

CONCOURS Chef Crous'To



DATES

Candidatez jusqu'au
22 mars (12h)
Finale le 8 avril

THÈME

entrée, plat et dessert
de saison et limitant
le gaspillage alimentaire

LIEU

Resto U' Médecine
133 Route de Narbonne,
31070 TOULOUSE

Règlement

Règlement du concours Chef Crous'TO Concours de cuisine étudiant – édition 2024

I – Présentation du Crous de Toulouse-Occitanie (l'organisateur)

Le Crous est le **service public étudiant** qui **accompagne tous les étudiants et toutes les étudiantes** dans leur vie quotidienne pendant leurs études supérieures.

Son ambition : leur apporter les mêmes chances d'accès et de réussite dans l'enseignement supérieur. Le Crous de Toulouse-Occitanie agit sur la région Occitanie au sein des **8 départements de l'académie de Toulouse** : Ariège, Aveyron, Haute-Garonne, Gers, Lot, Hautes-Pyrénées, Tarn et Tarn-et-Garonne.

Son champ d'actions recouvre :

les bourses et aides financières, le social et l'accompagnement, le logement, la restauration, la culture et la vie de campus, les jobs étudiants, l'international.

Proposer une restauration équilibrée à tarif social, à proximité de son lieu de vie ou d'études, est l'un des engagements majeurs du Crous de Toulouse-Occitanie.

Plus d'infos 👉 [site Internet](#) | [Instagram](#) | [X](#) | [Facebook](#) | [LinkedIn](#)

II – Organisation du concours

Le Crous de Toulouse-Occitanie lance son premier concours de cuisine, pour les étudiants.

Ce concours, intitulé **Chef Crous'TO**, se déroule du lundi 11 mars matin (date de lancement de l'appel aux candidatures) au lundi 8 avril (jour de la finale).

La phase d'inscriptions (candidature), qui se termine le vendredi 22 mars, se constitue en ligne et aboutit à une présélection, sur jury, de huit finalistes. Ces huit finalistes s'affronteront lors de la finale le lundi 8 avril.

Pour cette première édition, la saisonnalité et le gaspillage alimentaire sont mises à l'honneur.



III - Objet du concours

Les objectifs du concours sont les suivants :

- valoriser les compétences culinaires des étudiants,
- sensibiliser à la cuisine maison et durable,
- pouvoir proposer un menu sur l'ensemble des resto U' avec les recettes gagnantes.

IV - Thème et paniers imposés

Le thème imposé est : **entrée, plat et dessert de saison et limitant le gaspillage alimentaire.**

Les candidats doivent également respecter un panier imposé. En complément de la liste exhaustive ci-dessous, **2 ingrédients** supplémentaires peuvent être demandés par le candidat.

Les ingrédients du panier imposé sont les suivants :

Liste des ingrédients

EPICERIE

		Unité	Colisage
FARINE BLE T55	Farine de blé type 55	KILO	
FECULE MAIS	Fécule de maïs	KILO	
CHAPELURE BR	Chapelure	KILO	
SUCRE SEMOULE	Sucre semoule	KILO	
AMANDE PDRE	Amande en poudre	KILO	
CACAO PUR PDRE 1 K	Cacao non sucré	POCHE	1 kg
NOISETTE DECORTIQUE	Noisette	KILO	
NOIX CERNEAU 1/2	Noix	KILO	
NOIX COCO RAPE	Noix de coco râpée	KILO	
RAISIN SEC BLOND	Raisin sec	KILO	
CHOCO NOIR MINI GOUTTE 6 K	Pépité de chocolat noir	CARTON	6 kg
LEVURE CHIMIQUE 1 K	Levure chimique	BOITE	1 kg
SPECULOOS CONCASSE 750 G	Speculoos concassé	SACHET	750 g
AROME VANILLE 1 L	Arôme vanille	BOUEILLE	1 L
OLIVE VERTE DENOY 34/39 B5/1	Olive verte dénoyautée	BOITE	2 kg
OLIVE NOIRE DENOY 34/39 B5/1	Olive noire dénoyautée	BOITE	2 kg
THON NAT PCH 0,6 K	Thon	POCHE	600 g
TOMATE CONCENTRE B4/4	Concentré de tomate	BOITE	880 g
TOMATE PELE CONCASSE B5/1	Tomate pelée en morceaux	BOITE	3,825 kg
VG AVOINE FLOCON	Flocon d'avoine	SACHET	500 g
VG BLE POIS CHICHE EMINCE FR	Emincé de blé et pois chiche	KILO	
EPICE PIMENT DOUX MOULU FLAPPER	Piment doux moulu	SACHET	400 g
EPICE MEXICAIN FLAPPER	Epice mexicaine	BOITE	185 g
EPICE CURRY FLAPPER	Curry	BOITE	430 g
EPICE CURCUMA MOULU FLAPPER	Curcuma	BOITE	400 g
EPICE CANNELLE MOULUE FLAPPER	Cannelle	BOITE	350 g



**RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE**

*Liberté
Égalité
Fraternité*



CEREALES / RIZ / LEGUMINEUSE

PATES LASAGNE 1/2 GASTRO 3 K	Pâte à lasagne (sec)	CARTON	3 kg
PATES NOUILLE CHINOISE 3 K	Nouille chinoise (sec)	SACHET	3 kg
PATES MACARONI 5 K	Macaroni (sec)	SACHET	5 kg
PATES SPAGHETTI 5 K	Spaghetti (sec)	SACHET	5 kg
RIZ LG CAMARGUE IGP 5 K	Riz long	SACHET	5 kg
RIZ RD DESSERT CAMARGUE IGP 2,5 K	Riz rond	SACHET	2,5 kg
BOULGOUR 5 K	Boulgour	SACHET	5 kg
COUSCOUS SEMOULE MOYEN 5 K	Semoule	SACHET	5 kg
BLE PCUIT CE2 5 K	Blé précuit	SACHET	5 kg
MAIS GR 3/1	Maïs	BOITE	1,775 kg
LENTILLE PREPARE B5/1	Lentille préparée	BOITE	2,655 kg
HARICOT RGE B4/4	Haricot rouge	BOITE	500 g
POIS CHICHE 4/4	Pois chiche	BOITE	530 g

PAIN

PAIN BURGER SESAME 56 G	Pain à burger au sésame	PIECE	56 g
PAIN EPICE 500 G	Pain d'épice	UNITE	21 tranches de 24 g
PAIN MIE CROQUE 14 TR	Pain de mie	SACHET	14 tranches de 40 g
TORTILLA BLE NAT 30 CM	Galette tortilla	UNITE	100 g
CROUTON AIL 500 G	Croûton à l'ail	SACHET	500 g

CONDIMENTS / SAUCE

HUILE COLZA 1 L	Huile de colza	BOUTEILLE	1 L
HUILE OLIVE EXTRA VIERGE 1 L	Huile d'olive	BOUTEILLE	1 L
VINAIGRE BALSAMIQUE MODENE IGP	Vinaigre balsamique	BOUTEILLE	1 L
MIEL FLEUR LIQUIDE 1 K	Miel	POT	1 kg
MOUTARDE 1 K	Moutarde	SEAU	1 kg
PESTO VERT 1 K	Pesto vert	POCHE	1 kg
SAUCE MAYO HTE FERMETE 5 L	Sauce mayonnaise	SEAU	5 kg
SAUCE PIZZA B5/1	Sauce tomate pizza	BOITE	4,1 kg
SAUCE SOJA SALE 1 L	Sauce soja salée	BOUTEILLE	1 L
SAUCE SOJA SUCRE	Sauce soja sucrée	BOUTEILLE	1 L
CITRON JNE A DILUER 70 CL	Jus de citron	BOUTEILLE	70 cL
SAUCE DESSERT CHOCO B3/1	Sauce chocolat	BOITE	3,3 kg
SAUCE DESSERT CARAMEL FLACON	Sauce caramel	FLACON	1,25 kg
NAPPAGE FRUIT RGE SEAU	Coulis fruit rouge	SEAU	900 g
CREME ANGLAISE UHT FR	Crème anglaise	LITRE	1 L
POIVRE GRIS MOULU	Poivre gris	KILO	
SEL FIN 1 K	Sel	KILO	



**RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE**

*Liberté
Égalité
Fraternité*



CREMERIE

OEUF BLC LIQUIDE PPA FR	Blanc d'oeuf	LITRE	1 L
OEUF JNE LIQUIDE PPA FR	Jaune d'œuf	LITRE	1 L
OEUF ENT LIQUIDE PPA BBC FR	Œuf entier	LITRE	2 L
CREME FRAICHE UHT 35% 1 L BIO FR	Crème fraîche	LITRE	1 L
VG CREME UHT SOJA BIO 50 CL	Crème de soja	BRIQUE	500 mL
BEURRE DOUX FR	Beurre doux	KILO	250 g
LAIT 1/2 ECREME UHT BIO FR	Lait demi-écrémé	LITRE	1 L
YAOURT NAT BIO FR	Yaourt nature	UNITE	100 g
BREBIS DES FR	Dés de brebis	KILO	500 g
		CARTON DE 12	
CAMEMBERT FR	Camembert	UNITES	240 g
CHEVRE BUCHE 1 K FR	Bûche de chèvre	KILO	1 kg
CHEDDAR RAPE FR	Cheddar râpé	KILO	1 kg
EMMENTAL RAPE BIO FR	Emmental râpé	KILO	1 kg
EMMENTAL DES FR	Dés d'emmental	KILO	1 kg
FROMAGE BLC SEAU 3,1 % FR	Fromage blanc	KILO	5 kg
	Fromage ail et fines herbes	BARQUETTE	500 g
FROMAGE AFH A TARTINER FR			
PARMESAN AOP 1 K FR	Parmesan	KILO	1 kg
MOZZARELLA COSSETTE FR	Mozzarella	KILO	2,5 kg
REBLOCHON AOP FR	Reblochon	KILO	450/550 g

PORC

PORC BACON FUME TR VPF FR	Bacon fumé	KILO	500 g
PORC CHORIZO DOUX TR BN VPF FR	Chorizo doux en tranche	KILO	500 g
PORC JBON DD DES 8X8 MM FR	Dés de jambon blanc	KILO	1 kg
PORC JBON SEC TR FR	Jambon sec en tranche	KILO	500 g
PORC LARDON FUME VPF BBC FR	Lardon fumé	KILO	1 kg
PORC CHAIR A SAUCISSE VPF BBC FR	Chair à saucisse	KILO	1 kg
PORC SAUCISSE TOULOUSE BN VPF BBC FR	Saucisse de toulouse	KILO	130 g la saucisse
PORC TRAVERS VPF BBC FR	Travers de porc	KILO	950 g le travers de porc
PORC FILET MIGNON VPF BBC FR	Filet mignon de porc	KILO	500 g le filet mignon
PORC COTE ECHINE 130 G VPF BBC FR	Côte de porc	KILO	130 g la côte

POULET

POULET AIGUILLETTE BBC FR	Aiguillette de poulet	KILO	25 à 35 g l'aiguillette
POULET CUISSE 180/200 G BBC FR	Cuisse de poulet	KILO	180 à 200 g la cuisse
POULET FILET 120/140 G BBC FR	Filet de poulet	KILO	120 à 140 g le filet
POULET PILON 80/120 G BBC FR	Pilon de poulet	KILO	80 à 120 g le pilon

DINDE

DINDE BROCHETTE BBC FR	Brochette de dinde	KILO	130 g la brochette
DINDE CUISSE EMINCE S/O S/P BBC FR	Cuisse de dinde émincée	KILO	30 g l'émincé
DINDE ESCALOPE BBC FR	Escalope de dinde	KILO	120 g l'escalope
DINDE FILET BBC FR	Filet de dinde	KILO	120 à 180 g le filet

BŒUF

BOEUF EFFILOCHE CUIT VBF FR	Bœuf effiloché	KILO	500 g
BOEUF HACHE STEAK 125 G VBF SURG	Steak haché de bœuf	KILO	125 g le steak haché
BOEUF HACHE VRAC VBF FR	Bœuf haché	KILO	1 kg
BOEUF MERGUEZ BN FR	Merguez	KILO	50 g la merguez

POISSON

CABILLAUD FILET FR	KILO
EGLEFIN FILET FR	KILO
JULIENNE FILET FR	KILO
SAUMON FILET FR	KILO
TRUITE FILET FR	KILO
CREVETTE CUITE 60/80 FR	KILO

LEGUMES

ARTICHAUT 1EG	KILO	
ASPERGE BLC 1EG	KILO	
BETTERAVE RGE 1EG	KILO	
CAROTTE 1EG	KILO	
CELERI RAVE KG 1EG	KILO	
CHAMPIGNON PARIS 1EG	KILO	
CHAMPIGNON FORESTIER MEL 1EG	KILO	
CHOU BLC 1EG	KILO	
CHOU BRUXELLES 1EG	KILO	
CHOU FLEUR KG 1EG	KILO	
CONCOMBRE PIECE 1EG	PIECE	
COURGETTE 1EG	KILO	
SAL ENDIVE 1EG	KILO	
EPINARD 1EG	KILO	
FENOUIL 1EG	KILO	
NAVET 1EG	KILO	
OIGNON JNE 1EG	KILO	
POIREAU 1EG	KILO	
PANAIS 1EG	KILO	
RADIS RD BOTTE 1EG	BOTTE	300 g

FRUIT

KIWI 1EG	KILO
ORANGE NAVELINE KG 1EG	KILO
ORANGE SANGUINE KG 1EG	KILO
PAMPLEMOUSSE 1EG	KILO
POIRE 1EG	KILO
POMME 1EG	KILO
FRAISE FRANCE 1EG	KILO

V - Conditions de participation au concours

Le concours de cuisine étudiant 2024 est ouvert à tous les étudiants régulièrement inscrits dans une formation post bac de l'académie de Toulouse, quel que soit l'établissement. Les candidats concourent seuls et auront l'appui de chefs cuisiniers pendant la finale.

Tout participant au concours 2024 s'engage à en accepter le présent règlement. Les déplacements des participants occasionnés dans le cadre de l'évènement, restent sous leur responsabilité.

VI - Participation au concours

Le concours se déroule en deux étapes :

1) Une présélection sur dossier (phase de candidature-inscription) qui se compose ainsi :

Un dossier de candidature complet doit être déposé. Ce dossier doit comporter **le nom des recettes, les quantités d'ingrédients pour 3 personnes, les étapes de la recette ainsi qu'une info sur la démarche anti-gaspi initiée dans la recette.**

Les recettes doivent renseigner la quantité d'ingrédients en utilisant l'unité de référence.

Les candidats ont jusqu'au **vendredi 22 mars 2024 12h, heure de Paris** pour envoyer leur recette via le formulaire présent sur le site Internet du Crous de Toulouse-Occitanie.

Les recettes seront ensuite analysées par un jury, qui retiendra une sélection de 8 finalistes pour l'ensemble de l'académie.

Attention, la candidature ne sera pas retenue si l'étudiant ne respecte pas le panier imposé, le thème ou que son dossier est incomplet (pas de quantités d'ingrédients et/ou d'étapes de recettes).

2) La finale dans une cuisine professionnelle : au Resto U' Médecine, à Toulouse

Les finalistes devront réaliser leurs recettes proposées dans le dossier de candidature en direct, dans une cuisine professionnelle, pour 3 personnes, en 4h. Tous les ustensiles, les aliments et les tenues de cuisine seront fournis. Les billets de train, ainsi que le logement (la veille du concours) pour les étudiants venant des villes et territoires universitaires d'équilibres seront pris en charge par le Crous de Toulouse-Occitanie.

Il est attendu lors de cette phase finale pratique que les candidats suivent les règles attendues de bienséance et de précaution élémentaire sur un lieu dédié à la cuisine professionnelle.

Attention, le candidat veillera à utiliser seulement des plaques chauffantes, un four à air pulsé, un four vapeur et un micro-ondes pour l'élaboration et la production de ses recettes.

Quatre prix sont remis à l'issue de la finale. Un candidat peut gagner plusieurs prix.

VII - Lieu de la finale, dates et horaires

Le jury de la présélection sur dossier est traité par voie informatique. Chaque candidat retenu pour la finale sera informé par mail, le vendredi 22 mars 2024 au soir sur sa qualification à la finale. Chaque candidat retenu pour la finale devra automatiquement confirmer sa présence pour la finale avant le mardi 26 mars 2024 18h.

La finale se **déroule le lundi 8 avril 2024 à 7h15 au Resto U' Médecine**, jusqu'à 15h30.

Les finalistes sont invités à arriver sur les lieux à 7h15 pour avoir le temps de s'installer dans de bonnes conditions.

Adresse : 133 Route de Narbonne, 31070 Toulouse

Comment s'y rendre ?

[Lien de la page du Internet du Crous](#) | [Carte Google](#)

Organisation de la finale :

- 7h15 : accueil et briefing des finalistes
- 8h00 : top départ du concours
- 12h00 : présentation des plats au jury, remise en état de la cuisine
- 14h30/15h00 : annonce des gagnants et remise des prix
- 15h30 : pot de clôture

Des convocations et des attestations de présence pourront être fournis aux étudiants.

VIII - Ustensiles de cuisine disponibles sur le lieu

Les finalistes auront à disposition des plaques de cuisson, un micro-ondes et un four professionnel à air pulsé et un four vapeur pour cuire leurs préparations. Ils auront l'aide de chefs de cuisine pour l'usage des matériaux cités.

Les ustensiles présents sur place sont :

Couteaux – Fourchettes – Cuillères – Assiettes – Couteau-économe – Planche à découper – Maryse – Fouet – Louche – Spatules – Passoire – Ecumoire – Entonnoir – Balance – Rouleau – Cul-de-poule – Pinceau – Casseroles – Couverts – Poêles – Cocotte – Plat à gratin – Plat à tarte – Mixeur – Douille à pâtisserie – Emporte-pièce – Chinois

Pour le dressage, les candidats auront à leur disposition des assiettes.

Le Crous se réserve le droit d'affecter auprès des candidats finalistes des agents de restauration afin de vérifier de la bonne utilisation des biens et équipements mis à disposition lors de la phase finale.

IX - Jury de la présélection sur dossier

Le jury sera composé de personnels de la direction de la restauration et de la direction de la communication et du marketing.

Le jury établira sa présélection en fonction des critères et des points suivants :

- l'originalité de la recette,
- les étapes de la recette,
- la saisonnalité,
- l'info anti gaspi,
- l'adaptabilité de la recette pour la restauration collective (recette facilement réalisable pour 100 portions).

X - Jury de la finale

Le jury sera composé d'un membre de la direction générale du Crous, de la direction de la restauration du Crous, d'un élu étudiant Crous, de notre fournisseur de fruits et légumes frais, d'un chef de cuisine.

Le jury est souverain, ses décisions sont donc en principe sans appel.

Le jury établira le classement en fonction des critères et des points suivants :

- les quantités adaptées pour 3 personnes,
- le dressage de l'assiette,
- les saveurs et textures des préparations,
- les associations de couleurs,
- l'hygiène alimentaire et la propreté du plan de travail,
- la saisonnalité,
- le point anti gaspi.

XI - Remise des prix

La remise des prix aura lieu à l'issue du concours. Les lots à gagner sont les suivants :

Le prix du jury – prix coup de cœur du concours :

- Un lot d'ustensiles professionnels de cuisine
- Une interview presse
- Des goodies Crous

La meilleure entrée :

- Un panier garni de fruits et légumes frais.
- Des goodies Crous

Le meilleur plat :

- Un repas dans une de nos brasseries, pour deux personnes
- Des goodies Crous

Le meilleur dessert :

- Un atelier de pâtisserie avec un chef du Crous
- Des goodies Crous

La meilleure entrée, le meilleur plat et le meilleur dessert seront proposés simultanément à la rentrée dans tous les Resto U' du Crous de Toulouse-Occitanie, et valorisés dans la communication du Crous.

XII - Traitement des données personnelles

Les informations nominatives recueillies dans le cadre du présent jeu font l'objet d'un traitement par le Crous de Toulouse Occitanie. Ces données sont nécessaires à la bonne gestion du jeu organisé par le Crous de Toulouse Occitanie et à la prise en compte de chaque participation.

Ce traitement est basé sur votre consentement que vous nous communiquez lors de votre inscription. Les données collectées seront communiquées aux seuls destinataires suivants : personnel habilité du CROUS (dont Direction de la restauration, direction de la communication et du marketing). Elles sont conservées le temps de l'organisation du jeu.

Vous pouvez accéder aux données vous concernant, les rectifier, demander leur effacement ou exercer votre droit à la limitation du traitement de vos données, ou retirer à tout moment votre consentement au traitement de vos données.

Pour exercer ces droits ou pour toute question sur le traitement de vos données dans ce dispositif, vous pouvez contacter notre DPO en vous adressant à :

- dpo@crous-toulouse.fr par mail

- ou par voie postale :

DPO du Crous de Toulouse-Occitanie,
58 rue du Taur, CS 67096, 31 070 Toulouse cedex 7

XIII - Responsabilité

Tous les candidats déclarent préalablement connaître les risques liés à la pratique de la cuisine (brûlures, coupures).

Tous les candidats déclarent être titulaires d'une responsabilité civile personnelle auprès d'une compagnie d'assurance couvrant tous les dommages qui leur incombent du fait de leurs activités dans le cadre du présent concours et qui pourraient être causés par leur fait.

L'organisateur décline toute responsabilité en cas d'allergie ou autre réaction à l'un des ingrédients utilisés lors de la phase finale du concours.

Pour tout renseignement complémentaire, contacter la direction de la restauration à [restauration \(at\) crous-toulouse.fr](mailto:restauration@crous-toulouse.fr).