

Pommes de terre nouvelles au gros sel



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°389

• Ingrédients pour 100 personnes âgées

	Quantité	PU	Total
Pommes de terre nouvelles 10 kg	23,000 KG	0,80	18,40
Margarine de cuisine 500 g	0,850 KG	1,31	1,11
Huile d'olive vierge extra 1 lt	0,850 LT	3,58	3,04
Sel gros 1 kg	0,085 KG	0,23	0,02
Romarin +/- 50 g	0,450 UN	0,97	0,44

• Mise en œuvre

- Trier, éplucher, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les pommes de terre. Egoutter, détailler en gros cubes, réserver.
- Faire sauter les pommes de terre et le gros sel dans le mélange de matières grasses frémissantes. A mi-cuisson, ajouter le romarin. Terminer la cuisson, rectifier l'assaisonnement. Débarrasser dans des gastro-normes pleins, réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.

• **Coût portion** 225 g = 0,230 €

• Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 295 Protéines : 4,4 g Fibres : 3,3 g
Kjoules : 1235 Glucides : 31,5 g
Matières grasses : 16,1 g

Dessert pâtissier aux prunes



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°4156

• Ingrédients pour 100 personnes âgées

	Quantité	PU	Total
Flan Pâtissier/ Crème Pâtissière bt 1,2 kg	2,000 KG	5,15	10,30
Lait 1/2 écrémé UHT 1 lt	8,300 LT	0,59	4,90
Mirabelle au sirop dénoyautée bt 2/1	1,600 KG	3,65	5,84
Beurre doux 250 g	0,150 KG	3,95	0,59
Sauce dessert caramel lt	0,500 LT	3,01	1,51

• Mise en œuvre

- Egoutter les prunes au sirop, réserver.
- Délayer la préparation pour crème pâtissière dans un peu de lait froid. Réserver.
- Porter à ébullition le lait restant. Verser la préparation pour crème pâtissière dans le lait bouillant, cuire en remuant 4 à 5 minutes jusqu'à épaississement. Dresser la crème pâtissière dans des moules individuels préalablement beurrés et garnis de prunes. Cuire à four chaud (180/200 °C) 15 minutes environ. Refroidir, réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C) jusqu'au moment du service.
- Démouler délicatement sur assiette, décorer d'un filet de sauce dessert caramel au départ.

• **Coût portion** 126 g = 0,231 €

• Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 154 Protéines : 3,2 g
Kjoules : 644 Glucides : 28,7 g
Dont sucre : 22,5 g
Matières grasses : 2,8 g