



Défendons le goût du frais

Communiqué de presse - Brocoli Prince de Bretagne : le chou d'été qui inspire le chef Jean Imbert

13 avril 2016 - 08h39



Dès le mois de mai, il fait son apparition sur la côte nord de la Bretagne : le brocoli est le chou d'été breton. Partenaire de la marque et de ses produits, le chef Jean Imbert s'investit aux côtés du Brocoli Prince de Bretagne pour mettre en avant ses atouts tant culinaires que nutritionnels. Nouvel emballage, nouvelles recettes... Al dente, cru ou froid, le brocoli sera notre allié de l'été !

Planté au printemps sur la côte nord de la Bretagne, les premières têtes de brocolis sont récoltées dès le mois de mai. Si le mois de juin signe sa pleine saison, le brocoli Prince de Bretagne se consomme ensuite tout l'été jusqu'en octobre.

Paré pour l'été avec son nouvel emballage « vitaminé »

Pour accompagner sa campagne 2016, Prince de Bretagne a imaginé un nouvel emballage pour son brocoli : un sachet fraîcheur doté d'informations nutritionnelles et pratiques pour le cuisiner. Ce nouvel emballage permet une meilleure conservation du brocoli tout en mettant en avant les atouts de ce légume de saison dont sa teneur en vitamine C encore trop méconnue des consommateurs.

Recommandé par le chef Jean Imbert

Partenaire de la marque et de ses produits, proche des producteurs qu'il a régulièrement rencontrés lors de la réalisation de ses recettes filmées sur exploitations, le chef Jean Imbert recommande cette année le brocoli Prince de Bretagne. Sensible à la saisonnalité, il apporte une caution supplémentaire pour rappeler que la pleine saison du brocoli breton est bien en été et à l'automne. En tartines, en velouté ou en accompagnement d'un tartare de poisson, le brocoli Prince de Bretagne a particulièrement inspiré Jean Imbert cette année.

Une petite bombe nutritionnelle au goût subtil

Particulièrement recommandé par les nutritionnistes, le brocoli regorge d'atouts nutritionnels à préserver. C'est l'un des légumes les plus riches en vitamines C et en vitamines K et B9. Léger, il ne compte que 29 calories pour 100g (en cuit), ce qui en fait un allié minceur de choix. Une tête de brocoli Prince de Bretagne représente 3 à 4 portions, idéale donc pour une consommation familiale. Son tronc, que nous avons trop souvent tendance à négliger, se prépare en purée ou rissolé en petits dés. Cru, cuit, al dente et pourquoi pas en pique-nique, le brocoli est idéal en été.

A propos du brocoli Prince de Bretagne

Les producteurs de légumes frais Prince de Bretagne produisent et commercialisent le brocoli depuis 1991. Avec 8000 tonnes produites par an, la Bretagne est aujourd'hui devenue la première région française pour la culture de brocolis vendus en frais. Mais ce petit bouquet de boutons de fleurs est sensible : au froid, ce qui limite la période de culture au mois les plus doux (entre mai et octobre) ; à la chaleur, ce qui impose de nombreuses précautions entre la récolte et la vente. Ils sont donc récoltés à la main par les producteurs Prince de Bretagne, puis ensuite conservés une nuit au frais et commercialisés dès le lendemain de la récolte pour garantir un refroidissement optimal pour la conservation.

Découvrez la recette filmée de Jean Imbert en visite sur l'exploitation de Brigitte, productrice de brocoli Prince de Bretagne :

