

## LA FINLANDE

Première Bac pro restauration

Dans ce cours :

- Carte et ressources
- Les spécialités culinaires et recettes
- Les bonnes tables et Les chefs connus
- Les sites internet

### Présentation et gastronomie

Capitale : **Helsinki**

Superficie : **337030 Km<sup>2</sup>**

Population : **5170000 hab**

Principales villes : **Turku, Tampere, Kokkola, Oulu, Lahti, Kemi...**

La Finlande est dans le nord de l'Europe ; Bordée par la mer Baltique, elle possède des frontières avec la Russie à l'est, la Norvège au nord et la Suède à l'ouest. Le climat polaire rend l'agriculture difficile. Pays de lacs et de forêts, les habitudes alimentaires sont souvent communs avec ses voisins scandinaves au sud, lapons au nord et russes à l'est.

La consommation de poissons de mer de rivière ou d'élevage est importante. La cuisine utilise beaucoup les fruits rouges et les champignons de saison.

### La carte



### Les produits Marqueurs

#### Produits de l'élevage et de la chasse

- Bœuf, Porc, agneau, renne
- Lapin Puikula AOP
- Gibier d'eau ( canard )

#### Produits de l'agriculture et du maraichage :

- pommes de terre, choux, navets, betteraves rouges, concombre, rutabaga, aneth, champignons sauvages (cèpes et morilles), fruits et baies sauvages (mures, fraises, framboises, airelles)

#### Produits de la pêche

- Ecrevisses, cabillaud, saumon, anguille, lavaret, lotte, omble, perche, truite, sandre, hareng, brème, brochet..

#### Produits de l'agroalimentaire

- Charcuteries et viandes fumées, poissons fumés, poissons salés et séchés.  
Transformation de la viande d'ours.  
Boudins noirs aux airelles de Tempere, saucisses de Turko aux raisins secs ou à l'oignon

#### Produits laitiers

- Lait caillé, Edam, Revontulu, laihis...

## Les spécialités et les recettes

### **Hernekeitto :**

Soupe de pois au lard.

### **Rosolli :**

Salade de harengs, betterave et carottes.

### **Karjalanpaisti :**

Potée aux viandes de bœuf, porc et agneau.

### **Karjalanpiirakka :**

Tarte au seigle garnie de purée de pommes de terre.

### **Kalakkuko**

Filets de poissons au lard cuits en crouste.

### **Vorhmack**

Hachis de viande et de hareng salé.

### **Pasha**

Dessert de pâques

### **Mâmmi**

Pâtisserie au gruau de malt

### **Juustoleipa**

Crêpes servies avec de la confiture de fraises ou de framboises.

## Les bonnes tables

### **Chez Dominique** à Helsinki

Chef : **Hans Välimäki**

### **G W Sundmans** à Helsinki

Chef : **Jarmo Vaha Saho**

### **George** à Helsinki

Chef : **Markus Aremo**

## Produits avec sigles officiels

### **Lapin puikula AOP**

## Menu

### **Hernekeitto**

Soupe de pois au lard

### **Kalakkuko aux harengs**

Filets de poisson et lard fumé cuits en crouste.

### **Poronkaristys**

Emincé de viande de renne aux mures sauvages

### **Revontulu**

Fromage au lait de vache

### **Tippaleipa**

Beignets de fils de pâte saupoudrés de sucre.