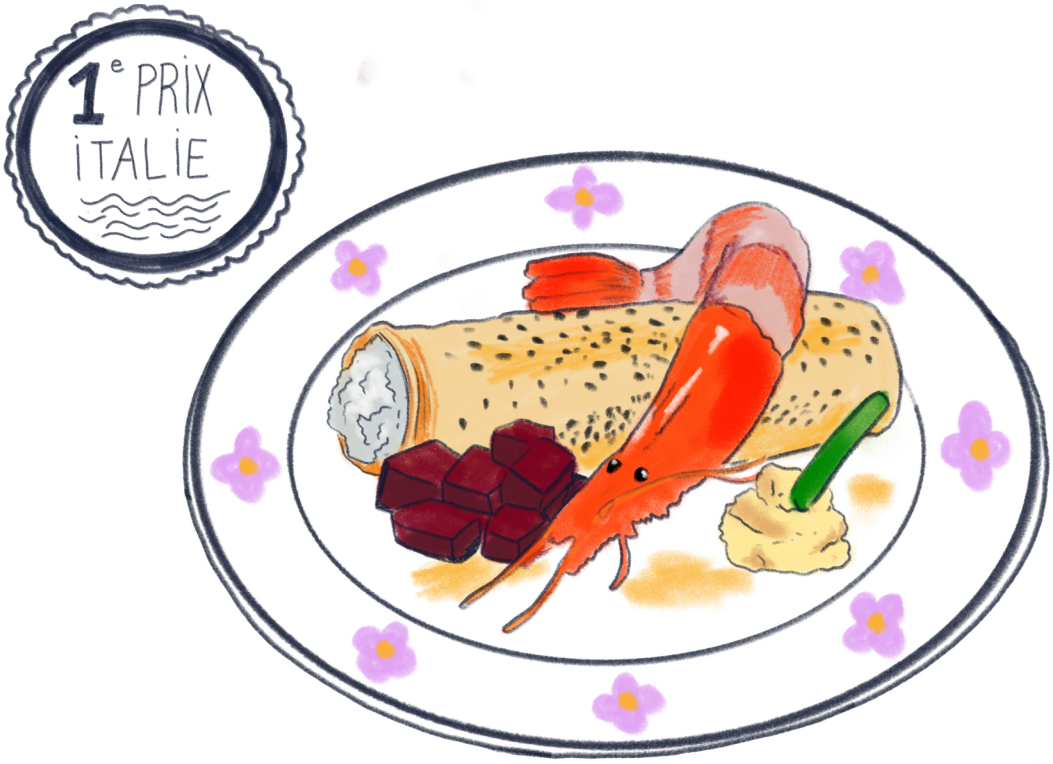
Cannolo salé de l'Odyssée

Cannolo salato dell'Odissea



Ricotta de brebis des Nébrodes, crevettes rouges de Sicile, pâte malsouka, pois chiches, betteraves, citrons verts, menthe fraîche, graines de pavot

Ricotta di pecora dei Nebrodi, gamberi rossi di Sicilia, pasta malsouka, ceci, barbabietole, lime, menta fresca, semi di papavero



Notre cannolo manifeste notre philosophie : une ode à l'union et à la célébration de la Méditerranée à travers une cuisine contemporaine. En réinventant notre plus célèbre pâtisserie, nous avons voulu lier les monts Nébrodes, la côte de Santo Stefano di Camastra et celle de nos amis de Monastir.

Il nostro cannolo incarna la nostra filosofia: un'ode all'unione e alla celebrazione del Mediterraneo attraverso una cucina contemporanea. Reinventando il nostro dolce più famoso, abbiamo voluto unire i monti Nebrodi, la costa di Santo Stefano di Camastra e quella dei nostri amici di Monastir.

Lycée hôtelier Alessandro Manzoni, siège de Santo Stefano di Camastra, Sicile, Italie

Partenaire méditerranéen : École de Formation dans les Métiers du Tourisme de Monastir, Tunisie

Le tartare de la Méditerranée

Το ταρταρ της μεσογείου



Farine complète, de blé et de caroube, sardines, anchois, carottes, oignons, fenouil, oranges, aneth, persil, piment, ail

Αλεύρι ολικής άλεσης, αλεύρι σίτου και χαρουπιού, σαρδέλες, αντζούγιες, καρότα, κρεμμύδια, μάραθος, πορτοκάλι,, άνηθος, μαϊντανός, τσίλι, σκόρδο





Des poissons marinés avec une gremolata-chimichurri, servis sur un pain de caroube fait maison avec une sauce aioli.

Μαριναρισμένα ψάρια με γκρεμολάτα–τσιμιτσούρι, σερβιρισμένα πάνω σε σπιτικό ψωμί χαρουπιού συνοδευόμενα από σάλτσα αϊόλι.

SAEK de Kalamata, Grèce

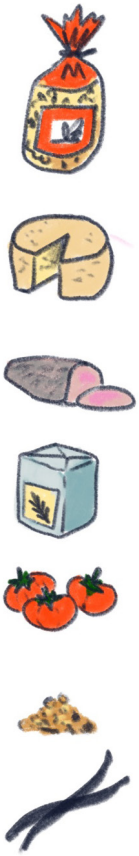
Partenaire méditerranéen : Centre des Etudes et des Métiers de Tourisme de Djerba, Tunisie

LE CHAUD



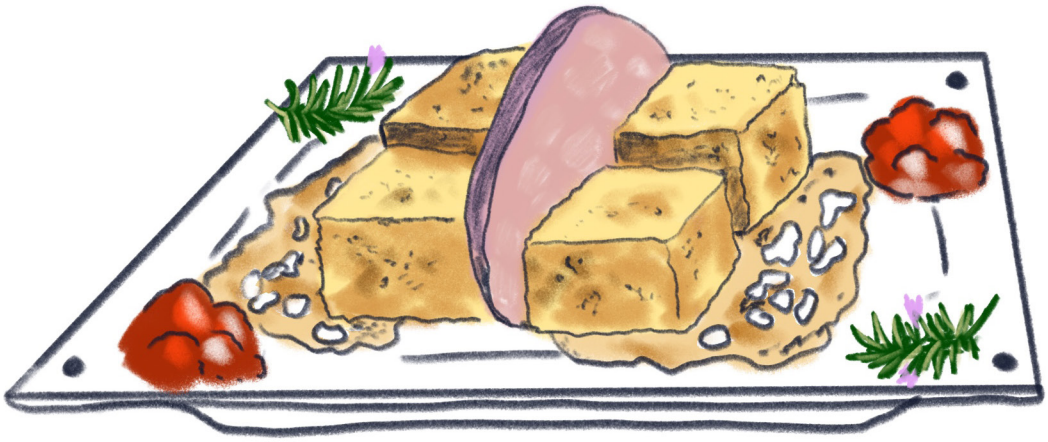
Bouchées de trachanas avec louza, câpres, fromage « San Michali » et confiture de tomates

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.

SAEK Syros, Grèce

Partenaire méditerranéen : Lycée Erminio Maggia, Stresa, Piémont, Italie

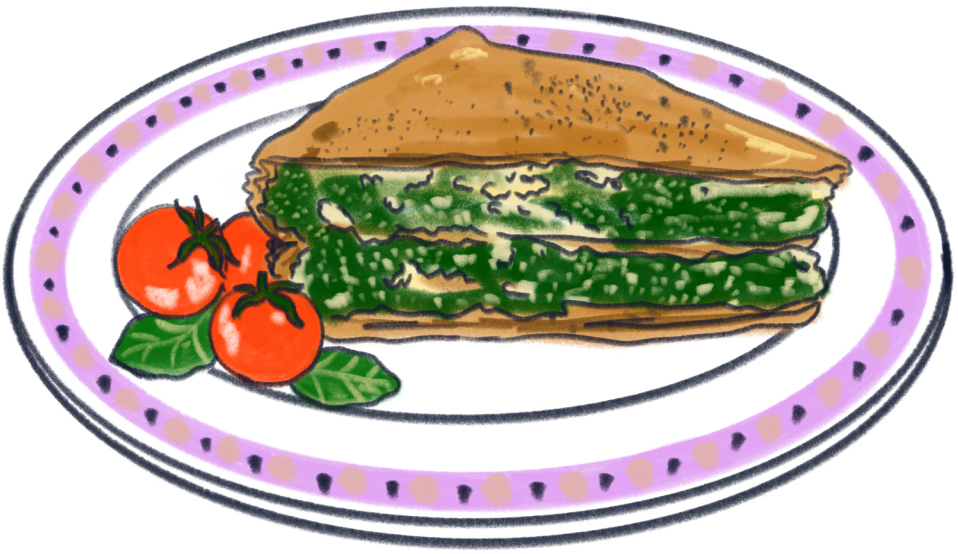
Pugliakopita

Pugliakopita



Pâte phyllo, épinards, ricotta des Pouilles, tomates séchées, huile d'olive vierge extra

Pasta fillo, spinaci, ricotta pugliese, pomodori secchi, olio extra vergine di oliva



Notre « Pugliakopita » est une revisitation de la spanakopita, tourte aux épinards grecque, mettant à l'honneur la ricotta, produit laitier typique de notre région, et les tomates séchées, ingrédient local séché en été pour en disposer pendant tout l'hiver.

La nostra «Pugliakopita» è una rivisitazione della spanakopita, torta di spinaci greca, che mette in risalto la ricotta, prodotto caseario tipico della nostra regione, e i pomodori secchi, ingrediente locale essiccato in estate per averlo a disposizione durante tutto l'inverno.

Lycée hôtelier Ettore Majorana, Bari, Pouilles, Italie

Partenaire méditerranéen : École de Formation dans les Métiers du Tourisme de Monastir, Tunisie

Cube de l'Odyssée

Cubo dell'Odissea



Espadon de Sicile, amandes, poivre rose, blancs d'oeufs, pommes de terre violettes, coriandre, persil, ail, cumin, citrons, huile d'olive vierge extra

Pesce spada di Sicilia, mandorle, pepe rosa, albumi, patate viola, coriandolo, prezzemolo, aglio, cumino, limoni, olio extra vergine di oliva





Cette création met à l'honneur l'espadon de nos côtes dans une approche où l'excellence gastronomique et la responsabilité environnementale se rejoignent. La chermoula tunisienne, proposée par nos amis tunisiens, vient faire dialoguer nos deux rives et cuisines.

Questa creazione celebra il pesce spada delle nostre coste in un approccio in cui l'eccellenza gastronomica e la responsabilità ambientale si incontrano. La chermoula tunisina, proposta dai nostri amici tunisini, mette in dialogo le nostre due rive e cucine.

Lycée hôtelier Alessandro Manzoni, siège de Santo Stefano di Camastra, Sicile, Italie

Partenaire méditerranéen : École de Formation dans les Métiers du Tourisme de Monastir, Tunisie

Cannoli végétariens « pastitsio »

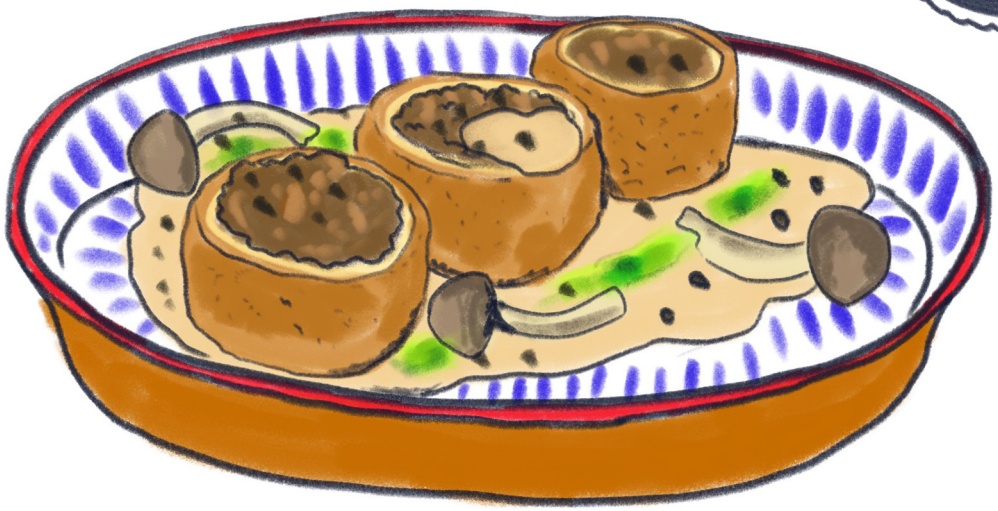
Cannoli λαχανικών ”παστίτσιο”



Champignons de saison, concentré de tomates, piment moulu, sauce béchamel (beurre, farine, lait), cannellonis, chapelure

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.

SAEK de Kalamata, Grèce

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

Arancini « spanakorizo » - anchois marinés et crème de tarama

Arancini «Σπανακόρυζο» με μαρινάτο γαύρο και κρέμα ταραμά



Riz Arborio, épinards frais, céleri, poireaux, aneth, parmesan, beurre, farine, œufs, chapelure, anchois, huile d'olive, tarama blanc, jus de citron, oignons confits

Ρύζι Arborio, φρέσκο σπανάκι, σέλερι, πράσα, άνηθος, παρμεζάνα, βούτυρο, αλεύρι, αυγά, τριμμένη φρυγανιά, αντζούγιες, ελαιόλαδο, λευκός ταραμάς, χυμός λεμονιού, καραμελωμένα κρεμμύδια



Une réinterprétation du « spanakorizo » (riz aux épinards) grec traditionnel, sous forme de croquettes croustillantes (arancini), accompagnée d'un anchois mariné par cuisson naturelle en marinade.

Μια επανεκτέλεση του παραδοσιακού σπανακόρυζου σε μορφή τηγανητών κροκέτες (αραντσίνι), συνοδευόμενη από αντζούγια μαριναρισμένη με φυσική διαδικασία ωρίμανσης σε μαρινάδα.

SAEK de Kalamata, Grèce

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

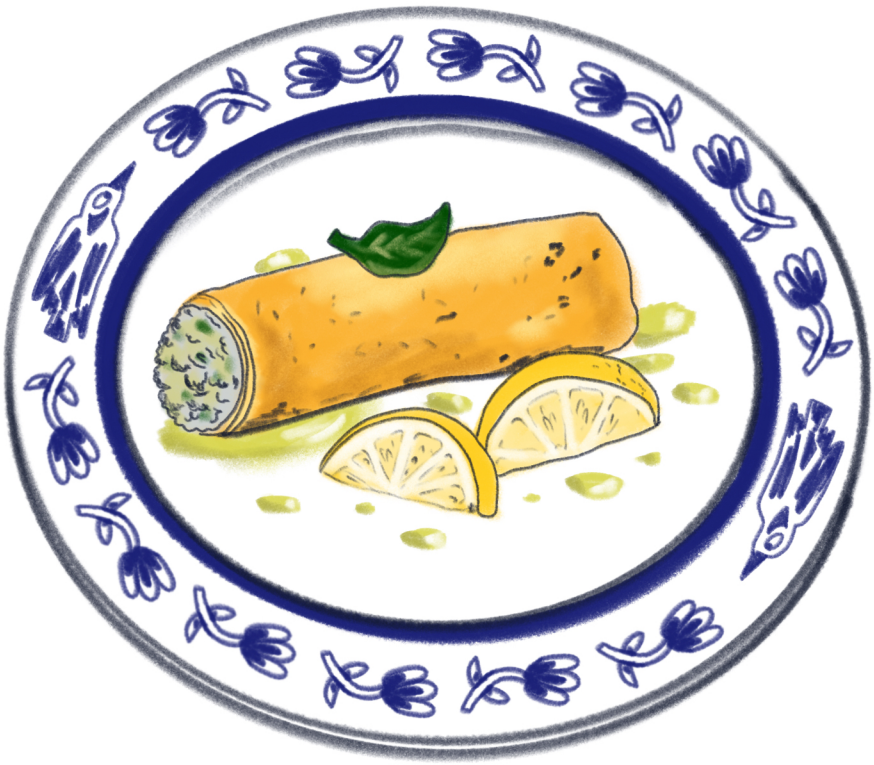
Élégance croustillante aux saveurs marines et douceur d'oignons

أناقة مقرمشة بنكهات البحر وحلاوة البصل



Feuilles de brick, anchois, oignons caramélisés, fromage blanc, huile d'olive, sel, poivre

ورق بريك ، أنشوة ، بصل مُكرمل ، جبن أبيض ، زيت زيتون ، ملح ، فلفل أسود



ورقة بريك مقرمشة محشوّة بالأنشوة والبصل المُكرمل والجبن الأبيض ، ثمّ مطهوّة في الفرن

Une feuille de brick croustillante garnie d'anchois, d'oignons caramélisés et de fromage blanc, puis cuite au four.

Équipe "Les Reines des Saveurs" - École de Formation dans les Métiers du Tourisme - Monastir, Tunisie

Partenaires méditerranéens : Lycée hôtelier Amerigo Vespucci, Milan, Lombardie, Italie / Lycée hôtelier Jeanne et Paul Augier, Nice, France

Maccu croustillant au fenouil sauvage et mayonnaise à l'aquafaba

Maccu croccante al finocchietto selvatico e maionese all'aquafaba







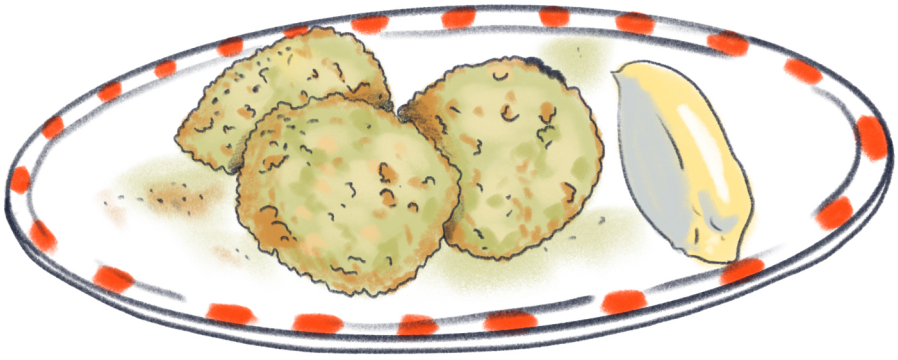






Pois chiches, fenouil sauvage, curcuma, cumin et coriandre en poudre, aquafaba, huile de friture

Ceci, finocchio selvatico, curcuma, cumino e coriandolo in polvere, aquafaba, olio per friggere



Nos boulettes de pois chiches, épicées et frites, sont une une réinterprétation du Maccu, soupe de fèves sicilienne au fenouil sauvage. Sur conseils de nos amis de Monastir, nous avons ajouté du cumin et de la coriandre afin de rappeler les influences nord-africaines de notre histoire.

Queste polpette di ceci, speziate e fritte, sono una reinterpretazione del Maccu, zuppa di fave con finocchio selvatico siciliano. Su consiglio dei nostri amici di Monastir, abbiamo aggiunto cumino e coriandolo per richiamare le influenze nordafricane della nostra storia.

Lycée hôtelier Pietro Piazza, Palerme, Sicile, Italie

Partenaire méditerranéen : École de Formation dans les Métiers du Tourisme de Monastir, Tunisie

Berkoukesh réinventé

بركوكش بحلة جديدة



Berkoukesh, agneau, caille, poulpe, pommes de terre, petits pois, oignons, carottes, céleri, blettes, pois chiches, fèves, lentilles, paprika, cumin, huile d'olive

بركوكش ، لحم حمل ، سمّان ، أخطبوط ، بطاطا ، بازلاء ، بصل ، جزر ، كرفس ، سلق ، حمّص ، فول ، عدس ، فلفل أحمر حلو (بابريكا) ، كمّون ، زيت زيتون



بركوكش تونسي يُعاد ابتكاره في طبق استثنائي ، تحمله قاعدة من هريسة البطاطا الحريرية ومكعبات دقيقة من الخضر ، حيث يلتقي لحم الحَمَل المطهو ببطء مع السمّان والأخطبوط في تناغم تام

Le berkoukesh tunisien réinventé en assiette d'exception, porté par une purée de pommes de terre soyeuse et une fine brunoise de légumes, où l'agneau mijoté, la caille et le poulpe sont en parfaite harmonie.

Le Berkoukesh est une spécialité d'hiver de la région du Cap Bon : soupe épicée et acidulée, à ne pas confondre avec le Berkoukech de Gafsa ou ceux du Maroc ou d'Algérie.

البركوكش من الأطباق الشتوية الخاصة بمنطقة الوطن القبلي ، وهو حساء متبّل بنكهة حامضة ، لا ينبغي الخلط بينه وبين بركوكش قفصة أو نظيريه في المغرب أو الجزائر

Équipe "L'âme Méditerranéenne" - Institut de Formation dans les Métiers du Tourisme - Hammamet, Tunisie

Partenaire méditerranéen : SAEK des îles Ioniennes, Grèce

Couscous de sorgho au poulpe

كسكسي بالذرة الرفيعة و الأخطبوط



Couscous de sorgho, poulpe, oignons, huile d’olive, paprika, curcuma, pois chiches, piment vert, tomate concentrée, ail

كسكسي الذرة البيضاء ، أخطبوط ، بصل ، زيت زيتون ، بابريكا (فلفل أحمر حلو) ، كركم ، حمّص ، فلفل أخضر حار ، مركّز الطماطم ، ثوم



Un couscous de sorgho cuit à la vapeur et égrené à l’huile d’olive, servi avec un poulpe parfumé dans un bouillon de tomate relevé d’épices, de pois chiches et de piment vert.

كسكسي الذرة البيضاء مطهو على البخار ومفكوك بزيت الزيتون ، يُقدّم مع أخطبوط معطّر في مرقة طماطم منكّهة بالتوابل والحمّص والفلفل الأخضر الحار

Kerkouane est une ancienne cité punique classée au patrimoine mondial de l’UNESCO.

كركوان مدينة بونيقية قديمة مصنّفة ضمن التراث العالمي لليونسكو

Équipe “Kerkouane” - Institut de Formation dans les Métiers du Tourisme - Nabeul, Tunisie

Partenaire méditerranéen : Lycée hôtelier Francesco Ferrara, Mazara del Vallo, Sicile, Italie

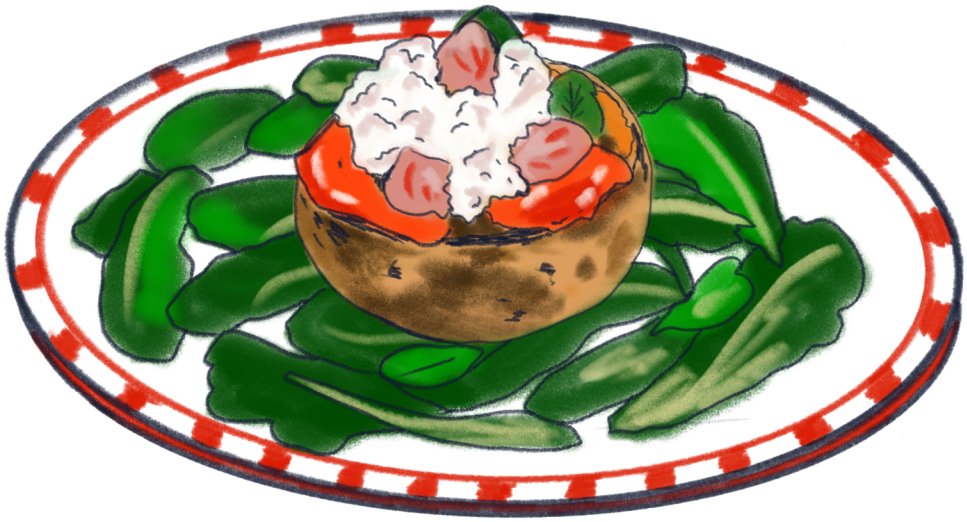
Midi au village

Μεσημέρι στο χωριό



Pommes de terre, fromage frais katiki (vache et brebis), feta, tomates cerises, poivrons, apaki (charcuterie fumée), câpres

Πατάτες Νάξου, κατίκι Δομοκού, φέτα, ντοματίνια, πιπεριά Φλωρίνης, απάκι Κρήτης, κάπαρη.



À l'intérieur de la pomme de terre rôtie, déposer la crème de fromage puis ajouter des tomates cerises finement coupées ainsi que du poivron de Florina haché pour apporter fraîcheur et couleur au plat. La purée de pommes de terre est ensuite dressée sur le dessus, créant une texture légère. Quelques morceaux d'apaki (porc fumé), des câpres et de l'huile d'olive complètent le plat et lui donnent son goût méditerranéen.

Μέσα στην ψημένη πατάτα, απλώνουμε πρώτα την κρέμα τυριών και στη συνέχεια προσθέτουμε ψιλοκομμένα ντοματίνια και ψιλοκομμένη πιπεριά Φλωρίνης, που δίνουν φρεσκάδα και χρώμα στο πιάτο. Ο πουρές πατάτας σερβίρεται από πάνω, δημιουργώντας όγκο και υφή στην παρασκευή. Τελειώνουμε το πιάτο με μερικά κομμάτια από απάκι (καπνιστό χοιρινό), λίγη κάπαρη και ελαιόλαδου, που δένουν όλα τα αρώματα και ολοκληρώνουν τη μεσογειακή ταυτότητα της συνταγής.

SAEK expérimental de Glyfada, Grèce

Partenaire méditerranéen : Lycée hôtelier Guglielmo Marconi, Vittoria, Sicile, Italie

Terrine de chamelon

تيرين لحم الحاشي



Épaule de chamelon, graisse de chamelon, œufs, persil, oignons, ail, thym, chair de dattes, pistaches, cerneaux de noix, sel, poivre

لحم الحاشي ، شحم الحاشير ، بيض ، معدنوس ، بصل ، ثوم ، زعتر ، لبّ التمر ، فستق حلبي ، لبّ الجوز ، ملح ، فلفل أسود



تيرين من كتف الحاشي المفروم ، معجون بالبيض والبصل والثوم والزعتر ، مرصّع بمكعبات التمر والفستق الحلبي وقلوب الجوز ، يُطهى ببطء في الفرن ثم يُبرّد

Une terrine d'épaule de chamelon hachée et travaillée aux œufs, à l'oignon, à l'ail et au thym, parsemée de dés de datte, de pistaches et de cerneaux de noix, cuite lentement au four puis rafraîchie.

Equipe «Les Oasis» - Ecole de Formation dans les Métiers du Tourisme - Tozeur, Tunisie

Partenaires méditerannéens : Lycée hôtelier Federico di Svevia, Termoli, Molise, Italie / Lycée hôtelier Paolo Calleri, Pachino, Sicile, Italie

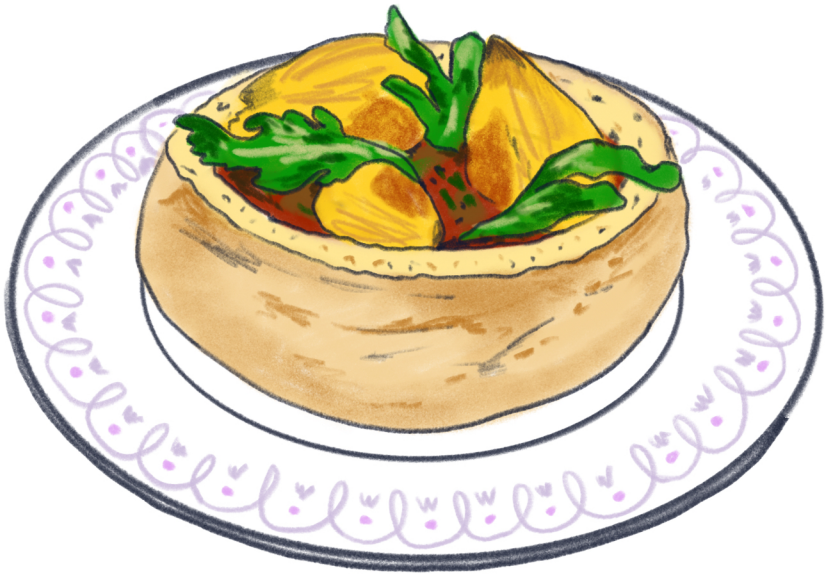
Trésor caché du chasseur

Κρυμμένος Θησαυρός κυνηγού



Lapin, vin Muscat d'Alexandrie, purée de tomates, poivrons, farine d'orge, oignons

Κουνέλι, κρασί Μοσχάτο Αλεξάνδρειας, πουρές ντομάτας, Πιπεριές, αλεύρι κριθαριού, κρεμμύδια



À travers ce plat, une approche contemporaine de la cuisine de Lemnos est proposée, où la tradition rencontre la créativité.

Μέσα από αυτό το πιάτο, προτείνεται μια σύγχρονη προσέγγιση της λημνιακής κουζίνας, όπου η παράδοση συναντά τη δημιουργικότητα.

SAEK Lemnos, Grèce

Partenaire méditerranéen : Lycée hôtelier de Sassari, Sardaigne, Italie

Bouchée sardine, pomme soufflée, crème de chou-fleur à l'oignon, gremolata

لقمة السردين ببطاطا مقرمشة محشوة وكريمة القرنبيط بالبصل والغريمولاتا



Pommes de terre, œufs, amidon, chou-fleur, oignons, crème, lait, beurre, filets de sardine, huile d'olive, citrons, ail, romarin, thym, fleur de sel, persil, câpres

بطاطا ، بيض ، نشاء ، قرنبيط ، بصل ، قشدة ، حليب ، زبدة ، فيليه سردين ، زيت زيتون ، ليمون ، ثوم ، إكليل الجبل ، زعتر ، ملح الزهر ، بقدونس ، كبّار

2e PRIX TUNISIE



لقمة غنيّة بالقوام : بطاطا مقرمشة محشوّة بكريمة القرنبيط بالبصل ، تعلوها شريحة سردين متبّلة ومشوّحة ، تزيّنها صلصة الغريمولاتا بالبقدونس والكبّار وقشر الليمون

Une bouchée tout en textures : une pomme soufflée croustillante garnie d'une crème de chou-fleur à l'oignon, surmontée d'un filet de sardine mariné et saisi, relevée d'une gremolata au persil, câpres et zeste de citron.

Équipe "Les Chefs Carthaginois" - École de Formation dans les Métiers du Tourisme - Sousse Nord, Tunisie

Partenaire méditerranéen : Lycée hôtelier Piersanti Mattarella, Castellammare del Golfo et Alcamo, Sicile, Italie

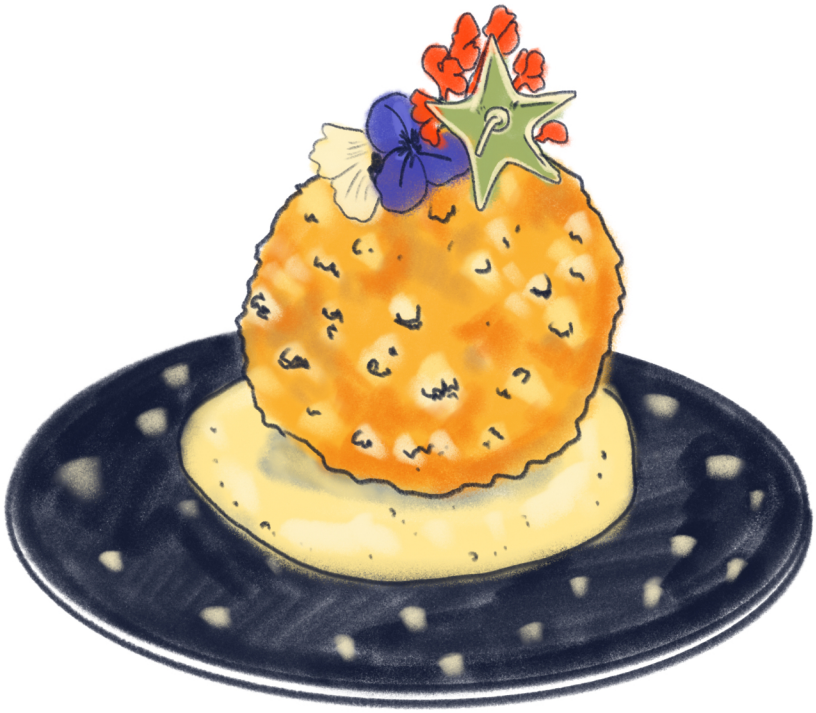
Arancina arabesque de la mer sur crème de pois chiches

Arancina arabesca del mare su crema di ceci



Couscous, oignons, ail, crevettes, moules, seiches, farine d'amande, concentré de tomates, carottes, céleri, pois chiches, chapelure, huile d'olive vierge extra, huile de friture

Couscous, cipolle, aglio, gamberetti, cozze, seppie, farina di mandorle, concentrato di pomodoro, carote, sedano, ceci, pangrattato, olio extra vergine di oliva, olio per friggere



Nous avons revisité l'une des spécialités emblématiques de notre île en célébrant son héritage issu des deux rives de la Méditerranée. Notre arancina est une fusion marine et culturelle dans laquelle le riz traditionnel laisse place au couscous, symbole du dialogue entre la Sicile et le Maghreb.

Abbiamo rivisitato una delle specialità emblematiche della nostra isola celebrando il suo patrimonio proveniente dalle due rive del Mediterraneo. La nostra arancina è una fusione marina e culturale in cui il riso tradizionale lascia spazio al couscous, simbolo del dialogo tra la Sicilia e il Maghreb.

Lycée hôtelier Ignazio e Vincenzo Florio, Erice, Sicile, Italie

Partenaires méditerranéens : SAEK AKMI, Chalcis, Grèce / Institut de Formation dans les Métiers du Tourisme, Hammamet, Tunisie

Chebtia des rivages méditerranéens

شبطيّة الشواطئ المتوسّطيّة



Semoule, blettes, oignons, thon frais, seiches, poivrons confits, tomates, citrons confits, maïs, harissa, persil, aneth, huile d'olive, épices orientales (curcuma, carvi, coriandre, cumin, paprika)

سميد ، سلق ، بصل ، تُن طازج ، حبّار ، فلفل مصبور ، طماطم ، ليمون مصبور ، ذرة ، هريسة ، بقدونس ، شبت ، زيت زيتون ، توابل شرقيّة : كركم ، كروية ، كزبرة ، كمّون ، بابريكا





إعادة ابتكار للشبطية التونسية التقليدية ، وهي فطيرة من السميد والخضروات ، محشوة بالحبار والتونة المشوَّحة مع الفلفل الحلو المُصَبَّر ، ومرفقة بتارتار الطماطم والليمون المُصَبَّر والذرة ، وتتزيّنها توابل الشرق

Une réinterprétation de la chebtia, galette tunisienne traditionnelle à la semoule et aux légumes, garnie de seiche et de thon sauté aux poivrons confits, accompagnée d'un tartare de tomates, citron confit et maïs, relevée d'épices orientales.

Équipe "La Perle Méditerranéenne" - Institut de Formation dans les Métiers du Tourisme - Sousse El-Kantaoui, Tunisie
Partenaire méditerranéen : SAEK de Livadeia, Grèce

LE SUCRÉ



Croustillant d'or de Djebba

قرموشة جبّة الذهبيّة



Figues de Djebba AOC, feuilles de brick, miel local, noix torréfiées, sel fin

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



حلوى استثنائيّة تُكرّم تين جبّة (تسمية المنشأ المراقَبة) ، تمزج رقّة ورقة البريك بطابع العسل الجبليّ المحلّي

Un dessert d'exception qui met à l'honneur la figue de Djebba AOC, 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 chênes-lièges. C'est dans leur écorce qu'étaient fabriquées les ruches traditionnelles qui donnent un miel réputé pour sa qualité exceptionnelle.

Équipe "Kroumirie" - École de Formation dans les Métiers du Tourisme - Aïn Draham, Tunisie

Partenaire méditerranéen : Lycée hôtelier Severo Savioli, Riccione, Emilie-Romagne, Italie

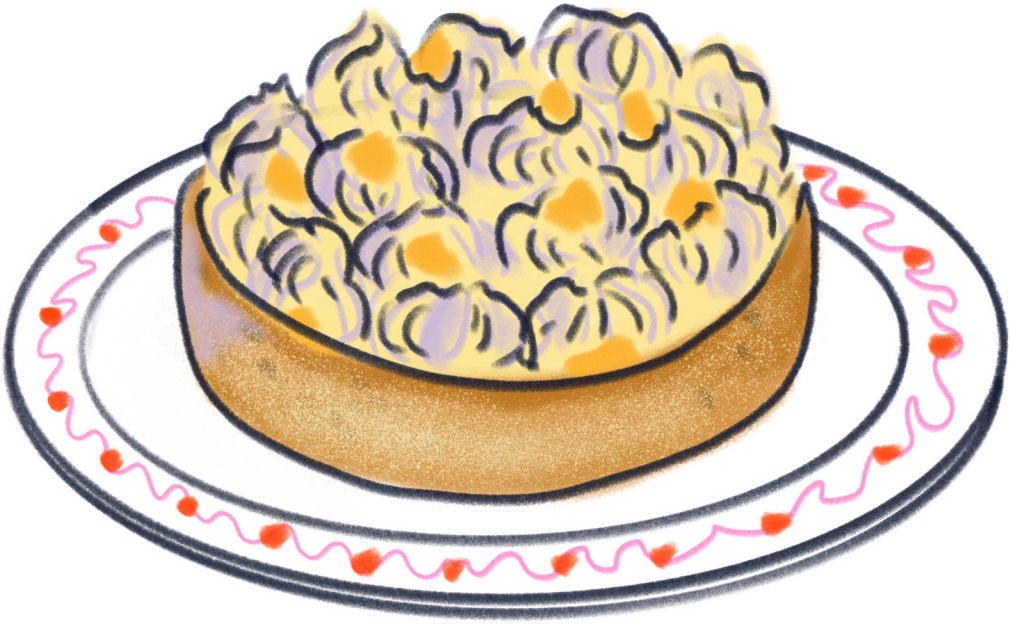
Soleil de Grèce

Sole di Grecia



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.

Lycée hôtelier Sergio Ronco, Vercelli, Piémont, Italie

Partenaires méditerranéens : SAEK de Kateríni, Grèce / Lycée hôtelier Paul Arène, Sisteron, France

Le secret des vendanges

Το μυστικό του τρύγου



Anthotiro (fromage frais grec), petimezi (sirop de moût de raisin), moût de raisin, farine, oranges, mastic de Chios, amandes

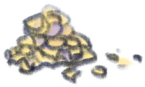


Ανθότυρο (ελληνικό φρέσκο τυρί), πετιμέζι (σιρόπι από συμπυκνωμένο μούστο σταφυλιού), μούστος σταφυλιού, αλεύρι, πορτοκάλια, μαστίχα Χίου, αμύγδαλα

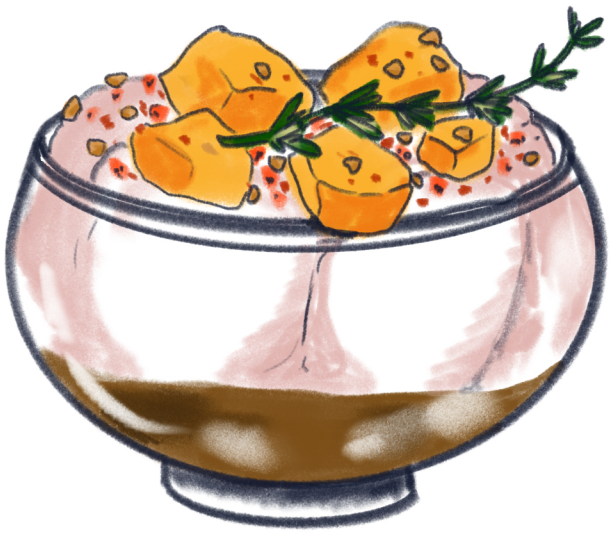














Notre proposition de dessert est un gâteau à base d'anthotyro, un fromage frais grec traditionnel, associée au moût de raisin et au petimezi (sirop de moût de raisin), sublimé par les arômes de mastic de Chios.

Η πρότασή μας για επιδόρπιο είναι ένα γλυκό με βάση το ανθότυρο, ένα παραδοσιακό ελληνικό φρέσκο τυρί, σε συνδυασμό με μούστο και πετιμέζι (σιρόπι από συμπυκνωμένο μούστο σταφυλιού), αρωματισμένο με μαστίχα Χίου.

SAEK DYPA de Patras, Grèce

Partenaire méditerranéen : Lycée hôtelier Bartolomeo Scappi, Castel San Pietro Terme, Émilie-Romagne, Italie

Ultime évasion, trio de minis desserts

الإبحار الأخير ، ثلاثيّة من الحلويّات الصغيرة



Sorgho, sésame, kataifi, noisettes, miel, dattes, oranges, chocolat blanc, zgougou (pignons de pin d'Alep), zrir, amandes, eau de géranium, eau de fleur d'oranger, feuilles d'or

سرغو (الذرة البيضاء) ، سمسم ، كنافة ، بندق ، عسل ، تمر ، برتقال ، شوكولاتة بيضاء ، زقوقو ، زرير ، لوز ، ماء الجيرانيوم ، ماء زهر البرتقال ، رقائق الذهب





تشكيلة من ثلاث حلويات صغيرة ، تُقدَّم فوق حبوب الذرة الرفيعة : بسكويت بالذرة الرفيعة مع وطبقة الكنافة المقرمشة وموس الشوكولاتة البيضاء باجليرانيوم ؛ حلوى طرية وكريمية بالبندق والزقوقو ؛ ونوجاتين بالعسل مع كريمة التمر وكريمة البرتقال . وتُقدَّم معها قهوة بنوى التمر ، معطّرة بماء زهر البرتقال.

Un trio de minis desserts dressé sur un nid de grains de sorgho : biscuit au sorgho, croustillant kataifi et mousse de chocolat blanc au géranium ; moelleux et crémeux de noisette au zgougou ; nougatine au miel, crème aux dattes et crème à l'orange. Le tout accompagné d'un café aux noyaux de dattes parfumé à la fleur d'oranger.

Équipe "La Perle Méditerranéenne" - Institut de Formation dans les Métiers du Tourisme - Sousse Kantaoui, Tunisie

Partenaire méditerranéen : SAEK de Livadeia, Grèce

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

Vino Chatus dell'Ardèche, fogli di gelatina, mandorle, meringa italiana, panna montata, crema pasticcera, macarons de Joyeuse



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.

Lycée hôtelier Ruggiero Bonghi, Lucera, Pouilles, Italie

Partenaires méditerranéens : SAEK de Dráma, Grèce / Lycée hôtelier de Largentière, France

Harmonie sucrée-salée en verrine de pois chiches et raisins

تناغم حلو ومالح في كأس الحمّص والزبيب



Pois chiches, tabel (coriandre, cumin), ail, huile d'olive, ricotta ou mascarpone, oignons caramélisés, miel, raisins, citrons, herbes fraîches

حمّص ، تابل (كزبرة ، كمّون) ، ثوم ، زيت زيتون ، ريكوتا أو ماسكاربوني ، بصل مُكرمل ، عسل ، زبيب ، ليمون ، أعشاب طازجة

3e PRIX TUNISIE



كأس بنكهة حلوة ومالحة بقاعدة طريّة من الحمّص متبّلة بالتابل ، مغطّاة بكريمة خفيفة ثمّ بالبصل المُكرمل بالعسل والزبيب . تناغم رقيق بين النعومة والطراوة

Une verrine sucrée-salée à la base onctueuse de pois chiches relevée de tabel, garnie d'une crème légère puis d'oignons caramélisés au miel et de raisins. Une harmonie subtile entre douceur et onctuosité.

Équipe «Les Reines des Saveurs" - École de Formation dans les Métiers du Tourisme - Monastir, Tunisie

Partenaires méditerranéens : Lycée hôtelier Amerigo VEspucci, Milan, Lombardie, Italie/ Lycée hôtelier Jeanne et Paul Augier, Nice, France

Cartellata moderne

Cartellata moderna

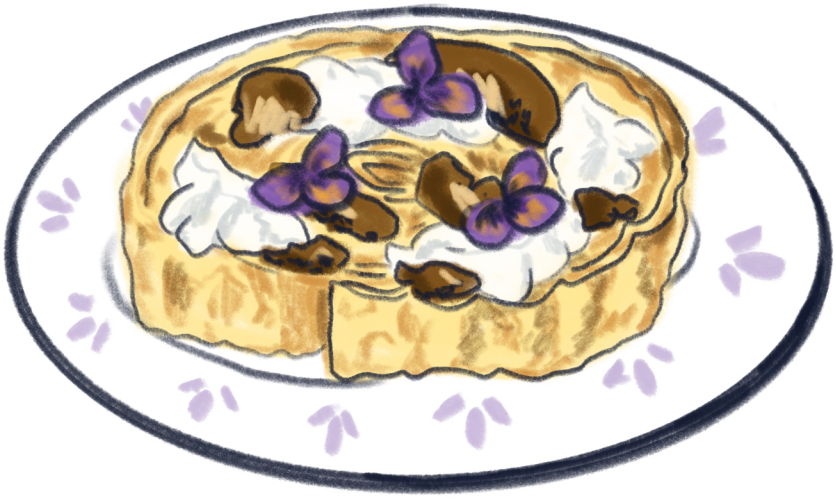




Farine, vin blanc, huile d'olive vierge extra AOP Daunia, sel, cannelle, ricotta de brebis, miel, dattes Deglet Nour, amandes grillées

Farina, vino bianco, olio extra virgine di oliva AOP Daunia, sale, cannella, ricotta di pecora, miele, datteri Deglet Nour, mandorle tostate











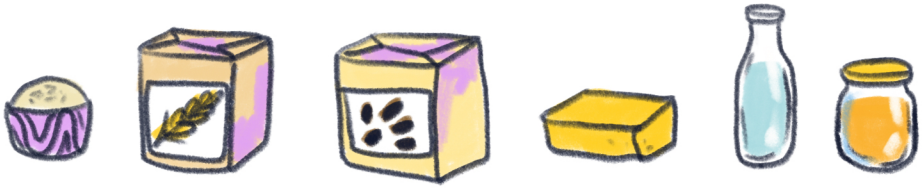
Nous avons choisi de moderniser un dessert ancien et traditionnel des Pouilles, la cartellata. Présentée sous forme de rose, elle est consommée pendant la période de Noël. En hommage à nos amis tunisiens, nous l'avons réinventée avec des dattes.

Abbiamo scelto di modernizzare un dolce antico e tradizionale della Puglia, la cartellata. Presentata sotto forma di rosa, viene consumata durante il periodo di Natale. In omaggio ai nostri amici tunisini, l'abbiamo reinventata con dei datteri.

Lycée hôtelier Luigi Einaudi, Foggia, Pouilles, Italie
Partenaire méditerranéen : École de Formation dans les Métiers du Tourisme de Monastir, Tunisie

L'héritage croustillant

Η τραγανή κληρονομιά



Levure naturelle, farine de blé, farine de caroube, beurre, lait fermenté, miel

Φυσικό προζύμι, αλεύρι σίτου, αλεύρι χαρουπιού, βούτυρο, ξινόγαλο, μέλι



Guidés par les principes de la durabilité, nous redonnons de la valeur aux ingrédients « délaissés » et non conventionnels. La durabilité, c'est aussi le respect du temps. Avec cette recette, nous célébrons la patience. C'est un pont jeté entre la sagesse ancestrale et les exigences écologiques de demain.

Με οδηγό τις αρχές της βιωσιμότητας, επαναφέρουμε την αξία των «παραμελημένων» και μη συμβατικών συστατικών. Η βιωσιμότητα σημαίνει επίσης σεβασμό στον χρόνο. Με αυτή τη συνταγή, τιμάμε την υπομονή. Αποτελεί μια γέφυρα ανάμεσα στην προγονική σοφία και στις οικολογικές απαιτήσεις του αύριο.

SAEK de tourisme du Péloponnèse, Argos, Grèce

Partenaire méditerranéen : Lycée hôtelier Almerico Da Schio, Vicence, Vénétie, Italie

Délice boisé

لذّة الغابة



Pignons de pin d'Alep (zgougou), lait, sucre, crème, amidon, fruits secs

حبوب الصنوبر الحلبي (الزقوقو) ، حليب ، سكر ، كريمة ، نشاء ، فواكه جافة



كريمة رقيقة وناعمة من حبوب الصنوبر الحلبي (الزقوقو) ، تُبرز هذا الكنز من صنوبريات المتوسط بمزجها بين حلاوة نباتية وغنى عطري ، لتمنح قوامًا رقيقًا ومذاقًا راقيًا

Une crème fine et onctueuse de graines de pin d'Alep, qui sublime ce trésor du conifère méditerranéen en associant douceur végétale et richesse aromatique, pour une texture délicate et un goût raffiné.

Équipe "Sidi Jmour" - Institut de Formation dans les Métiers du Tourisme - Djerba, Tunisie

Partenaire méditerranéen : SAEK Omiros Pirée, Grèce

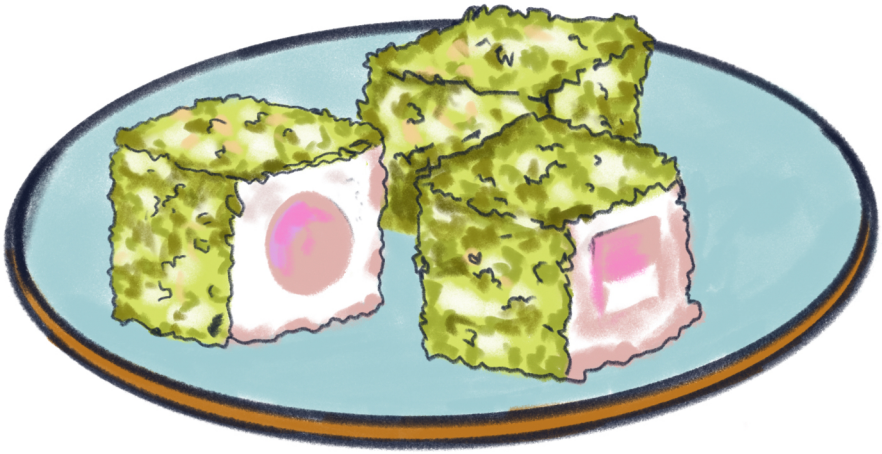
Douceur egéenne

Αιγαιοπελαγίτικη γλύκα



Jus de rose, sirop de mastic, anthotyro (fromage grec), yaourt, pistaches d'Egine

Χυμός τριαντάφυλλου, σιρόπι μαστίχας, ανθότυρο (ελληνικό τυρί), γιαούρτι, φιστίκια Αιγίνης



Notre recette s'inspire de l'été au village et des saveurs simples et authentiques des vacances en Grèce. Nous avons voulu mettre en valeur des ingrédients grecs traditionnels à travers une approche plus moderne et créative.

Η συνταγή μας είναι εμπνέεται από το καλοκαίρι στο χωριό και τις απλές, αυθεντικές γεύσεις των διακοπών στην Ελλάδα. Επιδιώξαμε να αναδείξουμε παραδοσιακά ελληνικά υλικά μέσα από μια πιο σύγχρονη και δημιουργική προσέγγιση.

SAEK expérimental de Glyfada, Grèce

Partenaire méditerrannéen : Lycée hôtelier Guglielmo Marconi, Vittoria, Sicile, Italie

Gâteau de couscous de l'Odyssée accompagné de l'élixir de Zagara

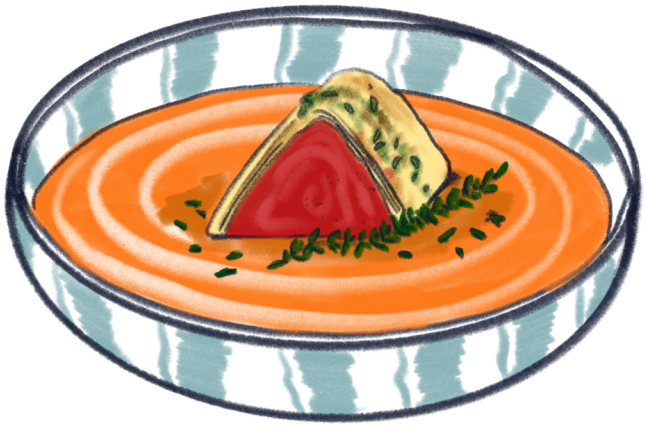
Tortina di Couscous dell'Odissea accompagnata dall'Elisir di Zaghar



Couscous, safran, eau, chutes de céleri, carottes, oignons, tiges de persil, épluchures de pommes de terre, épaule d'agneau des Nébrodes, petits pois, concentré de tomates, pain rassis, thym, zestes de citron ; élixir : eau, écorces d'oranges, de citrons et de limes, tiges de menthe, miel de Zagara, eau de fleur d'oranger (Zagara)

Couscous, zafferano, acqua, scarti di sedano, carote, cipolle, gambi di prezzemolo, bucce di patate, spalla di agnello dei Nebrodi, pisellini, concentrato di pomodoro, pane raffermo, timo, scorze di limone; elisir: acqua, bucce d'arancia, limoni e lime, gambi di menta, miele di Zagara, acqua di fiori d'arancio (Zagara)





Nous concluons notre voyage avec nos amis tunisiens à travers une véritable renaissance : nos plats, pour lesquels nous avons utilisé l'entièreté des produits, sont chargés d'histoire, d'échanges culturels et d'avenir. Car en cuisine, comme en Méditerranée, la force réside dans l'union des diversités.

Concludiamo il nostro viaggio con i nostri amici tunisini attraverso una propria rinascita: i nostri piatti, per i quali abbiamo utilizzato la totalità dei prodotti, sono carichi di storia, di scambi culturali e di futuro. Perché in cucina, come nel Mediterraneo, la forza risiede nell'unione delle diversità.

Lycée hôtelier Alessandro Manzoni, siège de Santo Stefano di Camastra, Sicile, Italie

Partenaire méditerranéen : École de Formation dans les Métiers du Tourisme de Monastir, Tunisie

Douceur de l’origine

عذوبة الأصل



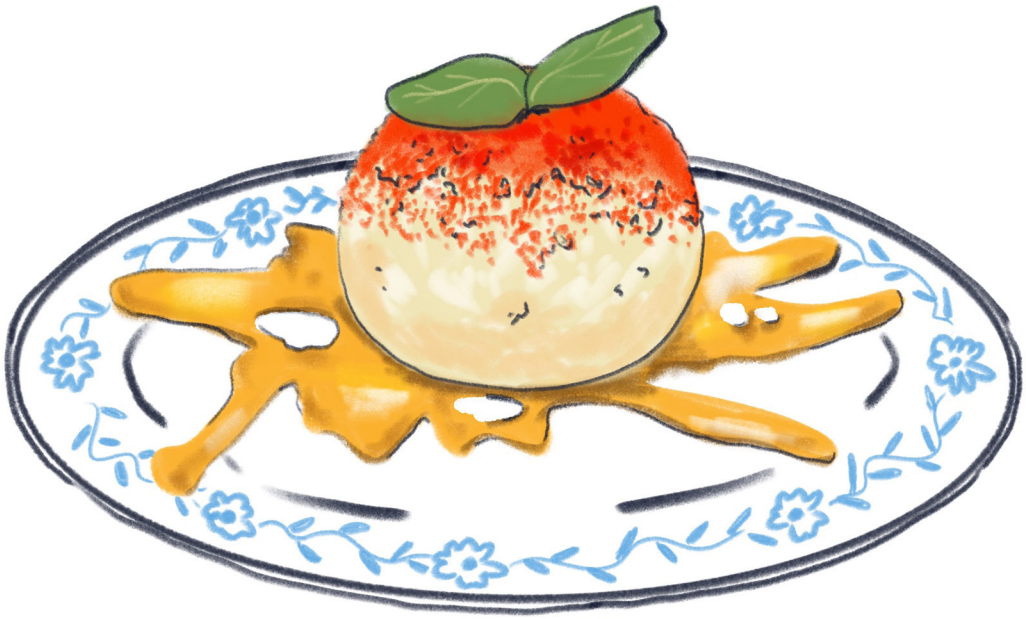
Eau d’églantine, crème liquide, pâte de pistaches, chocolat blanc, jus d’orange, marjolaine, sucre, gélatine, pectine, zestes d’oranges



ماء الورد البرّي ، قشدة سائلة ، معجون الفستق ، شوكولاتة بيضاء ، عصير البرتقال ، مردقوش ، سكّر ، جيلاتين ، بكتين ، قشر البرتقال













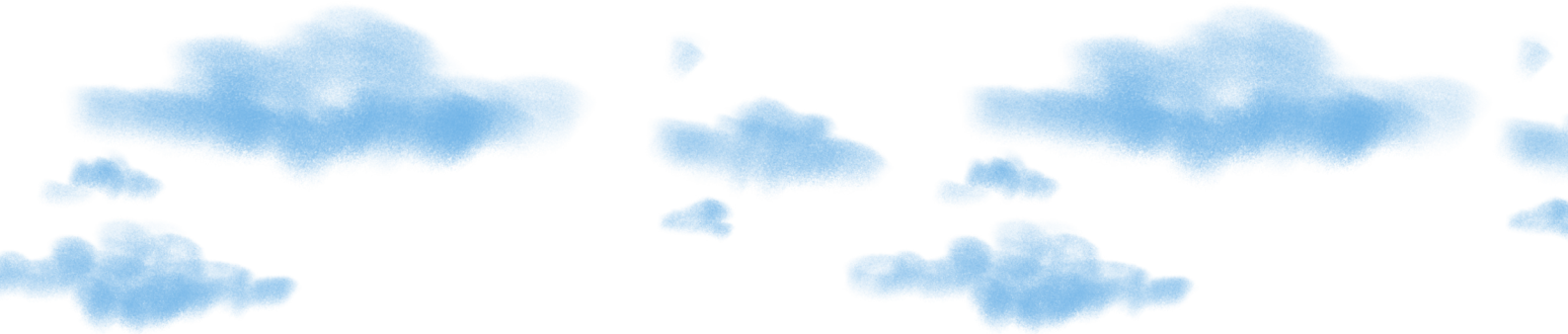


كرة رقيقة تجمع موس بماء الورد البرّي وكريمة الفستق وحشوة البرتقال بالمردقوش ، مغلّفة بمسحوق البرتقال

Une sphère délicate associant une mousse à l’eau d’églantine, un crémeux à la pistache et un insert d’orange à la marjolaine, le tout enrobé d’une poudre d’orange.

Équipe “Les Chefs Carthaginois” - École de Formation dans les Métiers du Tourisme - Sousse Nord, Tunisie

Partenaire méditerranéen : Lycée hôtelier Piersanti Mattarella, Castellammare del Golfo et Alcamo, Sicile, Italie



Clôture du projet GustOdyssée

Vendredi 22 mai 2026 à l'IFMT de Djerba (Houmt Souk)

GustOdyssée s'est clôturé par une rencontre régionale le 22 mai 2026 à l'Institut de Formation dans les Métiers du Tourisme de Djerba en présence des principaux partenaires du projet et des apprenants venus d'Italie, de Grèce, de Tunisie et de France.
Les lauréats de chaque pays ont présenté leurs créations culinaires alliant créativité, savoir-faire et écoresponsabilité.
Échanges, dégustations et table ronde ont rythmé cette journée placée sous le signe d'une francophonie porteuse d'opportunités professionnelles, dans une ambiance chaleureuse et festive, où les rencontres ont nourri les échanges et la créativité.

Cet événement, mené dans le cadre du FEF-R MOUSTADEM « Promotion du français dans les métiers du tourisme en Tunisie » porté par l'Ambassade de France en Tunisie, a été coorganisé avec l'Agence de Formation dans les Métiers du Tourisme tunisienne.

Clôture du projet GustOdyssée

Vendredi 22 mai 2026 à l'IFMT de Djerba (Houmt Souk)

9h

Dès 9h, les équipes lauréates/ finalistes des 4 pays (Italie, Grèce, Tunisie, France) sont en cuisine. Elles préparent les plats présentés au concours. Ambiance concentrée mais le stress monte progressivement.

13h

Cocktail d'accueil et dégustation des amuse-bouche des lauréats *Gustodyssée*.

Le directeur de l'AFMT et le directeur de l'Institut français de Tunisie prononcent un discours en présence des invités.

Présentation des créations par les équipes lauréates (Italie, Grèce, France, Tunisie).



14h

Dégustation d'un repas proposé par les apprenants tunisiens des filières cuisine et pâtisserie.

14h30

Ahlem Ghayaza anime une table ronde pour présenter le projet *GustOdyssée*.

Les formateurs, enseignants et les partenaires du projet reviennent sur les temps forts de cette Odyssée culinaire autour de la Méditerranée.







RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

INSTITUT FRANÇAIS

Liberté
Créativité
Diversité

Ce projet a été piloté par :

Célestine Bianchetti, Attachée de coopération pour le français, Institut français de Tunisie
Raphaël Mercier, Attaché de coopération pour le français à Naples, Institut français d'Italie
Marion Raimbault, Attachée de coopération éducative, Institut français de Grèce

La conception et les illustrations de ce livre ont été faites par :

Juliette Signoret

@juliet_simone

Un projet soutenu par :

وكالة التكوين في مهن السياحة

République Tunisienne
Ministère de l'Emploi et de la Formation Professionnelle

الجمهورية التونسية
وزارة السياحة
وَزَارَةُ السِّيَاحَةِ
MINISTÈRE DU TOURISME

RE·NA·I·A
RETE NAZIONALE ISTITUTI ALBERGHIERI

HELLENIC REPUBLIC
Ministry of Education,
Religious Affairs and Sports
General Secretariat
for Vocational Education, Training
and Lifelong Learning

Nous remercions les partenaires qui ont accompagné GustOdyssée :

France Education international
Le français des Affaires de la CCI Paris Ile-de-France
Les Alliances Françaises d'Italie
L'Alliance Française de Tunis
Le Campus des Métiers et des Qualifications d'Excellence Tourisme Hôtellerie Restauration, Provence-Alpes-Côte d'Azur
Le Campus des Métiers et des Qualifications d'Excellence Patrimoines, Métiers d'Art et Tourisme (PatMAT), Centre-Val de Loire
Le lycée hôtelier Guillaume Tirel de Paris
L'association Do.Ri.F. Università (Centro di documentazione e di Ricerca per la didattica della lingua francese nell'Università italiana)
Nicla Mercurio, enseignante-chercheuse à l'Université de Sassari
Catherine Mathelot, responsable pédagogique aux éditions ELI - Maison des Langues
Imed Attig, Président de l'Association Tunisienne du Patrimoine Culturel Immatériel (ATPCI) et Directeur de « Harrisa & co »
Édouard de Laubrie, historien et responsable du pôle «agriculture et alimentation» au Musée national des Civilisations de l'Europe et de la Méditerranée de Marseille
Nolwenn Corre, cheffe du restaurant la Pointe Saint-Mathieu à Plougonvelin
Aristotelis Megoulas, chef du restaurant Pomo d'oro à Corfou
Fatema Hal, ethnologue, cheffe, autrice et productrice
Mehdiya Kerairia, cheffe, styliste culinaire et fondatrice de @poireetcactus
Ahlem Ghayaza, journaliste, écrivaine et universitaire
Miltiadis Kollias, responsable-chef au Maya Le Bistro à Athènes
Andrea Alberghina, Président de l'Alliance Française de Vicenza
Paola Scuotto et Alessandra Mini, professeures à l'Istituto Alberghiero Alberini de Tréviso
La chaîne Amalia Hotels
La plateforme InnJobs

Un grand merci également aux équipes des Instituts français de Grèce, Tunisie et Italie, qui ont contribué à la réussite du projet :

Ysabelle Mabire, Hélène Stamatopoulou, Catherine Ollive, Christine Pourret, Fayçal Mezhoudi, Lyna Djemaia, Sarah Cipolat, Baptiste Chauveau, Michela Boutros, Laurène Gibert, Francesca Cipriani, Hélène Gautier, Virgine Salles et Florentine Petit.

Ce livre est la mise en valeur artistique de GustOdyssée, 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 !

Conception et illustrations : Juliette Signoret