

Tourte Canterbury



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°9926

• Ingrédients pour 100 13/15 ans

	Quantité	PU	Total
Pâte feuilletée margarine gastro sg 500/650 g	7,000 UN	1,54	10,78
Huile de tournesol 5 lt	0,150 LT	1,27	0,19
Oignon émincé sg 2,5 kg	0,350 KG	1,21	0,42
Bacon fumé kg	0,800 KG	7,09	5,67
Sauté de poulet s/os s/p sg 40/70 g	4,000 KG	3,90	15,60
Thym entier bt 1 lt	0,005 KG	8,96	0,04
Eau	2,500 LT	-	-
Bouillon de volaille bt 1,4 kg	0,050 KG	7,39	0,37
Œuf entier liquide 2 lt	0,350 LT	2,26	0,79
Sel fin 1 kg	0,020 KG	0,23	0,00
Poivre gris/noir moulu 1 kg	0,005 KG	10,75	0,05
Œuf jaune liquide 1 lt	0,300 LT	4,70	1,41

• Mise en œuvre

- Suer dans la matière grasse frémissante les oignons et le bacon préalablement découpé en dés. Ajouter le sauté de poulet et le thym. Mouiller du bouillon de volaille dispersé au fouet dans la quantité d'eau bouillante ou froide nécessaire. Porter à ébullition, assaisonner, cuire à couvert 1 heure environ. Décanter le sauté, réserver le bouillon de cuisson.
- Déposer les plaques de pâte feuilletée sur le plan de travail, laisser dégeler 10 minutes.
- Hacher les morceaux de poulet et le bacon, ajouter 1/3 du bouillon de cuisson et l'œuf entier liquide. Mélanger, rectifier l'assaisonnement, réserver.
- Découper des bandes de pâte feuilletée, fonder les moules. Ajouter la farce, dorer les pourtours au jaune d'œuf. Recouvrir de pâte feuilletée, dorer, cuire à four chaud (180/200 °C) 40 minutes environ. Réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Dresser, décorer de thym au départ.

• **Coût portion** 87 g = 0,353 €

• Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 251 Protéines : 11,8 g
Kjoules : 1050 Glucides : 14,5 g
Matières grasses : 16 g

Potée d'agneau



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°2601

• Ingrédients pour 100 13/15 ans

	Quantité	PU	Total
Epaule d'agneau s/os s/fillet sg 1/1,5 kg	14,900 KG	8,25	122,93
Huile de tournesol 5 lt	0,400 LT	1,27	0,51
Oignon blanc moyen	0,800 KG	1,75	1,40
Vin de table blanc 11° 1 lt	0,500 LT	1,53	0,77
Ail vrac kg	0,300 KG	3,23	0,97
Tomate double concentré 28 % bt 5/1	0,700 KG	1,26	0,88
Origan sachet 1 kg	0,015 KG	5,50	0,08
Carottes fraîches sac kg	0,800 KG	0,48	0,38
Champignons émincés IQF sg 2,5 kg	4,000 KG	1,25	5,00
Pomme de terre lamelle s/v 3 kg	17,000 KG	1,02	17,34
Beurre doux 250 g	0,200 KG	3,95	0,79
Sel fin 1 kg	0,040 KG	0,23	0,01
Poivre gris/noir moulu 1 kg	0,007 KG	10,75	0,08

• Mise en œuvre

- Trier, laver, éplucher, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les légumes. Emincer finement les oignons, hacher l'ail, détailler les carottes en rondelles, réserver.
- Rissoler dans la matière grasse frémissante l'épaule d'agneau préalablement découpée en morceaux. Débarasser, réserver au chaud (+ 63 °C).
- Suer les oignons, déglacer vin blanc. Remettre les morceaux d'agneau, ajouter l'ail, le concentré de tomate et l'origan. Couvrir d'eau à hauteur. Assaisonner, cuire à couvert à four modéré (180 °C) 30 minutes. Ajoutez les carottes et les champignons, disposer les rondelles de pomme de terre sur le dessus. Parsemer de noix de beurre, remettre au four 40 minutes environ. Rectifier l'assaisonnement, réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.

• **Coût portion** 332 g = 1,511 €

• Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 482 Protéines : 33,9 g Fibres : 4 g
Kjoules : 2017 Glucides : 30 g Fer : 5,1 mg
P/L : 1,4 Matière grasses : 24,3 g