

Mâche aux ravioles Label Rouge



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n° 100180

Ingrédients pour 100 adultes

	Quantité	PU	Total
Mâche barquette kg	4,000 KG	6,88	27,53
Radis long rose botte 200 g	1,000 KG	5,95	5,95
Concombre cat 1 pièce	5,000 UN	0,40	2,00
Ravioles du Dauphiné sg 1 kg	1,500 KG	9,61	14,41
Cébettes botte 200 g	1,000 UN	0,65	0,65
Huile de tournesol 5 lt	0,800 LT	1,26	1,01
Moutarde de Dijon seau 5 kg	0,080 KG	0,99	0,08
Vinaigre balsamique de Modène 50 cl	0,160 LT	4,82	0,77
Sel fin 1 kg	0,035 KG	0,27	0,01
Poivre gris/noir moulu 1 kg	0,005 KG	6,66	0,03

Progression

- Trier, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les légumes. Essorer la mâche, détailler les radis en rondelles et les concombres en dés, émincer les cébettes. Réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C) jusqu'au moment du service.
- Confectionner une vinaigrette moutardée. Réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C) jusqu'au moment du service.
- Cuire les ravioles surgelées à la friteuse pendant 1 minute. Egoutter, réserver au chaud (+ 63 °C).
- Dresser harmonieusement les crudités sur assiette, napper de sauce, parsemer de ravioles frites au départ.

Coût portion 89 g = 0,520 €

Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 125 Protéines : 3,0 g Fibres : 1,1 g
Kjoules : 517 Glucides : 6,1 g
Matières grasses : 9,6 g

Andouille de Vire LPF au camembert AOP



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n° 100181

Ingrédients pour 100 adultes

	Quantité	PU	Total
Andouille de Vire BN 1 kg	11,000 KG	5,30	58,28
Huile de tournesol 1 lt	0,200 LT	1,29	0,26
Echalote coupée sg 250 g	1,000 KG	2,48	2,48
Cidre brut 75 cl	1,600 LT	1,90	3,04
Eau pm	2,000 LT	-	-
Camembert de Normandie 250 g	3,000 UN	2,93	8,80
Crème liquide 35 % brique 1 lt	1,200 LT	3,97	4,76
Sel fin 1 kg	0,020 KG	0,27	0,01
Poivre blanc moulu 1 kg	0,005 KG	8,99	0,04
Persil haché sg 250 g	0,080 KG	2,37	0,19

Progression

- Suer dans la matière grasse frémissante les échalotes. Déglacer au cidre. Laisser réduire, ajouter l'eau et le camembert préalablement coupé en morceaux. Laisser fondre le camembert, filtrer si nécessaire. Crémier, assaisonner et laisser réduire pour amener à consistance. Réserver au bain marie (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Détailler les andouilles en tranche épaisses. Snacker sur les deux faces pour les colorer, plaquer et réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Dresser les tranches d'andouille, napper de sauce, parsemer de persil au départ.

Coût portion 149 g = 0,780 €

Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 85 Protéines : 23,0 g
Kjoules : 351 Glucides : 1,5 g
P/L : 0,83 Matière grasses : 27,5 g