



Avec Lactel® « Bio et Engagé », cuisinons bio et engagé !



Lactel® profite de la Journée nationale contre le gaspillage alimentaire pour rappeler son engagement en faveur d'une consommation plus responsable. Ainsi, la marque propose pour les grands moments de la fin d'année 3 recettes équilibrées et gourmandes, mais surtout antigaspi autour de sa gamme « Bio et Engagé ». Celle-ci prône une alimentation plus respectueuse des hommes, des animaux et de la planète, tout en portant le retour à des valeurs essentielles et en invitant à prendre soin de soi et des siens. Lactel® s'engage ainsi au quotidien avec ses éleveurs partenaires, pour nous permettre de profiter pleinement de tous les bienfaits d'un bon lait bio et engagé !

DES ANIMAUX HEUREUX AUPRÈS D'ÉLEVEURS ENGAGÉS

Pionnière et très investie dans le développement de la filière laitière bio en France, Lactel® s'engage depuis 25 ans pour produire et proposer aux familles un lait bio de qualité : « Bio et Engagé ». Fruit d'une démarche coconstruite avec ses éleveurs partenaires, cette gamme valorise de bonnes pratiques toujours plus respectueuses de l'environnement, des animaux et des hommes.

Celles-ci vont au-delà de la législation en vigueur dans le bio et reposent sur 5 engagements :

- **Des vaches bien nourries**, avec une alimentation provenant principalement des cultures bio de la ferme et garantie sans OGM (< 0,9 %) et sans pesticides*.
- **Des vaches bien logées et bien soignées**, au pré dès que le temps le permet et suivies attentivement par les éleveurs. Ceux-ci profitent également de formations dispensées par des vétérinaires et les experts Lactel® pour parfaire leurs connaissances et connaître les dernières avancées autour de leur métier.
- **Protéger la biodiversité**, en plantant notamment des haies, véritables refuges pour la faune, permet d'obtenir des sols plus fertiles avec une qualité d'herbage supérieure qui contribuent à la bonne alimentation et au bien-être des vaches.
- **Réduire l'impact des emballages et inciter au recyclage** grâce à une bouteille 100 % recyclable et à un film d'emballage qui intègre au moins 50 % de plastique recyclé.
- **Soutenir les éleveurs partenaires** en leur garantissant une meilleure rémunération, au-dessus de la moyenne française (source France Agrimer).

Avec « Bio et Engagé », Lactel® offre ainsi le meilleur du lait bio avec une exigence constante en matière de responsabilité, de transparence et d'amélioration continue.

En France, les pertes et le gaspillage alimentaire représentent **10 millions de tonnes de produits par an !** **33 % de ces pertes sont générées par notre consommation**, soit 30 kg par personne et par an au foyer, auxquelles s'ajoutent les pertes en restauration collective ou commerciale !

Étude de l'Ademe – États des lieux des masses de gaspillage alimentaire – mai 2022

* Conformément au cahier des charges du label bio

LACTEL® MILITE POUR LIMITER LE GASPILLAGE

Le lait est un formidable ingrédient pour s'amuser en cuisine et laisser libre cours à sa créativité. En sauce, dans une pâte à crêpes ou un clafoutis, au cœur d'un velouté ou d'une purée, il est de tous les repas gourmands en famille. Et s'il pouvait faire encore plus ?

Parce que produire bio, c'est aussi encourager la sobriété, Lactel® propose 3 recettes antigaspi autour de sa gamme « Bio et Engagé », afin que tous les grands moments de l'année soient encore plus appréciés.

LES RECETTES ANTIGASPI DE LACTEL® : IL N'EN RESTERA PAS UNE MIETTE !

Que faire de cette bouteille de lait à moitié entamée dans le frigo ? De ces belles poires bien juteuses qui s'abîment dans la corbeille à fruits ? De ce pain de mie un peu rassis ou de ces feuilles de roquette qui commencent à faire la tête ?

Cette année, avec Lactel® et son lait entier Bio et Engagé, rien ne se perd et tout se transforme. Pour aider les Français à dire STOP au gaspillage alimentaire, la marque décline 3 recettes, à la fois gourmandes et fûtées. Grâce à elles, chacun peut piocher dans les restes alimentaires dont il ne sait plus quoi faire à part les jeter, pour leur donner une nouvelle chance d'exprimer toutes leurs qualités.

Un pain perdu au caramel hyper régressif, accompagné de sa crème anglaise pour un réveillon de Noël très réconfortant ; des petits pains au lait fourrés au fromage frais citron roquette et basilic qui surprendront au brunch ; un incroyable gâteau de crêpes arc-en-ciel pour une Chandeleur festive et colorée... En plus d'être délicieuses et bonnes pour la planète, ces recettes sont également très économiques : « Circulez, y'a rien à jeter ! »



PAINS AU LAIT FOURRÉS AU FROMAGE FRAIS, CITRON ET ROQUETTE

La recette Lactel® antigaspi pour égayer les brunchs de la rentrée !

À la recherche d'une recette originale pour terminer une bouteille de lait entamée ? Avec très peu d'ingrédients, ces délicieux petits pains, fourrés d'une garniture fraîche et incroyablement parfumée, apporteront de l'originalité aux brunchs de la rentrée, organisés en famille ou entre amis !

Ingrédients pour les petits pains au lait

310 ml de lait demi-écrémé Lactel® Bio et Engagé, tiède
600 g de farine de blé fluide T45
1 sachet de levure déshydratée de boulangerie
3 cuillères à soupe de sucre en poudre
1 cuillère à café de sel
60 g de beurre mou ou fondu
1 œuf pour la dorure

Ingrédients pour la garniture

400 g de fromage frais
Le zeste de 1 citron jaune bio non traité
1 cuillère à soupe de pesto en bocal
Sel et poivre 5 baies
Quelques feuilles de roquette ciselées

PRÉPARATION

- Dans un saladier, mettre le lait tiède et la levure. Délayer avec une spatule.
- Ajouter la farine, le sel et le sucre, puis pétrir du bout des doigts pendant 3 minutes avant d'ajouter le beurre coupé mou ou fondu. Continuer de pétrir la pâte sans discontinuer 3 minutes supplémentaires afin que le beurre soit intégré jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse et collante.
- Couvrir la boule de pâte d'un linge ou d'un film alimentaire directement dans le saladier, puis placer ce dernier dans un endroit à l'abri des courants d'air. Laisser pousser la pâte pendant 2 heures.
- Fariner un plan de travail, dégazer la pâte et la diviser en 8 portions. Former des boules puis leur donner une forme légèrement ovale.
- Placer les petits pains sur une plaque recouverte de papier cuisson et les laisser pousser encore 1 heure.
- Préchauffer le four à 200 °C en chaleur tournante.
- Dans un bol, battre 1 œuf avec 1 cuillère à soupe de lait.
- À l'aide d'un pinceau, badigeonner très délicatement les petits pains au lait. Les enfourner et les faire cuire 15 minutes.
- Une fois refroidis, les couper en deux dans le sens de la longueur.
- Pendant ce temps, mélanger dans un bol à la fourchette tous les ingrédients de la garniture.
- Tartiner les deux côtés des pains de cette garniture, refermer et déguster !



© Lactel/Sandra Mahut

Pour 8 pains au lait

Préparation : 15 min

Repos : 3 h

Cuisson : 15 min

PAIN PERDU ET SA CRÈME ANGLAISE

**Une recette simple et astucieuse
pour transformer les restes en
vrai dessert de fêtes !**

Les repas des festivités de fin d'année s'achèvent, mais que faire de ces restes de pain de mie qui ont servi à réaliser les petits canapés du réveillon ? Et si nous faisons comme nos grands-mères, les reines de l'antigaspi, en réalisant à partir d'eux cette recette de pain perdu hautement régressive. Moelleux à souhait, ce dessert prolongera les fêtes de la plus gourmande et responsable des manières.

Ingrédients pour la crème anglaise

500 ml de lait entier Lactel® Bio et Engagé
5 jaunes d'œufs
100 g de sucre
1 gousse de vanille

Ingrédients pour le pain perdu :

100 ml de lait entier Lactel® Bio et Engagé
8 tranches de pain de mie ou de brioche un peu rassis
40 g de beurre
2 œufs
3 cuillères à soupe de sucre en poudre
2 poires
2 à 4 cuillères à soupe de sirop d'érable ou de caramel liquide
30 g d'amandes effilées dorées

PRÉPARATION DE LA CRÈME ANGLAISE

- Couper la gousse de vanille en deux et en gratter les grains à l'aide d'un couteau.
- Verser le lait dans une casserole et y ajouter la gousse, ainsi que les grains de vanille.
- Porter à ébullition à feu moyen.
- Placer les jaunes d'œufs dans un saladier avec le sucre et fouetter l'ensemble jusqu'à ce que le mélange soit bien blanc et mousseux.
- Lorsque le lait entre en ébullition, en verser environ 1/5e sur les jaunes d'œufs et le sucre hors du feu, tout en fouettant vigoureusement.
- Transvaser à nouveau cette crème dans la casserole et la laisser cuire à feu doux en remuant sans cesse avec une spatule. La crème est cuite lorsqu'elle nappe la spatule.
- La verser alors dans un autre saladier et la laisser refroidir à température ambiante, en remuant régulièrement pour éviter la formation de grumeaux.
- Conserver la crème anglaise dans un grand bocal hermétique au réfrigérateur.

PRÉPARATION DU PAIN PERDU

- Battre les deux œufs avec le lait et le sucre dans une assiette creuse.
- Couper des tranches assez épaisses de brioche ou de pain de mie.
- Tremper rapidement ces tranches dans le mélange œuf et lait pour les imbiber des deux côtés.
- Dans une grande poêle, déposer une grosse noix de beurre, la laisser fondre, puis déposer les 2 à 4 tranches de pain de mie ou de brioche (selon la taille de la poêle).
- Les laisser dorer 1 minute environ de chaque côté. Réserver dans les assiettes de service.
- Puis, couper les poires en lamelles et les ajouter dans la poêle avec le reste du beurre.
- Les laisser dorer 1 minute à peine et ajouter une cuillère à soupe de caramel liquide ou de sirop d'érable.
- Déposer les lamelles de poire sur chaque assiette garnie de deux tranches de pain perdu, puis verser un peu de crème anglaise et, enfin, saupoudrer d'amandes effilées.
- Pour encore plus de gourmandise, saupoudrer de sucre glace.
- Déguster tiède.



© Lactel/Sandra Mahut

Pour 4 personnes

Préparation : 20 min

Cuisson : 15 min

GÂTEAU DE CRÊPES ARC-EN-CIEL

La recette de la Chandeleur haute en couleur et responsable !

Avec cette recette, Lactel® invente la Chandeleur antigaspi. Un gâteau de crêpes moelleux, aux couleurs de l'arc-en-ciel 100 % naturelles, et ultra-gourmand avec sa chantilly à la banane très originale. Un dessert à la fois beau et surprenant, qui puise dans les restes du frigo les ingrédients de son succès !

Ingrédients

500 g de farine T45
6 œufs
850 g de lait entier Lactel® Bio et Engagé
175 g de beurre fondu + un peu pour la cuisson
2 sachets de sucre vanillé

Colorants naturels

Pour la couleur bleue : 2 cuillères à café de colorant alimentaire naturel bleu en poudre.
Pour la couleur verte : 1 kiwi vert écrasé
Pour la couleur rose : 3 framboises congelées écrasées
Pour la couleur violette : 3 mûres ou myrtilles congelées et écrasées ou du jus de chou rouge cuit.
Pour la couleur jaune : 2 cuillères à café de curcuma en poudre

Ingrédients pour la chantilly

50 cl de crème liquide entière
50 g de sucre glace
2 bananes bien mûres

PRÉPARATION DES CRÊPES

- Verser la farine tamisée dans un saladier et creuser un puits au centre.
- Casser les œufs dans le trou ainsi formé, puis ajouter le beurre fondu et le sucre vanillé.
- À l'aide d'un batteur électrique, fouetter à grande vitesse jusqu'à ce que le mélange soit bien lisse.
- Ajouter ensuite petit à petit le lait sans jamais cesser de fouetter.
- Diviser la pâte en 5 bols identiques et colorer chacun avec un colorant naturel.
- Mélanger bien chaque couleur.
- Faire chauffer la poêle à crêpe à feu vif. Y faire fondre une noisette de beurre et verser une première louche de pâte.
- Laisser cuire 2 minutes, retourner la crêpe et laisser cuire de nouveau 1 minute.
- Répéter l'opération jusqu'à épuisement de chaque pâte de couleur différente.
- Puis laisser complètement refroidir les crêpes.

PRÉPARATION DE LA CHANTILLY

- Placer un bol au congélateur pendant 5 minutes. Puis, y verser la crème fraîche.
- La fouetter au batteur électrique en y ajoutant progressivement le sucre glace et en augmentant la vitesse jusqu'à ce que la crème épaississe pour devenir une chantilly.
- Dans un petit bol, écraser à la fourchette les bananes bien mûres, jusqu'à obtenir une crème assez lisse.
- La mélanger avec la chantilly à l'aide d'une spatule souple.
- Déposer une première crêpe jaune sur une assiette et la recouvrir d'une fine couche de chantilly à la banane.
- Répéter l'opération jusqu'à épuisement des crêpes en alternant les couleurs pour former un arc-en-ciel.
- Placer le gâteau de crêpes au réfrigérateur jusqu'au service.
- Au moment de l'apporter à table, saupoudrer le gâteau de crêpes de sucre glace et le décorer de fruits de saison (kiwi, bananes, graines de grenade...).



© Lactel/Sandra Mahut

Pour 6 à 8 personnes

Préparation : 1 h

Cuisson et montage :
20 min



À propos de Lactel®

Depuis sa création en 1967, Lactel, la marque leader du marché du lait, n'a cessé d'innover pour proposer une large gamme de laits adaptés aux attentes, aux besoins et aux envies de chacun. En 1990, la marque lance la première bouteille UHT 1 L. Lactel est pionnière et n° 1 sur le lait BIO, le lait facile à digérer *Matin Léger*, les laits de Chèvre et de Brebis. Elle renforce également son offre sur les laits aromatisés avec *Lactel Max* et la gamme des *Caffè Latte*. Lactel est le leader du marché du lait avec 22,3 % de PDM en valeur et 18,7 % en volume sur le total lait longue conservation*.

* Panel cumul annuel mobile P13/2021 - HM SM HD Drive Proxi