

Mashed potato

🎵 Mashed potato, Johnny Hallyday



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°3540

Ingrédients pour 100 adultes

	Quantité	PU	Total
Pommes de terre binije 25 kg	18,500 KG	0,60	11,10
Beurre doux 250 g	0,250 KG	3,95	0,99
Lait 1/2 écrémé UHT 1 lt	6,300 LT	0,49	3,09
Ail émincé sg 250 g	0,050 KG	2,96	0,15
Crème liquide 35 % UHT brique 1 lt	0,710 LT	2,28	1,62
Emmental râpé 45 % kg	0,500 KG	4,08	2,04
Noix de muscade moulue bt 1 lt	0,010 KG	10,22	0,10
Sel fin 1 kg	0,050 KG	0,26	0,01
Poivre gris/noir moulu 1 kg	0,010 KG	13,12	0,13
Persil haché sg 250 g	0,120 KG	3,22	0,39

Progression

- Trier, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les pommes de terre. Les débarrasser non épluchées dans des gastronomes perforés, cuire à four vapeur 25 à 30 minutes.
- Eplucher, passer au presse-purée. Incorporer le beurre préalablement fondu et le lait bouillant. Ajouter l'ail, la crème, l'emmental râpé et la noix de muscade, assaisonner, bien mélanger. Rectifier l'assaisonnement, réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Dresser la purée, parsemer de persil au départ.

Coût portion 228 g = 0,196 €

Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 201 Protéines : 6,8 g Fibres : 2,5 g
 Kjoules : 841 Glucides : 26 g Calcium : 144 mg
 Matières grasses : 7,2 g

Salade de fruits romance

🎵 Salade de fruits, Bourvil



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°9982

Ingrédients pour 100 adultes

	Quantité	PU	Total
Fraise kg	2,500 KG	2,50	6,25
Ananas calibre B kg	4,400 KG	1,40	6,16
Kiwi 39 pièces/plateau	38,000 UN	0,12	4,56
Banane cat 1	3,600 KG	1,10	3,96
Orange cal 5/6 kg	3,300 KG	0,89	2,94
Citron jaune cal moyen (5 et 6)	0,450 KG	1,60	0,72
Eau	0,300 LT	–	–
Gousse de vanille bourbon 14/16 bt 140 g	0,012 KG	150,00	1,80

Progression

- Trier, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les fruits. Presser et récupérer le jus des citrons. Equeuter les fraises, enlever soigneusement la peau de l'ananas et ôter la partie centrale, éplucher les kiwis, les bananes et les oranges. Détailler les fruits en mirepoix, ajouter le jus de citron. Mélanger délicatement, réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C).
- Porter l'eau à ébullition. Hors du feu, ajouter les gousses de vanille préalablement fendues, infuser 30 minutes.
- Incorporer l'eau parfumée à la vanille au mélange de fruits, dresser dans les récipients choisis. Réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C) jusqu'au moment du service.

Coût portion 125 g = 0,263 €

Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 68 Protéines : 1,1 g Fibres : 2,7 g
 Kjoules : 285 Glucides : 13,5 g Vitamine C : 56 mg
 dont sucres : 11,9 g
 Matières grasses : 0,5 g