

# LE PETIT-DÉJEUNER

pour votre maison d'hôtes



BUDGET | OBLIGATIONS | RECETTES

# SOMMAIRE

- 01 Budget + tableur
  - 05 Intolérances & allergies
  - 07 En cuisine
  - 09 Mise en place
  - 11 Indispensables
  - 16 Dressage
  - 19 Partenaires
  - 23 Horaires de service
  - 24 Communication
  - 29 15 jours de recettes
  - 31 Inspiration
  - 34 Qui suis-je ?
  - 37 Je vous accompagne
- 



Un moment convivial pour échanger avec vos guests, faire connaissance et leur apporter toutes vos recommandations pour leur séjour.

---



# BUDGET

LES CLÉS DU GÎTE

# LE BUDGET

Si vous me connaissez un peu, vous savez qu'avec moi il n'y a pas de recette magique mais que tout est une question de calculs !



En tant que maison d'hôtes, vous avez légalement l'obligation de servir un petit-déjeuner à vos hôtes. Mon ambition avec cet ebook est de vous aider à proposer la meilleure des prestations, en gagnant de l'argent.

Le prix de la nuitée ne doit pas uniquement couvrir vos charges fixes et variables propres à l'entretien de la chambre mais aussi amortir les dépenses du petit-déjeuner.

À première vue, cela peut sembler des clopinettes. Mais tous cumulés, les frais engagés pour la préparation et le service des petits-déjeuners, représentent un sacré budget. Pour y voir plus clair, j'ai regroupé l'ensemble de vos dépenses à venir par grandes familles :

Électro-ménager

Vaisselle de  
table

Linge de table

Linge de cuisine

Matières  
premières

Plats de  
dressage

# LE BUDGET

C'est la partie qui m'a donné le plus de fil à retordre. En annexe de l'ebook, vous disposez d'un tableur que vous pourrez vous approprier et qui se décompose de la façon suivante :

- un prévisionnel de vos achats d'équipements électro-ménagers
- une check list de la vaisselle pour le service & dressage
- un tableau de calcul de votre coût de revient
- un prévisionnel des achats à prévoir pour cuisiner maison.

Avant toute chose, laissez moi vous donner quelques précisions sur la façon dont j'ai conçu ces tableaux.

## **PRÉVISIONNEL ACHATS**

Liste des appareils électro-ménagers que vous pourriez choisir d'acheter pour proposer un service de qualité et une certaine autonomie à vos clients. Les prix mentionnés sont des tarifs moyens trouvés sur les sites spécialisés (Darty/Boulangier). Bien évidemment, ce sont des montants à titre indicatif car selon la marque, la puissance, le design choisis, le prix peut évoluer du simple au triple. À vous de vous approprier le tableau pour renseigner les montants réels de vos futurs achats.

## **CHECK LIST**

Une liste la plus exhaustive possible de la vaisselle et ustensiles à prévoir pour la préparation et le service de vos petits-déjeuners. En rajoutant quelques colonnes, vous pourrez très facilement renseigner les montants de vos futurs achats et établir votre prévisionnel. Pensez aux ressourceries, à Emmaüs et aux placards de grand-mère ! Ils regorgent de pépites à tout petits prix.



# LE BUDGET

## **CALCUL DU COÛT DE REVIENT**

À mon sens le tableau le plus important pour évaluer ce que vous coûte le petit-déjeuner ! Vous pouvez ne renseigner que la colonne B pour que les calculs se fassent automatiquement.

J'ai essayé de calculer un coût de revient pour un petit-déjeuner très complet (peut-être même trop gourmand) afin que vous réalisiez à quel point nous parlons bien d'une charge à ne pas négliger.

Dans mon exemple, le résultat est très [trop] élevé et je vous recommande de ne pas dépasser les 10€ maximum.

À vous d'adapter votre offre selon votre clientèle et ses attentes. Les étrangers ont pour habitude de manger salé au petit-déjeuner tandis que nous français adorons les tartines et gaufres/crêpes.

Privilégiez les produits frais, de saison et locaux, en plus d'un régal pour les papilles, c'est la garantie de produits au juste prix.

## **PRÉVISIONNEL ACHATS DE MATIÈRES**

Je pars du principe que si l'on souhaite ouvrir une maison d'hôtes c'est que l'on a plaisir à cuisiner pour ses futurs hôtes. Vous prévoyez certainement d'agrémenter votre offre de petit-déjeuner avec de belles préparations maisons : crêpes, gâteaux, pancakes, clafoutis, salades, brioches etc.

J'ai donc tenté de lister tout ce dont vous pourriez avoir besoin dans vos placards. Encore une fois, cette liste est à personnaliser si certains produits n'y figurent pas ou que les montants ne correspondent pas à vos achats.

Ce qui pourrait être intéressant c'est de noter à quelle vitesse il vous faut refaire le plein et à quel rythme vos stocks sont épuisés.

# LE BUDGET

Pour conclure, sachez que j'ai volontairement relevé les prix les plus élevés référencés sur Leclerc Drive, sachant que les montants peuvent varier selon le fournisseur et la gamme de produits choisis (bio, achat en vrac, au marché, etc.).

Prenez le temps de vous approprier les documents pour qu'ils puissent vous aider à évaluer au plus juste vos [futures] dépenses.

Votre coût moyen sera également influencé par le temps passé au dressage, au soin apporté à la mise en place, et à la proportion de préparations maisons.

**Un prix moyen raisonnable doit être compris entre 8 à 10€ maximum.**

Je vous recommande d'appliquer une marge d'au moins 2,5.

Par exemple :

Coût de revient 8€ | Marge 2.5 | Prix de vente petit-déjeuner : 20€

**Rassurez-vous je n'ignore pas que le petit-déjeuner est inclus dans le prix de la nuitée. Il est donc important de prendre en compte la valeur de votre petit-déjeuner dans le prix par nuitée de votre chambre.**

*Mon astuce :*

Pensez aux achats en vrac par contenants de 5/10/15kg.

Que ce soit dans une épicerie spécialisée, une grande surface ou chez le producteur, faites le choix de grandes quantités pour faire des économies et ne pas avoir à y retourner toutes les semaines.

C'est aussi l'occasion de solliciter des partenariats et de valoriser les maraichers, un meunier, ou une conserverie de votre région.



# ALLERGIES

LES CLÉS DU GÎTE

# LES ALLERGIES & INTOLÉRANCES ALIMENTAIRES

En tant que restaurateur, votre devoir est de veiller à la santé et au bien être de vos clients. La communauté scientifique a fait le choix d'identifier 14 allergies alimentaires majeures. La gravité des symptômes de ces allergies sont la raison de la mise en avant de ces aliments en particulier.

En voici la liste :

- le gluten,
- les crustacés,
- les œufs,
- les arachides,
- les poissons,
- le soja,
- le lait,
- les fruits à coque,
- le céleri,
- la moutarde,
- le sésame,
- les sulfites,
- le lupin
- les mollusques.

Les 14 allergènes majeurs listés font l'objet d'une obligation de déclaration sur les emballages des produits au regard du décret européen INCO n°1169/2011. Ce décret mentionne que ces 14 allergènes majeurs doivent apparaître clairement, et distinctement sur l'emballage des produits de consommation. La formulation doit être claire, explicite, c'est à dire indiquée par sa réelle appellation, et se distinguer des autres ingrédients.

**Ce décret a été complété en 2015 par le décret n°2015-447 qui impose l'indication de présence d'allergènes sur le lieu de vente, à proximité du produit concerné, pour tous les aliments non emballés.**

# LES INTOLÉRANCES & ALLERGIES ALIMENTAIRES

Le décret 2015-447 précise que tout restaurateur a l'obligation de mettre à disposition de ses clients la liste des allergènes majeurs contenus dans leurs préparations. Tout client qui la demande doit pouvoir consulter cette liste.



## Mon astuce :

Préparer de petites étiquettes avec le détail des allergènes présents. Seules des icônes comme ci-dessous peuvent suffire et sont compréhensibles universellement. <https://www.flaticon.com/fr/>

En revanche, les aliments qui sont à l'origine d'une intolérance sont parfois difficiles à identifier. Les intolérances les plus fréquentes sont dues au gluten, présent dans le blé et l'avoine et au lactose, le sucre du lait. D'autres intolérances sont dues à la tyramine, une substance que l'on trouve dans les fromages, le vin rouge, l'avocat, les framboises, les harengs, la bière et les levures, etc.



GLUTEN FREE



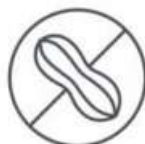
DAIRY FREE



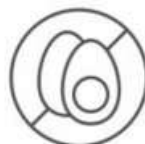
SUGAR FREE



GMO FREE



NUTS FREE



EGGS FREE



SOY FREE



TRANS FAT FREE



PARABEN FREE



ALCOHOL FREE



CORN FREE



ADDITIVES FREE



# EN CUISINE

LES CLÉS DU GÎTE



# EN CUISINE

## La marche en avant

C'est une organisation des étapes de fabrication permettant de répondre aux exigences de la réglementation UE n°852/2004 qui précise que « la conception et l'agencement des locaux où les denrées alimentaires sont préparées, traitées ou transformées, doivent permettre la mise en œuvre de bonnes pratiques d'hygiène et notamment prévenir la contamination entre et durant les opérations ».

Cela consiste à ne pas souiller les aliments frais destinés à la consommation. Grâce à la Marche en Avant, les aliments frais ne risquent pas de croiser un déchet, ni transiter par des zones sales ou contaminées.

La Marche en Avant se décline en un ensemble de normes permettant de mieux maîtriser l'hygiène dans votre cuisine et de maximiser votre productivité en envoyant des plats de qualité dans un délai optimal.

Pour respecter ce parcours, il est important de réfléchir à l'implantation de la cuisine. Les différentes zones doivent être pensées en respectant le fonctionnement de la cuisine et en délimitant les différentes zones (réception, stockage, préparation, cuisson, conservation, distribution). Cette organisation implique que le secteur des produits considérés comme « souillés » (épluchures, matières premières crues, matériels sales, cartons...) ne puisse jamais rentrer en contact avec le secteur des produits « sains » (produits finis, matériels propres...).

### Option 1 : La marche en avant dans l'espace

La marche en avant dans l'espace consiste à créer un circuit par lequel les « denrées propres » ne doivent pas emprunter le circuit que suivent les « denrées sales » et permettre une progression continue dans l'élaboration du processus de fabrication. Ce fonctionnement demandant des installations appropriées, cette solution peut être envisagée dans le cas d'une création. C'est la solution la plus facile à respecter mais également la plus difficile à mettre en place puisque l'agencement doit être conçu pour répondre à cette exigence.



# EN CUISINE

## Option 2 : La marche en avant dans le temps

Cette solution peut être envisagée dans le cas des locaux qui ne permettent pas de respecter la marche en avant dans l'espace. Dans ce cas, la marche en avant dans le temps n'est pas liée à la conception des locaux mais à l'organisation du travail.

Il y a un décalage dans le temps des opérations effectuées sur les produits n'ayant pas le même niveau de propreté. Il est alors possible d'effectuer sur un même lieu (plan de travail par exemple), des opérations « propres » et « sales » l'une après l'autre si un nettoyage et une désinfection sont effectués entre chaque opération.

*Source : <https://www.nelinkia.com/>*

## La méthode HACCP

La signification de HACCP est Hazard Analysis Critical Control Point. En français, la définition de l'HACCP est la suivante : système d'analyse des risques et de maîtrise des points critiques. Concrètement, l'HACCP est une méthode globale au service des professionnels de la restauration et qui permet de garantir l'hygiène et la sécurité alimentaire aux consommateurs.

Les objectifs de la méthode HACCP sont d'anticiper et contrôler les dangers suivants :

- Les dangers physiques : la présence d'un corps étranger dans un plat.
- Les dangers biologiques : le staphylocoque ou listeria.
- Les dangers chimiques : la présence de pesticide ou d'un produit d'entretien.

Il existe 2 manières de se former à l'hygiène alimentaire (non obligatoire) :

- La formation en présentiel qui privilégie les interactions entre les apprenants et le formateur.
- La formation en ligne qui offre une grande flexibilité, avec la possibilité d'apprendre à son rythme.

*Source : <https://walter-learning.com/>*



# MISE EN PLACE

LES CLÉS DU GÎTE

# LA MISE EN PLACE

Il va bien évidemment de soi que vous devez respecter les normes primordiales d'hygiène afin d'éviter toute intoxication alimentaire à vos clients. Pour ce faire, il faut par exemple veiller à ce que les céréales soient conservées dans des bocaux hermétiques. Par ailleurs, la date de péremption du lait, ainsi que celles d'autres produits délicats devront être scrupuleusement respectées pour des raisons évidentes de santé.

De plus, les produits frais devront être conservés dans un espace à l'abri de la chaleur afin de garantir leur intégrité et toutes leurs vertus. Pour ce qui est des produits chauds, ils pourront être mis à la disposition des clients sous des cloches hermétiques afin de conserver leur chaleur et également, par mesure d'hygiène.







# MUST HAVE

LES CLÉS DU GÎTE

# LES FAMILLES DE PRODUITS

## LE SALÉ FROID

Charcuteries  
Fromages  
Saumon Fumé  
Toast d'avocat

## LES BASIQUES

Pains | Brioches | Viennoiseries  
Confitures | Beurre doux & demi-sel | Miel  
Sirop d'érable

## LE SALÉ CHAUD

Oeufs Brouillés | Mollet | Plat  
Bacon grillé  
Légumes sautés  
Beans à la tomate  
Saucisses grillées  
Croque-Monsieur  
Tartes

## LES BOISSONS

Thé | Café | Chocolat  
Jus de fruit frais  
Eau Plate & Gazeuse  
Lait Froid & Chaud  
Lait végétal  
Smoothie

## LE SUCRÉ CHAUD

Pancakes | Gaufres | Crêpes  
Pain grillé  
Pain perdu  
Gâteaux  
Tartes

## LE SUCRÉ FROID

Yaourts | Fromages frais  
Salade de fruits frais  
Céréales | Muesli | Granola  
Compotes  
Muffins

# LES INDISPENSABLES DE LA CUISINE



## 1

### Robot multifonctions

Un bon robot polyvalent est l'indispensable numéro 1 de votre cuisine. Il vous permettra de mixer, hacher, concasser mais également, avec un jeu de lames de râper, émincer, et enfin de pétrir et fouetter.



## 2

### Machine à café automatique

Facilitez-vous la vie et ravissez les palais les plus exigeants en investissant dans une machine à café avec broyeur à grains et compartiment à lait. Cela permettra un grand choix d'options et un usage autonome par vos clients.



## 3

### Blender / Mixer

Un blender est un super allié pour des smoothies rapido presto ou des laits végétaux. Certains l'utilisent aussi pour les pâtes à crêpes ou à gaufres.

#### *Mon astuce :*

600 watts c'est vraiment le minimum pour avoir une puissance suffisante qui s'adapte aux aliment les plus durs (fruits secs, glaçons...). À partir de 900 watts, vous serez complètement à l'aise, vos robots feront moins de bruit et dureront plus longtemps.

# LES INDISPENSABLES DE LA CUISINE



4

## Lave-vaisselle professionnel



Un lave-vaisselle professionnel garantit un lavage tout aussi hygiénique en beaucoup moins de temps qui permettent des économies d'énergie et d'argent, grâce à des températures élevées qui éliminent germes et bactéries tout en facilitant le séchage.



5

## Gaufrier

Vous connaissez quelqu'un qui n'aime pas les gaufres ? Je pense avoir tout dit !



6

## Extracteur de jus

Encore un allié de choix pour gagner du temps et proposer à vos convives d'imaginer leurs propres jus.

Disposé sur le buffet avec une sélection de fruits découpés qui pourront finir en salade si besoin, chacun peut préparer son propre jus.

*Mon astuce :*

Les pailles lavables en inox !

# LES INDISPENSABLES DE LA CUISINE



7

## Presse agrume électrique

Le jus d'orange frais est un must-have de votre offre de petit-déjeuner. Ce petit investissement sera très vite rentabilisé !



8

## Chauffe plat électrique

Un équipement que vous avez l'habitude de voir dans les hôtels car prévu pour les grandes quantités. Cependant si votre budget le permet, cela peut s'avérer très utile pour maintenir au chaud, oeufs brouillés, légumes et viande, sans que vous n'ayez à faire de cuissons à la demande.

## Ceux qu'on ne cite même plus !

Grille pain | Batteur électrique | Balance | Moules à gâteaux & tartes  
Pinceaux & Fouets | Feuilles de cuisson réutilisables | Cuillères en bois  
Verre mesureur

# LES INDIS PENSABLES

- Thé, café ou chocolat
- Oranges pressées
- Pains / beurre
- Confiture maison
- Viennoiseries & brioches
- Oeufs
- Fromages & charcuteries
- Gâteaux/Tarte du jour
- Fruits frais & de saison

Pour satisfaire tous les palais et tous les appétits, proposez le meilleur des produits locaux.

Confitures & granola maison, fruits frais, pâtisserie du jour, fromages locaux, viennoiseries, oeufs dans tous leurs états, pain frais, jus de fruits pressés, et boissons chaudes, le plus dur sera de choisir !

Surprenez vos convives en ajoutant des spécialités étrangères revisitées ou en mettant à leur disposition de quoi réaliser leur propre jus frais.





# DRESSAGE

LES CLÉS DU GÎTE



# LE DRESSAGE

## De la jolie vaisselle

Céramique ou porcelaine, blanche ou colorée, unie ou dépareillée, les possibilités sont infinies pour s'amuser à dresser de jolies tables de petit-déjeuner.

Vos convives apprécieront le soin apporté à la présentation. Et même si elle est une belle invitation à s'installer, il ne faut pas non plus négliger la vaisselle de service.

La mise en place doit être esthétique & surtout pratique ! Oubliez peut-être les verres en cristal pour votre clientèle familiale !

Chaque ustensile doit être choisi pour sa facilité d'utilisation, son nettoyage en machine et pour finir son esthétique.

Anticipez la casse, l'usure et parfois même le vol ! Privilégiez un service de vaisselle solide et facile à remplacer. Depuis 3 ans, Emmaüs est devenu mon lieu favori pour dénicher de magnifiques assiettes vintages, hyper résistantes et au charme indémodable.

Pour ce qui est des quantités, prévoyez large !

## Du beau linge de table

Que vous optiez pour des nappes ou sets de table, choisissez les en tissu. Ils apporteront une atmosphère très chaleureuse à l'espace. C'est aussi une belle opportunité pour jouer avec les styles, les matières et couleurs pour laisser libre court à votre créativité.

Oubliez le papier qui en plus de ne pas être écologique (ni économique), renvoie une image très peu soignée à vos hôtes.

# LE DRESSAGE


## Grande ou petites tables ?

La seule règle ? C'est qu'il n'y en a pas ! Amusez-vous en proposant soit une grande tablée ou les voyageurs feront connaissance entre eux, ou des petites tables dressées chacune dans des espaces plus intimistes.

## *Les petits plus !*

- > bouquets de fleurs fraîches
- > mise à disposition de tasses pour emporter sa boisson
- > vente de confitures maison
- > des bols bretons personnalisés (si vous êtes en Bretagne)
- > des cuillères gravées
- > mise à disposition de chauffe biberon, vaisselle pour enfant & chaise haute
- > des tables dressées en terrasse ou au bord de la piscine dès les beaux jours
- > feu de cheminée et bougies en hiver
- > musique discrète en fond sonore
- > magazines & journaux du jour

Monnette  
PARIS



j'en ai  
l'eau à la  
bouche



# LE DRESSAGE

## Dans vos placards

|                   |                       |                     |
|-------------------|-----------------------|---------------------|
| Assiettes plates  | Assiettes creuses     | Assiettes à dessert |
| Verres à eau      | Verres à pied         | Coupes / Flûtes     |
| Fourchettes       | Couteaux              | Cuillères           |
| Couteaux à beurre | Cuillères à confiture | Cuillère à miel     |
| Couteau à pain    | Louches               | Pinces              |
| Coquetier         | Ramequins             | Sel / Poivre        |
| Carafes           | Tasses                | Bols                |
| Plateaux          | Cloches               | Présentoirs         |
| Paniers           | Pots                  | Bocaux              |
| Boule à thé       | Pichets               | Sucrier             |
| Pelles à tarte    | Vases                 | Casse noix          |



# PARTENAIRES

LES CLÉS DU GÎTE

# VAISSELLE

# PARTENAIRES



## Selection M

"Vous trouverez tout ce qu'il faut pour apporter un supplément d'âme slow à votre intérieur. La sélection se veut intemporelle, influencée par les teintes neutres et naturelles, les matériaux durables et authentiques."

[selectionm.com](http://selectionm.com) | [@selectionm](https://www.instagram.com/selectionm)paris



## Les petites emplettes

"Il y a quelques années, Isabelle Dubois-Dumée et son mari ont quitté Paris pour s'installer en Charente. Tombés sous le charme d'un château à la campagne, ils ont entrepris sa rénovation. Leur univers poétique trouve sa place petit à petit, c'est un mélange d'authenticité, de spontanéité et de naturel."

[lespetitesemplettes.com](http://lespetitesemplettes.com) | [@lespetitesemplettes](https://www.instagram.com/lespetitesemplettes)



## Le petit florilège

"Imaginé et conçu par des professionnels du stylisme et de l'aménagement d'espace, Le Petit Florilège vous propose une sélection pointue et raffinée d'objets coups-de-coeur pour votre intérieur, pour les tout-petits et pour la vie de tous les jours."

[lepetitflorilege.com](http://lepetitflorilege.com) | [@lepetitflorilege](https://www.instagram.com/lepetitflorilege)



## Décoclico

"Créé en 2002, Décoclico est un site de vente en ligne de meubles, objets déco, luminaires, linge de maison, vaisselle, rangements, jardin... Bref tout pour une jolie maison dans l'air du temps, à la fois chic et intemporelle."

[decoclico.fr](http://decoclico.fr) | [@decoclico](https://www.instagram.com/decoclico)

# LINGE DE TABLE

# PARTENAIRES



## Embrin Lin

"Famille de producteurs de lin depuis 4 générations, la création de notre propre marque nous est apparue comme une évidence, un devoir. Un devoir pour faire honneur à nos ancêtres, qui se sont tant investis pour cultiver et transformer cette fibre naturelle d'exception. Le devoir également d'apporter plus de transparence, de traçabilité et d'écologie."

[embrin.fr](http://embrin.fr) | [@embrin\\_lin](https://www.instagram.com/embrin_lin)



## Lucas du Tertre

"Depuis les débuts en 2004, les créatrices, Marie Lucas et Clémence du Tertre créent un pont entre l'Inde et la France. Entre tradition et modernité. Elles dessinent des collections pour tous, intemporelles, "rétro" et modernes à la fois.

Des collections colorées et imprimées. Tous les motifs sont dessinés dans les ateliers parisiens et imprimés ou tissés en Inde selon des savoir-faire ancestraux."

[lucasdutertre.com](http://lucasdutertre.com) | [@lucasdutertre.paris](https://www.instagram.com/lucasdutertre.paris)



## Dimanche - Dimanche

"Dimanche c'est la combinaison du beau, de l'utile et de la qualité tout en valorisant notre patrimoine et nos usines tricolores.

Dimanche c'est une sélection d'articles et de marques coup de cœur, avec beaucoup de douceur, d'élégance et une bonne dose d'authenticité."

[dimanche-dimanche.fr](http://dimanche-dimanche.fr) | [@dimanche\\_dimanche\\_fr](https://www.instagram.com/dimanche_dimanche_fr)



## Pol & Rosa

"Fondée en 2016, la marque Pol & Rosa édite des collections d'accessoires et linge de maison en lin. Les mots clés : simplicité et authenticité, pour les hommes et les femmes en quête de naturel et de fraîcheur dans leur quotidien.

L'authenticité est l'ADN de la marque Pol & Rosa.

Les lins sont français, cultivés et façonnés en France, s'il vous plaît !"

[pol-rosa.com/la-marque](http://pol-rosa.com/la-marque) | [@poletrosa](https://www.instagram.com/poletrosa)

# ÉQUIPEMENTS

# PARTENAIRES

|                       |                                                                                       |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| BUFFET PLUS           | <a href="https://www.buffet-plus.com/">https://www.buffet-plus.com/</a>               |
| MATÉRIEL CHR PRO      | <a href="https://www.materiel-chr-pro.com/">https://www.materiel-chr-pro.com/</a>     |
| USTENSILES ET CUISINE | <a href="https://ustensiles-et-cuisine.fr/">https://ustensiles-et-cuisine.fr/</a>     |
| MATERIEL-HORECA       | <a href="https://www.materiel-horeca.com/">https://www.materiel-horeca.com/</a>       |
| FOURNIRESTO           | <a href="https://www.fourniresto.com/">https://www.fourniresto.com/</a>               |
| NEGOCE CHR            | <a href="https://www.negoce-chr.com/">https://www.negoce-chr.com/</a>                 |
| METRO                 | <a href="https://www.metro.fr/metro/">https://www.metro.fr/metro/</a>                 |
| CHARVET ÉDITIONS      | <a href="https://charveteditions.com/">https://charveteditions.com/</a>               |
| LES PENSIONNAIRES     | <a href="https://lespensionnaires.fr/">https://lespensionnaires.fr/</a>               |
| BOUCHARA              | <a href="https://www.bouchara.com/">https://www.bouchara.com/</a>                     |
| ALEXANDRE TURPAULT    | <a href="https://www.alexandre-turpault.com/">https://www.alexandre-turpault.com/</a> |
| BARALINGE             | <a href="https://www.baralinge.com/">https://www.baralinge.com/</a>                   |
| MADAME FRANKY         | <a href="https://www.madamefranky.com/">https://www.madamefranky.com/</a>             |
| HAOMY (HARMONY)       | <a href="https://www.harmony-textile.com/">https://www.harmony-textile.com/</a>       |
| BLANC CERISE          | <a href="https://www.blanc-cerise.com/">https://www.blanc-cerise.com/</a>             |

# ÉQUIPEMENTS

# PARTENAIRES

|                    |                                                                               |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| WABI PARIS         | <a href="https://wabiwabi.fr/">https://wabiwabi.fr/</a>                       |
| NUANCES COLLECTION | <a href="https://nuances-collection.com/">https://nuances-collection.com/</a> |
| DEBONGOUT          | <a href="https://debongout-paris.com/">https://debongout-paris.com/</a>       |
| LA REDOUTE         | <a href="https://www.laredoute.fr/">https://www.laredoute.fr/</a>             |
| MAISON DU MONDE    | <a href="https://www.maisonsdumonde.com/">https://www.maisonsdumonde.com/</a> |
| LE BON MARCHÉ      | <a href="https://www.lebonmarche.com/">https://www.lebonmarche.com/</a>       |
| VIDE DÉCO          | <a href="https://www.videdeco.com/">https://www.videdeco.com/</a>             |
| LE BON COIN        | <a href="https://www.leboncoin.fr/">https://www.leboncoin.fr/</a>             |
| EMMAÛS             | <a href="https://emmaus-france.org/">https://emmaus-france.org/</a>           |
| EBAY               | <a href="https://www.ebay.com/">https://www.ebay.com/</a>                     |
| SELENCY            | <a href="https://www.selency.fr/">https://www.selency.fr/</a>                 |



# HORAIRES

LES CLÉS DU GÎTE

# LES HORAIRES

Vous êtes plutôt du matin ou du soir ?! Vos clients peuvent avoir envie de grasse matinée ou au contraire d'un réveil aux aurores pour démarrer leur programme de visites.

L'amplitude horaire la plus communément proposée est de 7h30 à 10h.

Cependant, il vous faut trouver le bon compromis entre vos contraintes et les envies de vos convives. Recevez-vous davantage une clientèle de loisirs, qui préférerait ne pas se lever aux aurores ? Le ménage nécessite-t-il que vos locataires quittent la chambre dès 11h ? Dans ce cas, il serait judicieux que le petit-déjeuner se termine au plus tard à 10h30 pour qu'ils puissent aisément retourner chercher leurs affaires, se brosser les dents et quitter la chambre sans retard.

## Idées de Breakfast Early Birds :

Bagel au fromage frais et saumon  
Jus de fruit  
Cake, Gâteau  
Overnight porridge



Si vous recevez des voyageurs qui souhaitent un départ très tôt et apprécieraient un petit-déjeuner très matinal, prévoyez une offre “earlybird” que vos locataires pourront prendre à emporter ou déguster dans leur chambre. Prévoyez une formule plus réduite et des contenants recyclables à emporter.



# COMMUNICATION

LES CLÉS DU GÎTE

# LA COMM UNICATION

## Instagram

Mettez l'eau à la bouche à tous vos abonnés en publiant régulièrement des photos de vos recettes, mises en place et service du petit-déjeuner à chaque saison.

Voici quelques idées de hashtags pour apparaître dans les recherches des gourmands :



#breakfast #food #dinner #foodporn  
#foodie #instafood #yummy #tasty  
#delicious #healthyfood  
#photooftheday #instagood  
#foodphotography #love #healthy  
#foodpics #yum #foodblogger #coffee  
#goodmorning #delish #lunch  
#foodstagram #hungry #amazing  
#brunch #eating #foodgasm #vegan  
#foodlover #healthylifestyle  
#mangersain #recette #healthy  
#instafood #gourmandise #food  
#chocolat #faitmaison #patisserie  
#recettefacile #mangermieux #brunch  
#pancakes #petitdej

#interiordesign  
#enjoyweekend #slowlife  
#guesthouse #holidays  
#chambredhotes  
#rentalvacation #homesweethome  
#maisondevacances  
#travelweekend #decoration  
#voyagerenfrance #lifestyle  
#travelinfrance #weekend  
#renovation #design  
#nature #travel #chambreavecvue  
#decorationinterieur

# LA COMM UNICATION

#homemadejuice #jusmaison #waffles  
#gaufres #porridge #easybreakfast  
#veganfood #briochemaison  
#sansgluten #recette #boissonchaude  
#homemade #alimentationvivante  
#nourriturebienfaisante  
#alimentationsaine  
#alimentationgourmande #bienfaits  
#granola #brunch  
#brunchdudimanche #freshjuices  
#avocadotoast #briocheperdue  
#pancakes #siropderable  
#petitdejeuner gourmand  
#painfrançais #babkas  
#baguette depain #painperdu  
#briocheperdue

#serviettedetable #nappe  
#madeinfrance #linfrançais  
#lafamille #lesamis  
#consommerautrement  
#artisanatfrançais #torchon  
#maisonauthentique  
#maisondecampagne  
#decodetable #setdetable  
#torchonenlin #linenteatowel

#zerodechet #zerowaste #ecologie  
#bio #madeinfrance #faitmain  
#ecoresponsable #vintage #green  
#nature #handmade #vegan  
#couture #recyclage #homemade  
#artisanat #slowfashion #vintage  
#naturel #ecofriendly #vrac  
#upcycling #faitmaison #diy  
#sustainable #slowlife



#artdelatable #decoration  
#vaisselle #design #handmade  
#madeinfrance #deco #porcelaine  
#tableware #interiordesign  
#assiette #artisanat #brocante  
#faitmain #homedecor #ceramic  
#vintage #ceramique #artisan  
#poterie #decorationinterieur  
#artdevivre #epicurien



# LA COMM UNICATION

## Les Magazines Papiers

Une véritable consécration que d'apparaître dans les pages des plus beaux magazines français. Plus vous soignerez votre communication sur les réseaux, plus vous aurez de chance de vous faire remarquer. Surtout si les avis de vos clients sont dithyrambiques ! Et cela peut aussi passer par le soin apporté au service du petit-déjeuner, les détails de votre mise en place ainsi que l'originalité de vos recettes.

## IDEAT

### WEEK-END À...

+ DE BONS PLANS

Les chambres d'hôte ou d'hôtel les plus stylées de France. Du rêve chaque mercredi pour faire chambre à part avec délice.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p><b>Week-end à la bonne heure</b></p> <p>4 MAI 2022<br/>Il est certains lieux où le temps semble s'écouler autrement... Comme dans l'envoûtant Mas Les Vignes, qui inaugure...</p> <p>LIRE LA SUITE</p> |  <p><b>Week-end la tête la première</b></p> <p>17 AVRIL 2022<br/>Dans la famille Enamoura, on demande la « maison de ville », à quelques lancers de cochonnet de la Bonne Mère. Rén...</p> <p>LIRE LA SUITE</p> |  <p><b>Week-end bande-son cigales</b></p> <p>26 AVRIL 2022<br/>D'une vaste demeure du XVIIe apostée aux portes de Torascon, cité médiévale entre Arles et Avignon, la coach pro É...</p> <p>LIRE LA SUITE</p> |  <p><b>Week-end paresse caresse</b></p> <p>13 AVRIL 2022<br/>Au beau milieu de la Touraine, à un coup d'épée de trois majestueux châteaux lorelins, une vieille grange s'est tr...</p> <p>LIRE LA SUITE</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## MILK DECORATION

☰
M
S'abonner

DESIGN
SÉLECTION
INSPIRATION
ÉVASION



INSPIRATION  
Le moulin de Lucas Madani



ÉVASION - VOYAGE  
Le Moulin de Lourmarin



INSPIRATION  
L'éloge de la courbe d'Antoine Simonin



INSPIRATION - TENDANCES  
L'applique coquillage

# LA COMM UNICATION



YONDER

## YONDER

ACCUEIL NEWS HÔTELS DESTINATIONS GASTRONOMIE (CITY)GUIDES LES TOPS

Accueil » Hôtels » Openings | L'actualité des nouveaux hôtels » Eden Ouest, une maison d'hôtes luxueuse au cœur de La Rochelle

Elke Vanhyghem, Le lundi 29 juin 2015

PARTAGER CET ARTICLE



OPENINGS

### Eden Ouest, une maison d'hôtes luxueuse au cœur de La Rochelle

Cachée dans l'hôtel particulier du XVIIIème siècle, cette maison d'hôtes à deux pas du port est gérée de main de maître par un trio énergique à la fibre artistique. Visite guidée.

IDEAT

The Good Life | The Good Concept Store | IDEAT

IDEAT DESIGN LIFESTYLE ART-CHITECTURE TOURISME THÈMA DÉCO TENDANCES 2022



### France : Trois chambres d'hôtes à l'esprit « maison de famille »

Par Nathalie Nott | LE 17 JANVIER 2021

L'esprit « maison de famille » n'est pas donné à tout le monde. Les maîtres et maîtresses de ces lieux à Lille, Reims et Arcachon ont su créer une intimité et un supplément d'âme dont profiter en toute saison.

Best of the week | month



NEWS DESIGN  
Hermès et Bob Wilson,  
l'arty show



VIDÉOS  
VIDEO : Retour sur la  
première « Design Parade  
» de Toulon

Et ceux que l'on adore tous :

ELLE Décoration | Marie-Claire Maison | HOME | Côté Sud | Ma Campagne Art&Décoration | Le Figaro | Madame Figaro | AD magazine |

# LA COMMUNICATION

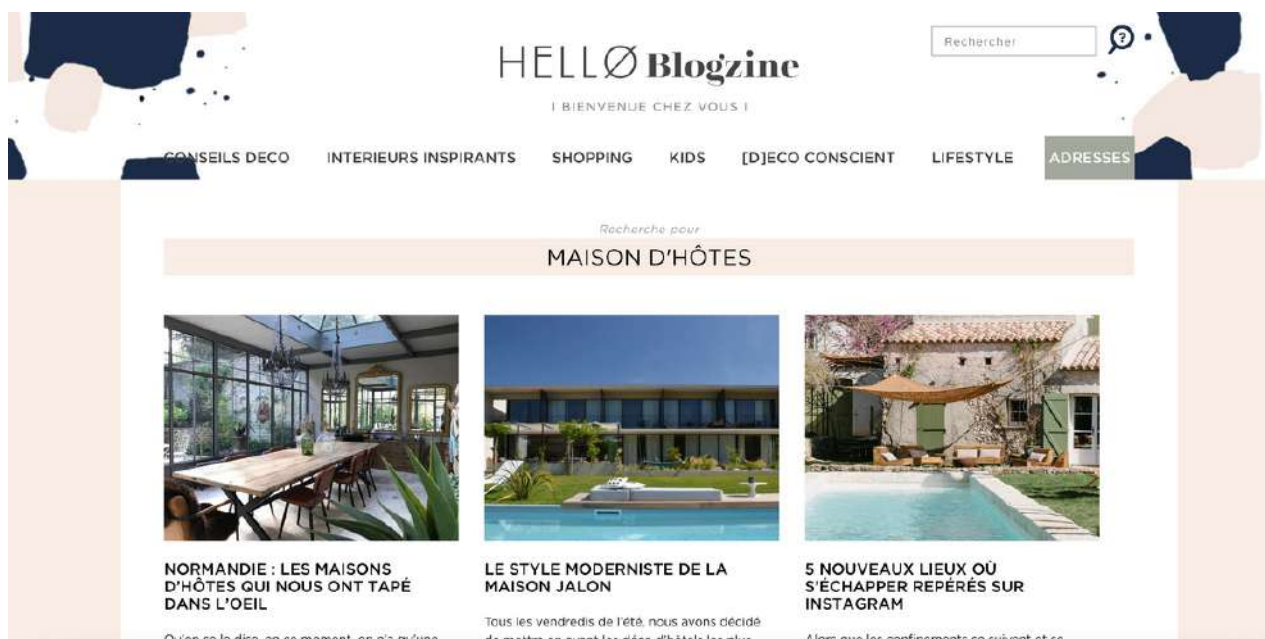
## Les Webmagazines

La communication à l'heure du digitale passe aussi par les blogs et webmagazines. Ce sont des médias à part entière qui bénéficient d'une grande visibilité et génèrent du trafic sur votre site. Au même titre que les blogueurs et créateurs de contenu voyage, ce sont de belles opportunités à saisir !

### THE SOCIALITE FAMILY



### HELLØ BLOGZINE





# RECETTES

LES CLÉS DU GÎTE

# 15 JOURS DE RECETTES

Pour compléter la liste des indispensables et surprendre vos invités !

|    |                           |                                                                                                                                                                                 |
|----|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 01 | <b>Overnight porridge</b> | À préparer la veille au soir et conserver au froid.                                                                                                                             |
| 02 | <b>Açaï Bowl</b>          | Un bol de smoothie bien frais, coloré, nourrissant, et rempli de bonnes choses pour le corps ! Il s'agit d'une recette vegan, sans cuisson et sans gluten.                      |
| 03 | <b>Banana Bread</b>       | Le banana bread est un cake à la banane ultra-moelleux, c'est le gâteau facile par excellence. Mais c'est aussi un gâteau écolo qui permet de recycler des bananes trop mûres ! |
| 04 | <b>Wrap</b>               | Le wrap pour le petit-déjeuner est une excellente façon de préparer un repas complet et savoureux pour bien commencer la journée.                                               |
| 05 | <b>Scones</b>             | Mi-biscuit, mi-gâteau, le scone est un incontournable au service du thé à l'anglaise.                                                                                           |
| 06 | <b>Eggmuffin</b>          | Le muffin anglais ou pain muffin est un petit pain cuit à la poêle, garni de bacon, cheddar et d'un oeuf au coeur coulant.                                                      |
| 07 | <b>Frittata</b>           | La frittata est une spécialité italienne à base d'oeufs, très proche de l'omelette et pouvant être enrichie de nombreux ingrédients selon les envies et les goûts de chacun.    |
| 08 | <b>Croque Monsieur</b>    | 2 tranches de pain, oeuf, jambon ou saumon fumé, fromage fondant... le tout bien grillé, c'est un régal.                                                                        |

# 15 JOURS DE RECETTES

|    |                    |                                                                                                                                                                                                     |
|----|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 09 | <b>Pancakes</b>    | Les recettes de pancakes sont si variées qu'elles conviennent à tous les goûts, même aux personnes allergiques.                                                                                     |
| 10 | <b>Crêpes</b>      | Impossible d'y résister pour se régaler au petit-déjeuner, garnies de confiture maison, nature ou saupoudrées de sucre vanillé.                                                                     |
| 11 | <b>Bagel</b>       | Ce qu'on aime chez le bagel, c'est qu'il se décline à l'infini, selon notre envie et humeur du jour. Le pain peut être nature, à base de farine complète, parsemé de graines de sésame ou de pavot. |
| 12 | <b>Pain perdu</b>  | La recette parfaite pour utiliser les restes de pain de la veille !                                                                                                                                 |
| 13 | <b>Babkas</b>      | Déclinées aux épices, fruits et chocolat, cinnamon rolls, roulée à la myrtille, pastis des Landes, brioche vendéenne, gâche, panettone aux fruits secs, buns salés ou encore pains à burgers.       |
| 14 | <b>Gaufres</b>     | Équipé d'un bon gaufrier professionnel, devenez la star des petits-déjeuners !                                                                                                                      |
| 15 | <b>Riz au lait</b> | Une recette facile, et surtout qui se prépare la veille. De quoi mettre le réveil un peu plus tard.                                                                                                 |

Allez, on recommence du début !



# INSPIRATIONS

LES CLÉS DU GÎTE

# LIVRES

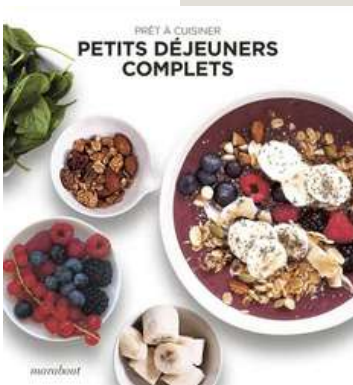
Résumés Fnac

INSPIRATION



## Babkas et autres délicieuses brioches

Brioche zébrée chocolatée, la babka est LA brioche tendance du moment. Amandes-chocolat, noix de coco-dattes, pavot-pomme ou café-mandarine, apprenez à réaliser les babkas en toute simplicité et variez les parfums selon vos envies. Retrouvez également dans ce livre les recettes des grands classiques de la brioche ainsi que des recettes plus originales pour surprendre...



## Petits déjeuners complets

Granola, bircher muesli, riz au lait et croquant de banane, œufs brouillés au bacon, frittata matinale... Des recettes sucrées et salées pour faire le plein d'énergie dès le début de la journée !



## Breakfast gourmand

Pâtes à tartiner, porridges, pancakes, granolas, milkshakes...

Découvrez dans ce livre plus de 70 délicieuses recettes qui vont vous donner envie de préparer des petits déjeuners gourmands et variés. Ce recueil de recettes est un concentré d'idées saines et faciles à réaliser, pour faire de vos matins des moments de partage et de convivialité.



## Brunch

100 recettes de brunchsalées et sucrées, pour tous les goûts et pour toutes les envies ! Cakes, tartines, toasts, omelettes, salades, tartes mais aussi confitures, jus et smoothies, tout ce qu'il faut pour des brunchs créatifs et réussis.

# INSTAGRAM

# INSPIRATION

@laguinguettedangele



@amandinecooking



@frenchbontemps



@jemangequicoesoir



@L\_echoppe.17



@lacuisinedebibou



@cafela fiancee



@blogdechataigne



# YOUTUBE

# INSPIRATION

@isadora.et.marisa



## Isadora & Marisa

Nous sommes des soeurs jumelles (nées sous le signe du verseau! ahah) de 34 ans. Ici on ne parlera pas beauté (quoique si elle est green...), on ne montrera pas nos abdos (en acier), on ne montrera pas de recettes avec 3 petits pois et deux graines de chia (ici on ne se famine pas!). On vous partage simplement des recettes saines ET gourmandes, une chaîne déculpabilisante et 100% positive !

@aliceesmeralda



## Alice Esmeralda

Je partage des recettes, des astuces pour le quotidien et mon mode de vie vegan.

@deliciouslyella



## Deliciously Ella

Making plant-based cooking delicious, abundant and exciting.

Rendre la cuisine végétale délicieuse, copieuse et excitante.

@adeline\_cuisine



## La cuisine d'Adeline

Passionnée de cuisine, je partage avec vous mes recettes sur mon blog [www.adeline-cuisine.fr](http://www.adeline-cuisine.fr). J'y raconte aussi mes différentes escapades (en France ou dans le monde) et aborde quelques sujets qui me tiennent à cœur comme le "zéro-déchet".



# MOI

LES CLÉS DU GÎTE

# QUI SUIS-JE ?

---

## LAURA WIGNOLLE

Créatrice de la plateforme Les clés du gîte

Je m'appelle Laura et comme vous, j'ai changé de vie en 2019 pour ouvrir un gîte de groupe dans le Lot. J'ai quitté la sécurité d'un CDI, une ville dans laquelle j'avais grandi, pour devenir entrepreneure à la campagne !

C'était un sacré saut dans le vide. Heureusement, je me lançais après 20 ans d'expérience dans l'hôtellerie-restauration. À l'âge de 15 ans j'ai intégré un lycée hôtelier grâce auquel je me suis formée aux multiples métiers de l'accueil.

C'était parti pour 6 ans d'études durant lesquelles j'apprendrais ce que sont la rigueur, le souci du détail et l'implication.

J'ai très vite porté mon intérêt vers les établissements haut de gamme au sein desquels le droit à l'erreur n'existe pas.





Je suis une grande curieuse qui s'investit à 1000% dans ses projets, c'est ainsi qu'au fil des années, j'ai réussi à monter les échelons en devenant experte dans chacun des postes que j'ai occupé jusqu'à devenir assistante de direction.

En 2018, je ressens le besoin de donner plus de sens à ma vie, d'assouvir le rêve de m'installer à la campagne et de découvrir de nouvelles activités.

Au cours d'un apéro entre voisins chez mes beaux parents, on apprend qu'un gîte situé à quelques kilomètres de chez eux est à vendre. L'opportunité est trop belle pour ne pas aller visiter, le coup de coeur est immédiat !

Le projet est très ambitieux mais il m'anime totalement et je m'investis pleinement pour le concrétiser.

En Janvier 2019, nous voilà heureux propriétaires du gîte de groupe (28 pers.) "Le Moulin de Bernard".

C'est là que l'aventure commence...





Aujourd'hui, j'ai le recul suffisant pour me rendre compte des erreurs que j'ai commises malgré toute mon expérience hôtelière.

Ouvrir un hébergement de tourisme, c'est un métier à part entière !

**Désormais, ma volonté est de vous permettre de lancer une activité rentable et dans laquelle vous serez pleinement épanouie.**

**Que votre rêve devienne votre vie !**

Pour cela, je vous propose de devenir votre meilleure alliée à tout moment de votre création.

Ensemble nous travaillons de façon globale, sur tous les aspects décisifs de votre lancement & développement.

**Entourée d'une équipe d'expert-es, je deviens chef de projet à vos côtés afin de répondre à tous vos besoins.**

> démarches administratives

> accompagnement comptable

> support légal

> stratégies marketing, commerciale et de communication

> identité visuelle

> choix des outils de gestion

Je vous propose d'adapter mon offre sur-mesure selon vos attentes.

Bien qu'il s'agisse d'un véritable travail d'équipe, je suis votre seule interlocutrice. Tel un chef de chantier, je coordonne tous les partenaires/prestataires intervenants de près ou de loin, au futur succès de votre activité.

**1h de visio pour faire connaissance, détailler votre projet et identifier vos objectifs.**

**Entre 8 à 10 jours plus tard, je vous sou mets un plan d'actions.**

# POUR VOUS

LES CLÉS DU GÎTE

# JE VOUS ACCOMPAGNE

**01**

**Prenons  
rendez-vous**

Envie d'espace, de campagne, de simplicité ?  
Vous souhaitez créer et penser un nouveau lieu éloigné des standards du luxe et des services hôteliers au confort normé ?  
Vous venez de faire l'acquisition d'un bien et votre ambition est de révéler le charme brut de cet ancien corps de ferme ?  
Vous rêvez de faire de cette nouvelle acquisition une place effervescente de rencontres et d'émulations créatives ?  
Appelons-nous pour en discuter !

**02**

**Présentation  
de mon offre**

Après avoir fait votre connaissance et compris votre projet, je reviens vers vous avec une vision d'ensemble, en restant cohérente avec l'histoire des lieux et en respectant vos besoins. Je vous présente ma stratégie pour nous atteler à la création d'une activité d'hébergement rentable et grâce à laquelle vous serez pleinement épanoui·e. Je détaille mon plan d'actions, étape par étape, avant de pousser jusqu'aux détails.

**03**

**Démarrons  
notre  
collaboration**

Nous construisons main dans la main une relation de long-terme. Les expert·es et moi-même investissons tous nos efforts dans la commercialisation de votre maison et personnalisons chacune de nos actions selon sa spécificité et vos envies.



## CONTACTEZ-MOI

Lieu-dit Les Salles  
46090 Villesèque

07 82 31 23 69



[laura@lesclesdugite.fr](mailto:laura@lesclesdugite.fr)



[@lesclesdugite](https://www.instagram.com/lesclesdugite)



Podcast Les clés du gîte



[WWW.LESCLESDUGITE.FR](http://WWW.LESCLESDUGITE.FR)