CHAMONIX-MONT-BLANC

Crostiflette la marmotte

Menu Grand Est

JEUDI 19 NOVEMBRE 2026

À la découverte de nos régions...



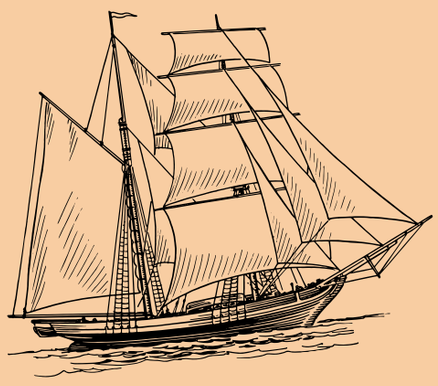






Ce document est réalisé par la Cuisine Centrale.

L’équipe de la Cuisine Centrale de Chamonix Mont-Blanc propose aux convives d’aller à la découverte ou de redécouvrir des spécialités locales de grandes régions de France.



Autrefois, les marins emportaient de la choucroute sur les bateaux pendant les longs voyages. Elle est pleine de vitamine C, elle empêchait les marins de tomber malades en mer !

À l’honneur aujourd’hui, la belle région Grand Est avec notamment sa célèbre choucroute. C'est un plat très connu à base de chou découpé très fin auquel on ajoute du sel. Il est ensuite tassé fortement dans de grands pots que l’on laisse reposer pendant plusieurs semaines. Sans air et grâce au sel, de gentilles bactéries vont transformer le chou.

Résultat : il devient légèrement piquant, tendre et se conserve pendant des mois sans s'abîmer !



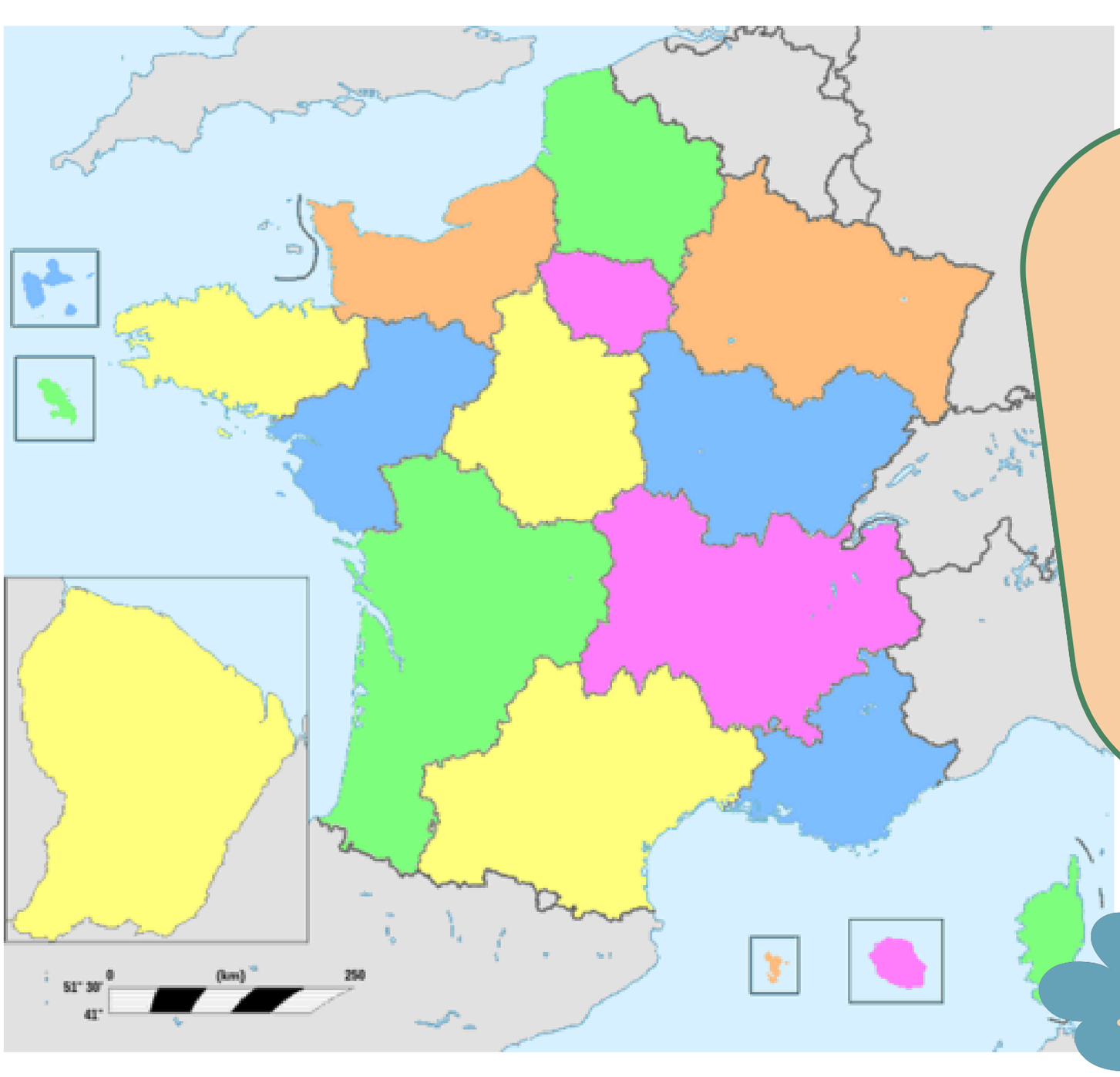
C'est une recette inventée il y a très longtemps, avant l'invention des réfrigérateurs. Dans l'assiette, la choucroute, ce n'est pas juste du chou ! Notre recette se prépare avec des saucisses, de la viande de porc, des pommes de terre.

Le coin des enfants



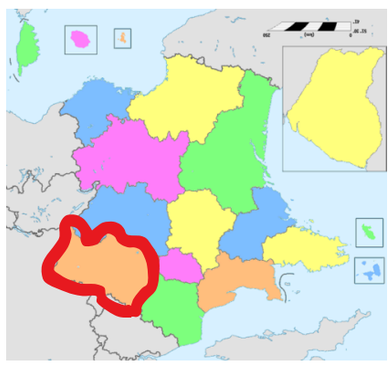
Relie tous les points pour découvrir l'animal emblématique de la région ?





Mais sais-tu placer la région Grand Est sur la carte de la France ?





Solutions : Une cicogne