

Aligot



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°4204

• Ingrédients pour 100 personnes âgées

	Quantité	PU	Total
Pommes de terre bintje 25 kg	21,000 KG	0,72	15,12
Lait 1/2 écrémé UHT 1 lt	4,300 LT	0,59	2,54
Crème liquide 35% UHT brique 1 lt	0,600 LT	2,83	1,70
Cantal 45% kg AOP	0,900 KG	6,64	5,98
Emmental râpé 45% kg	0,700 KG	4,55	3,18
Noix de muscade moulue bt 1 lt	0,009 KG	18,38	0,17
Sel fin 1 kg	0,025 KG	0,21	0,01
Poivre blanc moulu 1 kg	0,008 KG	10,55	0,08

• Mise en œuvre

- Trier, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les pommes de terre. Débarrasser dans des gastronormes perforés, cuire à four vapeur 20 minutes environ.
- Râper la moitié du cantal, détailler le reste en dés, réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C).
- Passer les pommes de terre au presse-purée, ajouter le lait préalablement porté à ébullition puis la crème. Incorporer les fromages râpés, assaisonner, bien mélanger. Rectifier l'assaisonnement, réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Dresser, parsemer de dés de cantal au départ.

• Coût portion 233 g = 0,288 €

• Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 220	Protéines : 9,2 g	Fibres : 2,7 g
Kjoules : 921	Glucides : 27,8 g	Calcium : 219 mg
	Lipides : 7,7 g	

Pomme à la gentiane



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°3130

• Ingrédients pour 100 personnes âgées

	Quantité	PU	Total
Pomme Reinette cal 75/80	12,000 KG	1,60	19,20
Jus de citron concentré 1 lt	0,150 LT	1,50	0,22
Beurre doux 250 g	0,500 KG	4,81	2,40
Apéritif à la gentiane 15° 1 lt	0,100 LT	9,43	0,94
Sucre semoule sac 1 kg	0,500 KG	1,03	0,52
Eventail gaufrette	0,700 KG	10,47	7,33

• Mise en œuvre

- Trier, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les pommes. Eplucher, détailler en dés, citronner. Réserver.
- Faire revenir dans la matière grasse frémissante les cubes de pommes, flamber à l'alcool de gentiane. Sucre, laisser caraméliser.
- Dresser en verrine, refroidir, réserver en enceinte réfrigérée jusqu'au moment du service.
- Accompagner d'un biscuit éventail au départ.

• Coût portion 130 g = 0,306 €

• Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 142	Protéines : 0,8 g	Lipides : 5,9 g
Kjoules : 594	Glucides : 20,9 g	Fibres : 2,8 g
	Dont sucre : 18,1 g	