



SWISS  
DESIGNED



# ZÉRO VIANDE. PUR RÉGAL.

ASSORTIMENT DE PRODUITS  
POUR LA RESTAURATION COMMERCIALE



# THE GREEN MOUNTAIN : NOTRE NOM DIT DÉJÀ TOUT

**GREEN** représente nos produits naturels et sans viande, à base végétale.  
**MOUNTAIN** représente leur origine et notre production régionale.

## **Les ingrédients. Simplement de grande qualité.**

La protéine de petit pois, de blé et/ou de soja garantit le même goût que son équivalent à base de viande. Nous n'utilisons que des ingrédients de grande qualité provenant, dans la mesure du possible, de Suisse ou des pays européens voisins. transport des matières premières est raccourci et cela contribue à une production durable.





## NOTRE PROMESSE : ZÉRO VIANDE. PUR RÉGAL

**Pour tous ceux qui veulent se régaler,  
mais sans viande.**

Non seulement les produits à base végétale  
THE GREEN MOUNTAIN ressemblent à de la viande  
et en ont le goût, mais ils se préparent également de la  
même manière.

Ils dégagent du jus à la cuisson, développent une  
note grillée et caramélisent - Les produits THE GREEN  
MOUNTAIN : Un vrai plaisir à déguster !

- ✓ Source de vitamine B12
- ✓ Parfaitement assaisonnés
- ✓ **Sans** sucre ajouté
- ✓ **Sans** huile de palme
- ✓ **Sans** exhausteurs de goût

**HIGH  
PROTEIN**

**VITAMIN  
B12**





# PLANT-BASED BURGER

Black & Blue  
Burger



Chimichurri  
Burger



Burger  
Oignons rouges et vinaigre balsamique



# ZÉRO VIANDE. MAIS AVEC LE SENTIMENT D'UN VRAI BURGER.

VITAMIN  
B12

HIGH  
PROTEIN



C'est avec fierté que nous vous présentons le premier burger développé et produit en Suisse – notre burger THE GREEN MOUNTAIN.

- ✓ Se prépare selon différents niveaux de cuisson
- ✓ Dégage du jus à la cuisson
- ✓ Caramélise et développe une note grillée

Pour ravir les convives, avec une solution totalement sans viande !

## PRÉPARATION



### À LA POËLE

- Important : La poêle ne doit jamais être trop chaude.
- Faire cuire le burger de chaque côté, jusqu'à écoulement du jus rouge (=à point).
- Le temps de cuisson varie selon la température de cuisson et si le burger a été décongelé ou non.



### AU GRILL

- Il est préférable de placer le burger encore surgelé sur le grill.
- Le placer sur le grill à température moyenne et le faire cuire jusqu'à écoulement du jus.



### AU FOUR MIXTE

- Important : Décongeler préalablement le burger et utiliser des plaques de cuisson appropriées.
- Placer les burgers sur une plaque du four froide avant de la placer dans le four à vapeur combiné préchauffé à 250 °C et faire griller pendant 3 minutes (à point). Régler la ventilation au maximum et enclencher la hotte.
- Retirer de la plaque et utiliser le produit sans le retourner. Servir immédiatement.





# PLANT-BASED ALTERNATIVE AU FROMAGE D'ITALIE

Charcuterie



Grill Bill  
Fromage d'Italie grillé avec  
pommes de terre en dés



Salade  
de viande



# FROMAGE D'ITALIE SANS VIANDE NI FROMAGE : UNE TELLE CONTRADICTION A RAREMENT ÉTÉ AUSSI DÉLICIEUSE.



Alternative végan au fromage d'Italie à cuire au four ou à consommer froid, qui est en outre moins calorique et moins salé que son homologue à base de viande. À l'apéritif, en entrée ou en plat principal, ce fromage d'Italie ne connaît pas de limites.

## PRÉPARATION



### À LA POÊLE

- Préchauffer la poêle à feu moyen.
- Saisir les tranches de env. 1 cm d'épaisseur dans un peu d'huile 4–5 minutes de chaque côté.



### AU FOUR MIXTE

- Préchauffer le four mixte à 150 °C (40% de vapeur).
- Faire cuire le fromage d'Italie entier sans emballage jusqu'à ce qu'il soit complètement réchauffé (env. 60 min.).



### AU BAIN-MARIE

- Chauffer le fromage d'Italie entier avec l'emballage dans le bain-marie jusqu'à ce qu'il soit complètement réchauffé. Congelé : env. 2 heures, réfrigéré : env. 1h30

## CONSEILS ET ASTUCES

### pour la préparation :

- Décongeler complètement le produit au préalable.
- Cuire à 150 °C et 40% de vapeur pendant environ 60 minutes, jusqu'à ce que le produit soit bien cuit.
- Peut être régénéré en tranches dans un four combiné ou dans une poêle à frire.
- Idéal en accompagnement de charcuterie, de sandwiches ou de fromage d'Italie classique.



SWISS  
DESIGNED



# PLANT-BASED ALTERNATIVE AU TARTARE ET AU HACHÉ

Freak out  
Boulettes avec salade  
de pommes de terre



Spaghetti bolognaise  
à base végétale



# FINEMENT ASSAISONNÉ ET SERVI RAPIDEMENT

HIGH  
PROTEIN

VITAMIN  
B12



Plant-based Alternative au tartare est un délicieux produit à base de haricots, déjà assaisonné, et que vous pouvez donc servir directement.

## CONSEILS ET ASTUCES

### pour la préparation :

- Faire préalablement décongeler le nombre de portions souhaitées dans leur emballage 3 h avant utilisation à +5 °C max.
- Aucun assaisonnement supplémentaire nécessaire.
- Retirer de l'emballage et servir froid.



# POUR TOUS CEUX QUI AIMENT LE HACHÉ – SANS VIANDE BIEN SÛR

Vraiment polyvalent : Le Haché à base végétale permet de transformer de nombreux classiques en un régal sans viande.

## PRÉPARATION



### À LA POËLE

- Décongeler le produit préalablement, retirer le papier.
- Utiliser de l'huile végétale pour la cuisson.

## CONSEILS ET ASTUCES

### pour la préparation :

- Assaisonner avec prudence – le haché contient déjà du sel et des épices.
- Peut être cuisiné comme de la viande hachée traditionnelle.

VITAMIN  
B12

HIGH  
PROTEIN



SWISS  
DESIGNED



# PLANT-BASED BALLS



Panini-Balls  
des boulettes dans un petit  
pain

Bowling Green  
des boulettes avec de la salade de  
persil

# 100 % APPÉTISSANT. 0 % VIANDE.

Les boulettes véganes à base de protéines de petits pois et d'huile de colza convainquent par leur goût et leur diversité d'utilisation. Lors de la cuisson, elles brunissent naturellement



VITAMIN  
B12

HIGH  
PROTEIN

## PRÉPARATION



### À LA POÊLE

- Ne pas trop faire chauffer la poêle et faire cuire les boulettes en les retournant régulièrement.



### AU FOUR MIXTE

- Placer les boulettes sur une plaque recouverte de papier. Cuire à 170 °C avec 20% de vapeur pendant 8–10 minutes dans le four combiné vapeur préchauffé.
- Pour utilisation dans des sauces, faire dorer préalablement.

## CONSEILS ET ASTUCES

### pour la préparation :

- Pour utilisation dans des sauces, faire dorer préalablement.



SWISS  
DESIGNED



# PLANT-BASED ALTERNATIVE AUX SAUCISSES



Kumpir  
à la saucisse grillée

Saucisse au curry  
avec sauce au curry fruitée  
et frites

# UNE VÉRITABLE SAUCISSE – CROQUANTE EN BOUCHE !

VITAMIN  
B12

Plant-based  
Saucisse pour saucisse au curry

Plant-based  
Saucisse grillée

PEUT AUSSI ÊTRE SERVIE FROIDE!

## PRÉPARATION



### À LA POÊLE

- Préchauffer la poêle à feu moyen avec un filet d'huile.
- Cuire les saucisses décongelées pendant 7–9 min. (saucisse grillée) ou 4–6 min. (saucisse au curry) dans la poêle.



### AU GRILL

- Préchauffer le grill.
- Cuire les saucisses décongelées et huilées en les retournant régulièrement pendant 9–12 min.



### AU FOUR MIXTE

- Décongeler les saucisses nécessaires.
- Faire cuire dans un four mixte préchauffé à 220 °C (air chaud) pendant environ 9 minutes (saucisse blanche) ou 6–8 minutes (saucisse au curry).

Notre alternative à la saucisse à griller a été développée avec tout le doigté du métier de boucher. Tout le secret réside dans le «boyau» végétalien qui rend la saucisse aussi croquante que la version originale.

Notre saucisse pour saucisse au curry est pour tous ceux qui renonce partiellement ou complètement à la viande. Qu'il s'agisse d'un hot-dog XXL ou d'une currywurst typiquement allemande, cette saucisse, savoureuse et ludique, profite d'une grande popularité dans les concepts streetfood. Essayez-la!

## CONSEILS ET ASTUCES

### pour la préparation :

- Décongeler, huiler légèrement et piquer les saucisses.
- Préchauffer la plaque à rôtir.
- L'alternative à la saucisse rouge peut également être consommée froide.



ENJOY  
HOT OR  
COLD



# PLANT-BASED ESCALOPE (VIENNOISE)



Escalope  
avec salade de pommes de terre



Escalope  
avec frites

# BIENVENUE AU ROI DE L'ASSIETTE.



## PRÉPARATION



### AU FOUR MIXTE

- Préchauffer le four à 180 °C (chaleur tournante), réchauffer l'escalope surgelée pendant 10 minutes.



### À LA FRITUEUSE

- Frire l'escalope surgelée à 170 °C pendant 3 à 4 minutes.



### À LA POËLE

- Faire dorer l'escalope 3 à 4 minutes de chaque côté à feu moyen.

## CONSEILS ET ASTUCES

### pour la préparation :

- Décongeler l'escalope avant de le cuire à la poêle.
- Pour un résultat parfait, nous vous recommandons de la cuire à la friteuse.
- Après la cuisson, retirer la graisse à l'aide d'un essuie-tout.

Du plat principal au sandwich: notre escalope d'origine végétale est un produit très polyvalent et séduit même les fans d'escalopes de viande!

Avec sa recette améliorée, l'escalope THE GREEN MOUNTAIN convainc par sa stabilité optimisée et la meilleure adhésion de sa chapelure. Peut également être dégusté froide!





# PLANT-BASED STEAK



# UN DÉLICE AU PREMIER REGARD. UN PUR REGAL.



## PRÉPARATION



### AU GRILL

- Préchauffer le grill.
- Frotter le steak décongelé avec de la matière grasse végétale et le faire griller à température moyenne en le retournant plusieurs fois pendant environ 11 min.



### À LA POÊLE

- Chauffer de l'huile végétale à feu moyen.
- Frotter le steak décongelé avec de la matière grasse végétale et le cuire à la poêle pendant environ 8–10 min.



### AU FOUR MIXTE

- Préchauffer le four mixte à 180 °C (0 % d'humidité).
- Cuire le steak décongelé dans le four pendant 8–10 min.

## CONSEILS ET ASTUCES

### pour la préparation :

- Décongeler les steaks avant la cuisson.
- Les préparer avec de la matière grasse.
- Pour un aspect parfait et un meilleur goût, nous recommandons une cuisson au grill.
- Préchauffer la plaque à rôtir (si possible une plaque de cuisson).

**Une véritable sensation pour les gourmets :** le premier steak à base végétale élaboré et produit en Suisse. Il est généreusement juteux lorsqu'il est tranché directement après la cuisson et on obtient le degré de cuisson souhaité.



SWISS  
DESIGNED



# PLANT-BASED FILET (À LA MANIÈRE DU POULET)



Assiette fitness avec du  
filet de type poulet à base végétale



Filet en panure de noix  
avec sirop d'érable,  
asperges et patates douces



# POUR LES CONVIVES QUI AIMENT LA VOLAILLE. ET QUI AIMENT LES POULES.



## PRÉPARATION



### À LA POËLE

- Chauffer de l'huile végétale à feu moyen.
- Cuire le filet décongelé pendant environ 8–10 min des deux côtés jusqu'à l'obtention d'une couleur brune et dorée.



### AU GRILL

- Préchauffer le grill.
- Frotter le filet décongelé avec de la matière grasse végétale et le griller à température moyenne (env. 160 °C), en le retournant plusieurs fois pendant env. 6 min. par côté.



### AU FOUR MIXTE

- Préchauffer le four mixte à 180 °C (0% d'humidité).
- Frotter le filet décongelé avec de la matière grasse végétale et le cuire dans le four pendant environ 8–10 min.

Notre filet de type poulet peut être découpé, assaisonné et préparé comme son équivalent à base de viande. Lors de la cuisson, il se teinte de marques de grillées, comme le poulet.

**Vraiment délicieux !**

## CONSEILS ET ASTUCES

### pour la préparation :

- Décongeler les filets avant la cuisson.
- Les préparer avec de la matière grasse.
- Pour un aspect parfait et un meilleur goût, nous recommandons une cuisson à la poêle.



SWISS  
DESIGNED



# PLANT-BASED CHUNKS

Kebab de bœuf  
à base de plantes



Poulet teriyaki  
à base de plantes



# ZÉRO VIANDE. VRAIMENT POLYVALENT.



Plant-based  
Chicken Chunks

Plant-based  
Beef Chunks

VITAMIN  
B12

Si savoureux, si polyvalents : les chunks THE GREEN MOUNTAIN peuvent être utilisés de différentes manières, que ce soit sous la forme d'un émincé à la zurichoise classique ou dans la cuisine tendance moderne, comme les plats asiatiques, dans des bowls ou dans des en-cas.

## PRÉPARATION



### À LA POÊLE

- Préchauffer la poêle à feu vif. Faire revenir les chunks décongelés avec un peu d'huile pendant 3 à 4 minutes.

## CONSEILS ET ASTUCES

### pour la préparation :

- Si les chunks sont surgelés, prolonger le temps de cuisson de 1 à 2 minutes.
- S'il faut aller vite, les chunks peuvent être réchauffés directement dans une sauce : il suffit de porter brièvement à ébullition et de laisser mijoter 5 minutes.





# PLANT-BASED CHUNKS



Chick'N Fries  
avec Paprika Chunks



Gelbes Thai Curry  
avec chunks au curry et  
des légumes asiatiques



# BEAUCOUP DE CHUNK POUR CES MULTITALENT.

REICH AN  
VIT. B12

HIGH  
PROTEIN



Parfait pour les ragôts,  
bowls, wraps et sandwiches.

- ✓ Créer des aventures culinaires en un clin d'œil
- ✓ Grande stabilité sans perte de qualité
- ✓ La qualité IQF permet un portionnement optimal et d'éviter le gaspillage alimentaire
- ✓ Contient de la vitamine B12 et du fer

## PRÉPARATION



### À LA POËLE

- Préchauffer la poêle à feu moyen-vif.
- Faire revenir pendant 3 à 4 minutes les chunks décongelés légèrement huileés.



### AU FOUR MIXTE

- Faire cuire chunks congelés pendant 5 minutes à 200 °C à la poêle.

## CONSEILS ET ASTUCES

### pour la préparation :

- Nous recommandons de décongeler les chunks avant la cuisson.
- Si les chunks sont surgelés, prolonger le temps de cuisson de 1 à 2 minutes.





# PLANT-BASED KEBAB



Kebab  
avec légumes du marché  
et sauce au yaourt

# UN VÉRITABLE KEB-UPGRADE!



HIGH  
PROTEIN

REICH AN  
VIT. B12

Parfait pour les kebabs, les dürums et plus encore : Ce kebab peut faire tout ce qu'un kebab doit savoir faire – et avec un bon sentiment, sans viande !

- ✓ Qualité IQF pour un portionnement optimal
- ✓ Contient de la vitamine B12 et du fer

## PRÉPARATION



### À LA POÊLE

- Préchauffer la poêle à feu vif.
- Faire cuire le kebab congelé 4 minutes avec un peu de matière grasse.



### AU FOUR MIXTE

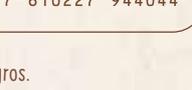
- Faire griller le kebab surgelé pendant 4 minutes à 200 °C.

## CONSEILS ET ASTUCES

### pour la préparation :

- Nous recommandons de préparer le kebab à l'état congelé.



| THE GREEN MOUNTAIN  |   | Emballage :                     | Allergene:         | EAN sachet :  |
|---|---|---------------------------------|--------------------|---|
| <b>Plant-based Burger</b><br>Burger végétal à base de protéines de pois et d'huile de coco, surgelé<br>Poids unitaire : env. 120 g  |    | Carton : 2,88 kg (2 x 1,44 kg)  | Gluten             |  7 610227 918038   |
| <b>Plant-based Alternative au fromage d'Italie</b><br>Produit végétal à base d'huile de colza et de protéines de pois, précuit, surgelé<br>Poids unitaire : env. 2,2 kg                           |    | Carton : 4,4 kg (2 x 2,2 kg)    |                    |  7 610227 940541   |
| <b>Plant-based Alternative au Tartare</b><br>Produit végétal base de farine de fèves, surgelé<br>Poids unitaire : env. 80 g   |    | Carton : 1,6 kg (20 x 80 g)     | Gluten<br>Moutarde |  7 610227 988765   |
| <b>Plant-based Balls</b><br>Boulettes véganes à base de protéines de pois et d'huile de colza, surgelé<br>Poids unitaire : env. 20 g  |    | Carton : 3 kg (2 x 1,5 kg)      | Gluten             |  7 610227 927542   |
| <b>Plant-based Haché</b><br>Produit végétal à base d'huile de colza et de protéines de pois, surgelé<br>Poids unitaire : env. 500 g   |    | Carton : 4,5 kg (9 x 500 g)     | Gluten             |  7 610227 988833   |
| <b>Plant-based Saucisse grillée</b><br>Produit végétal à base d'huile de colza et de protéines de pois, surgelé<br>Poids unitaire : env. 115 g  |    | Carton : 3,45 kg (3 x 1,15 kg)  |                    |  7 610227 932805   |
| <b>Plant-based Saucisse pour saucisse au curry</b><br>Alternative végétalienne pour la currywurst à base d'huile de colza et de protéines végétales, fumé, surgelé<br>Poids unitaire : env. 120 g |   | Carton : 2,88 kg (2 x 1,44 kg)  | Soja               |  7 610227 938951   |
| <b>Plant-based Escalope (Viennoise)</b><br>Produit végétal à base de protéines de blé, pané, frit, bien cuit, congelé<br>Poids unitaire : env. 165 g  |  | Carton : 2,97 kg (2 x 1,485 kg) | Gluten             |  7 610227 942309 |
| <b>Plant-based Steak</b><br>Produit végétal à base de protéines végétales, surgelé<br>Poids unitaire : env. 200 g   |  | Carton : 2,8 kg (2 x 1,4 kg)    | Gluten<br>Soja     |  7 610227 935066 |
| <b>Plant-based Filet (à la manière du Poulet)</b><br>Produit végétal à base de protéines végétales, surgelé<br>Poids unitaire : env. 130 g  |  | Carton : 2,6 kg (2 x 1,3 kg)    | Gluten<br>Soja     |  7 610227 934991 |
| <b>Plant-based Beef Chunks</b><br>Produit végétal à base de protéines de soja, surgelé<br>Taille de l'unité env. 4-7 cm   |  | Carton : 3 kg (2 x 1,5 kg)      | Soja               |  7 610227 942286 |
| <b>Plant-based Chicken Chunks</b><br>Produit végétal à base de protéines de soja, surgelé<br>Taille de l'unité env. 4-7 cm  |  | Carton : 3 kg (2 x 1,5 kg)      | Soja               |  7 610227 944020 |
| <b>Plant-based Curry Chunks</b><br>Produit végétal à base de protéines de soja avec marinade au curry et à la noix de coco, surgelé   |  | Carton : 3 kg (2 x 1,5 kg)      | Soja               |  7 610227 941852 |
| <b>Plant-based Paprika Chunks</b><br>Produit végétal à base de protéines de soja avec marinade de paprika, surgelé  |  | Carton : 3 kg (2 x 1,5 kg)      | Soja               |  7 610227 944037 |
| <b>Plant-based Kebab</b><br>Produit végétal à base de protéines de soja, mariné, surgelé  |  | Carton : 3 kg (2 x 1,5 kg)      | Soja               |  7 610227 944044 |

L'assortiment de produits THE GREEN MOUNTAIN pour la restauration commerciale est exclusivement disponible via le commerce de gros.



**THE GREEN MOUNTAIN**

Riedlöserstrasse 7, CH-7302 Landquart, Schweiz

EU/UE-Vertrieb / distribution: Hilcona Feinkost GmbH, Am Park 15 – 17, D-70771 Leinfelden-Echterdingen

[www.thegreenmountain-foodservice.com](http://www.thegreenmountain-foodservice.com)