



Les
maisons
GEPY
GROUPEMENT DES EHPAD
PUBLICS DE L'YONNE

Dans les
cuisines
des maisons
GEPY

DÉCOUVREZ LES RECETTES
DE NOS CHEFS



Éditos

Bruno de Malglaive

(Administrateur des Maisons GEPY)

« Nous sommes heureux de vous faire découvrir les petits secrets de cuisine des Maisons GEPY. Au-delà des clichés, la cuisine en EHPAD rime aussi avec plaisir... Bon sport et bonne dégustation ! »

Christophe Rodon

(Chef cuisinier de l'EHPAD de Saint-Julien-du-Sault)

« Tout au long de l'année, dans les maisons GEPY, nous cuisinons en fonction des saisons et des souhaits des résidents. Nous sommes heureux de vous partager notre savoir-faire dans ce livre de recettes. »

Séverine Chevillard

(Diététicienne de la MDRY)

« Vous trouverez un petit aperçu des recettes plébiscitées dans les établissements des Maisons GEPY où l'alimentation occupe une place très importante. »

Sommaire

ENTRÉE

Rillettes de porc	6
Céleri rave façon salade Russe	7

PLAT

Paëlla au poulet	8
Lasagne aux courgettes et poisson	11
Sauté de veau au chorizo	12
Gratin champenois	14
Flan de saumon fumé	15

DESSERT

Tarte au fromage blanc	16
Crème caramel	17
Bavarois fraise spéculoos	18

Bien vivre dans nos EHPAD publics

NOTRE ÉTAT D'ESPRIT

La force du collectif pour vous accompagner



CONVIVIALITÉ ET SENS DU SERVICE

Nos maisons sont des lieux d'accueil à taille humaine où chacun se connaît. Espaces communs et animations favorisent la convivialité, créant un véritable esprit de famille et un quotidien agréable.



PERSONNALISATION ET QUALITÉ DES SOINS

Une équipe qualifiée est présente jour et nuit pour assurer des soins attentifs. À l'écoute de chacun, nous adaptons l'accompagnement aux besoins et aux habitudes de vie.

Nos 3+



Un accompagnement
personnalisé



Des équipes
formées



Une expertise
médico-sociale



SOLIDARITÉ ET PARTAGE

En tant qu'établissements publics, nous plaçons le bien-être des habitants et des équipes au cœur de nos priorités, pour garantir à chacun dignité, autonomie et accès aux soins.

SERVICE PUBLIC
DANS L'
YONNE
.89.



22
établissements

1600
professionnels

+ de
2300
personnes
accompagnées



Bien manger avec Les maisons GEPY

BIEN MANGER, À TOUT ÂGE

Avec l'âge, les besoins nutritionnels évoluent. Dans les Maisons GEPY, les menus sont **équilibrés, variés et adaptés aux seniors**, pour préserver la santé tout en gardant le plaisir de manger.

UNE VRAIE CUISINE, SUR PLACE

Les repas sont **préparés chaque jour dans nos cuisines** par les chefs et leurs équipes. Des plats cuisinés sur place, comme à la maison.

LE PLAISIR AVANT TOUT

Les chefs tiennent compte des **goûts et des besoins de chacun**, en adaptant les textures si nécessaire pour que le repas reste un moment de plaisir.

DES PRODUITS DE QUALITÉ

Les équipes privilégient autant que possible **des produits bio, locaux et de saison**, pour une cuisine saine et savoureuse.

DES RECETTES PRÉPARÉES AVEC ATTENTION

Des plats imaginés et cuisinés avec soin par les chefs des Maisons GEPY, pour **faire plaisir aux papilles et accompagner le quotidien**.



Rillettes de porc

4 PERSONNES - DIFFICULTÉ : 🍲🍲🍲



Ingrédients

110 gr de poitrine de porc
110 gr d'épaule de porc
110 gr de jambon
 1 œuf
100 gr de saindoux
 Clou de girofle, baie de genièvre, sel, poivre

Préparation

Couper en cubes la poitrine, l'épaule de porc et le jambon.

Mettre le saindoux dans un rondou (faitout).
 Ajouter la viande et les épices.
 Remettre du saindoux par dessus.
 Cuire pendant 5 heures.
 Émietter au batteur.
 Remplir les pots en tassant.
 Recouvrir de saindoux.
 Laisser refroidir.

Céleri rave façon salade Russe

4 PERSONNES - DIFFICULTÉ : 🍲🍲🍲

Ingrédients

400 gr de céleri rave
2 carottes
200 gr de dés de jambon
150 gr de petits pois
2 c.à s. de mayonnaise
2 c.à s. de crème fraîche
1/2 jus de citron
 Sel, poivre

Préparation

Peler et tailler le céleri en petits dés réguliers.
 Faire de même avec les carottes.
 Faire blanchir les dés de légumes avec les petits pois dans un récipient d'eau bouillante salée pendant 5 minutes.
 Égoutter les légumes et laisser refroidir.

Les mélanger dans un saladier avec les dés de jambon, la mayonnaise, la crème fraîche, le jus de citron, du sel et du poivre.
 Réserver au frais jusqu'au moment de servir.

Une recette du chef de l'EHPAD

Résidence Sophie Lamy-Delettrez
 PONT-SUR-YONNE

Une recette du chef de l'EHPAD

Château de Bouron
 CHAMPCEVRAIS

Paëlla au poulet

4 PERSONNES - DIFFICULTÉ : 🍲🍲🍲

Ingrédients

400 gr de pilons de poulet
20 cl d'huile d'olive
2 gr de mélange d'épices à paëlla
80 gr de gambas (ou crevettes)
80 gr de poivrons rouges
2 gr d'ail
20 gr d'oignon
20 gr de petits pois
200 gr de riz
80 gr de chorizo
40 gr de blanc de seiche
40 gr de moules
5 gr de sel
280 cl d'eau

Préparation

Mélanger l'huile d'olive, le sel. Enrober le poulet avec cette préparation. Rôtir le poulet à basse température (100°).

Couper les oignons, les poivrons, et le chorizo en morceaux.

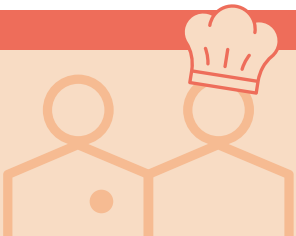
Faire chauffer le bouillon ou l'eau. Mettre dans un plat creux, le riz, les assaisonnements, les seiches, les moules, les gambas, la garniture, le chorizo, les petits pois, un peu d'huile d'olive et mouiller avec l'eau ou le bouillon bouillant et les épices (35cl pour 200g de riz).

Couvrir et cuire 50 min à 1h au four à 180°.



Une recette du chef de l'EHPAD

Résidence Gandrille en Bel Air
 SAINT-SAUVEUR-EN-PUISAYE





PLAT

Lasagne aux courgettes et poisson

4 PERSONNES - DIFFICULTÉ : 

Ingrédients

6 plaques de pâte à lasagnes
600 gr de courgettes
150 gr de poisson blanc
180 gr de filet de saumon
0.5 l de béchamel
50 gr de gruyère râpé

Préparation

Cuire les courgettes à la vapeur, les laisser s'égoutter pendant 1 journée.
 Faire la béchamel.
 Cuire les poissons, les émietter.
 Mélanger poissons et courgettes.

Montage

Dans un plat beurré, alterner : béchamel - plaque à lasagne - mélange poissons/courgettes - béchamel - plaque à lasagne - mélange poissons/courgettes - plaque à lasagne - béchamel - gruyère
 Four préchauffé à 180 °C.
 Cuisson 40 min.



Une recette du chef de l'EHPAD

Maison Départementale
de Retraite de l'Yonne

AUXERRE



Sauté de veau au chorizo

4 PERSONNES - DIFFICULTÉ : ☺☺☺

Ingrédients

440 gr de sauté de veau frais
(épaule, noix, sous-noix)
70 gr de chorizo en rondelles
10 cl d'huile de cuisson
70 gr d'oignons frais
40 cl de vin blanc
Piment
200 gr de concentré de tomate
310 cl d'eau
Sel
10 gr de jus de veau
(facultatif)

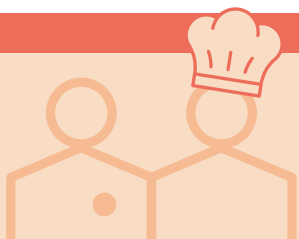
Préparation

Faire revenir et colorer les morceaux de veau avec l'huile puis retirer les morceaux de veau.
Faire revenir et colorer les oignons avec la moitié du chorizo.
Déglacer au vin blanc, rajouter le veau puis tout le reste des ingrédients.
Cuire à feu doux pendant 2h30 environ.



Une recette du chef de l'EHPAD

Résidence des Côteaux
SAINT-BRIS-LE-VINEUX



Gratin champenois

4 PERSONNES - DIFFICULTÉ : 🍲 🍲 🍲

Ingrédients

20 gr de beurre
1 kg de pommes de terre
1 oignons
250 gr de Chaource
60 cl de crème liquide
4 andouillettes de Troyes
 Sel, poivre

Préparation

Éplucher, émincer et cuire l'oignon au beurre.
 Cuire les pommes de terre à l'eau avec la peau 20 à 30 min.
 Les éplucher et les couper en rondelles.
 Cuire les andouillettes au four (180 °C pendant 25 min) ou au grill.
 Les couper en rondelles.

Dans un plat à gratin disposer en couches successives : les pommes de terre, les oignons et les andouillettes coupées.
 Ajouter le Chaource coupé en morceaux.
 Saler et poivrer.
 Recouvrir de crème liquide.

Mettre au four à 180°C pendant 1h30.

Flan de saumon fumé

4 PERSONNES - DIFFICULTÉ : 🍲 🍲 🍲

Ingrédients

150 gr de saumon fumé
6 œufs + 1 jaune d'œuf
0,5 l de crème fraîche liquide
 Poivre à discrétion
 Ciboulette
5 gr de beurre

Préparation

Mixer le saumon.
 Incorporer les œufs et le jaune au fur et à mesure.
 Ajouter la crème liquide.
 Assaisonner.
 Beurrer les ramequins.
 Mettre un peu de ciboulette au fond de chaque ramequin.
 Verser le mélange .
 Cuire au bain-marie 20 minutes à 120°.



Une recette du chef de l'EHPAD

Résidence Joséphine Normand
 BRIENON-SUR-ARMANÇON

Une recette du chef de l'EHPAD

Résidence Saint-Julien
 SAINT-JULIEN-DU-SAULT

Tarte au fromage blanc

4 PERSONNES - DIFFICULTÉ : 

Ingrédients

Pour la pâte brisée :

150 gr de beurre

300 gr de farine

3 c. à s. de sucre

8 cl d'eau

½ c. à c. de sel

Pour l'appareil au fromage blanc :

500 gr de fromage blanc (Les Formes de Pierrette à BLACY)

135 gr de sucre

3 œufs

10 cl de crème épaisse (Les Formes de Pierrette à BLACY)

Préparation

Travailler le beurre en pommade et ajouter la farine, le sucre et le sel. Faire sabler la pâte avec vos mains puis ajouter l'eau pour former une boule.

Laisser reposer 30 min au réfrigérateur.

Étaler la pâte au rouleau puis la disposer dans un moule à tarte de 25 cm de diamètre.

Mélanger le fromage blanc avec la crème, le sucre et les jaunes d'œufs.

Monter les blancs d'œufs en neige puis les incorporer au mélange précédent.

Disposer la préparation dans le moule à tarte préalablement foncé.

Cuire à 180°C Pendant 40 min.

Crème caramel

4 PERSONNES - DIFFICULTÉ : 

Ingrédients

Pour la crème :

320 gr de lait

2,5 œufs

60 gr de sucre

Vanille

Pour le caramel :

80 gr de sucre

2 cl d'eau

Préparation

Préparer le caramel : dans une casserole à fond épais, mettre le sucre, puis l'eau et laisser bouillir à feu doux jusqu'à brunissement. Caraméliser les moules.

Préparer la crème avec la vanille : casser les œufs dans un saladier ou au batteur, ajouter le sucre et la vanille, mélanger. Ensuite verser le lait dans la préparation tout en mélangeant.

Remplir les moules puis les mettre au four à 100°C pendant 45 min à 1h.

Après 45 min vérifier la cuisson des crèmes en les piquant si le caramel remonte les crèmes sont cuites.

Une recette des chefs de l'EHPAD

Pôle gériatrique de la
vallée du Serein

L'ISLE SUR SEREIN - NOYERS - THIZY

Une recette du chef de l'EHPAD

Résidence Gandrille en Bel Air
SAINT-SAUVEUR-EN-PUISAYE

Bavarois fraise spéculoos

4 PERSONNES - DIFFICULTÉ : ☺☺☺

Ingrédients

250 gr de spéculoos
70 gr de beurre mou
50 cl de crème liquide
300 gr de fraises
3 cuillères de sucre
2 feuilles de gélatine

Préparation

Faire ramollir la gélatine dans de l'eau.

Mélanger les spéculoos avec le beurre fondu.

Prendre un cercle d'environ 22 cm et faire une couche de la pâte à spéculoos au fond. Tasser à plat.

Mixer les fraises avec le sucre, faire chauffer afin d'y incorporer la gélatine préalablement trempée afin de la ramollir.

Monter la crème en chantilly et l'incorporer au mélange refroidi.

Ajouter la mousse de fruits dans le cercle sur la pâte à spéculoos.

Faire prendre au froid (au minimum 3 heures).



Une recette du chef de l'EHPAD

Résidence Saint-Julien
 SAINT-JULIEN-DU-SAULT





Dans les
cuisines
des maisons
GEPY



03 86 67 13 10

contact@gepy89.fr

www.ehpad-yonne.fr



Les
maisons
GEPY
GROUPEMENT DES EHPAD
PUBLICS DE L'YONNE