

Terrine de potimarron et châtaignes



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°9834

• Ingrédients pour 100 personnes âgées

	Quantité	PU	Total
Potimarron kg	2,500 KG	2,44	6,10
Farine ménagère T 55 1 kg	0,150 KG	0,42	0,06
Œuf entier liquide 2 lt	0,750 LT	2,27	1,70
Lait 1/2 écrémé UHT 1 lt	0,300 LT	0,59	0,18
Crème liquide 35% UHT brique 1 lt	0,150 LT	2,79	0,42
Quatre-épices bt 1 lt	0,005 KG	24,80	0,12
Marrons pelés sg 1 kg	0,600 KG	5,62	3,37
Sel fin 1 kg	0,025 KG	0,24	0,01
Beurre doux 250 g	0,080 KG	4,43	0,35
Farine ménagère T 55 1 kg	0,080 KG	0,42	0,03
Salade batavia pièce 300 g	2,000 UN	0,60	1,20

• Mise en œuvre

- La veille, trier, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire le potimarron. Eplucher, détailler en cubes, déconditionner dans des gastronomes perforés, cuire à four vapeur 15 à 20 minutes. Réserver sous presse en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C) jusqu'au lendemain.
- Trier, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire la salade. Essorer, réserver.
- Déconditionner les marrons dans des gastronomes perforés, cuire à four vapeur 12 minutes environ. Briser légèrement, réserver.
- Mélanger la farine avec l'œuf liquide, ajouter le lait et la crème. Incorporer le potimarron préalablement écrasé à la fourchette et les quatre-épices, assaisonner, bien mélanger. Ajouter les marrons, mélanger délicatement. Garnir les moules préalablement graissés et farinés, cuire à four chaud (180/200 °C) 50 minutes environ. Refroidir, démouler, réserver.
- Trancher les terrines, remettre en température. Réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Dresser les terrines tranchées sur feuille de salade au départ.

• Coût portion 45 g = 0,135 €

• Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 50
Kjoules : 209
Protéines : 1,7 g
Glucides : 5,7 g
Lipides : 2,2 g

Sauté de cerf grand veneur



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°3554

• Ingrédients pour 100 personnes âgées

	Quantité	PU	Total
Sauté de cerf sg 5 kg	15,000 KG	5,82	87,30
Oignon jaune moyen	0,800 KG	0,52	0,42
Clou de girofle bt 1 lt	0,005 KG	24,03	0,12
Vin rouge 11° 1 lt	1,500 LT	1,49	2,24
Bouquet garni	2,000 UN	1,10	2,20
Margarine de cuisine 500 g	0,500 KG	1,04	0,52
Lardons fumés dés n°2 fr kg	2,000 KG	4,20	8,40
Oignon émincé sg 2,5 kg	1,000 KG	0,95	0,95
Ail émincé sg 250 g	0,080 KG	3,41	0,27
Farine ménagère T 55 1 kg	0,250 KG	0,42	0,11
Eau	6,500 LT	-	-
Bouillon de bœuf bt 1,6 kg	0,110 KG	8,39	0,92
Crème liquide 35% UHT brique 1 lt	0,500 LT	2,79	1,40
Gelée de groseille bt 4/4	0,500 KG	1,78	0,89
Poivre gris/noir moulu 1 kg	0,006 KG	8,87	0,05
Sel fin 1 kg	0,040 KG	0,24	0,01
Persil haché sg 250 g	0,060 KG	3,00	0,18

• Mise en œuvre

- Dégeler le sauté de cerf en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C).
- Trier, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les oignons. Eplucher, piquer de clou de girofle. Mélanger les oignons, le vin rouge et le bouquet garni. Recouvrir le sauté de cerf de cette préparation, laisser mariner 12 heures.
- Egoutter le sauté de cerf, filtrer la marinade. Réserver séparément en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C).
- Suer dans la matière grasse frémissante les lardons fumés et les oignons. Ajouter le sauté de cerf et l'ail, laisser perser. Singer, mouiller de la marinade et du bouillon de bœuf dispersé au fouet dans la quantité d'eau bouillante ou froide nécessaire. Assaisonner, cuire à couvert à feu doux 2 heures environ. Débarrasser les morceaux de sauté de cerf dans des gastronomes pleins, réserver au chaud (+ 63 °C). Réduire le jus de cuisson, passer au chinois. Crémier, ajouter la gelée de groseille, délayer à feu doux sans porter à ébullition. Napper le sauté de cerf, réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Dresser le sauté de cerf, napper de sauce, parsemer de persil au départ.

• Coût portion 144 g = 1,060 €

• Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 328
Kjoules : 1373
P/L : 2,2
Protéines : 35,4 g
Glucides : 8 g
Lipides : 16,1 g
Fer : 5,5 mg