

## Tomate au fromage de brebis



Fiche Aidomenu n°9808

GRAMMAGE DU GEMRCN

### • Ingrédients pour 100 13/15 ans

	Quantité	PU	Total
Tomate ronde cal 57/67	9,000 KG	1,28	11,52
Tomme de brebis dés 33% MG bq 500 g	2,500 UN	8,50	21,25
Huile d'olive vierge extra 1 lt	0,800 LT	3,03	2,42
Echalote coupée sg 250 g	0,200 KG	2,48	0,50
Basilic sg 250 g	0,100 KG	3,72	0,37
Sel fin 1 kg	0,025 KG	0,21	0,01
Poivre blanc moulu 1 kg	0,004 KG	10,55	0,04
Olive noire dénoyautée 34/37 bt 4/4	0,600 KG	7,36	4,42

### • Mise en œuvre

- Trier, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les tomates. Détailler en rondelles, réserver.
- Mélanger les dés de tomme de brebis avec l'huile d'olive, les échalotes et le basilic. Assaisonner, mariner au moins deux heures en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C).
- Dresser les tomates, parsemer de dés de fromage de brebis, napper d'huile de marinade, décorer d'olives noires au départ.

• Coût portion 116 g = 0,405 €

### • Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 147	Protéines : 3,6 g	Calcium : 95 mg
Kjoules : 615	Glucides : 3,2 g	
	Lipides : 13,2 g	

## Sauté de dinde à l'estragon



Fiche Aidomenu n°2615

GRAMMAGE DU GEMRCN

### • Ingrédients pour 100 13/15 ans

	Quantité	PU	Total
Sauté de dinde s/os s/peau fr 60/90 g	16,000 KG	4,60	73,60
Huile d'olive vierge extra 1 lt	0,300 LT	3,03	0,91
Oignon émincé sg 2,5 kg	1,000 KG	0,88	0,88
Pastis 45° 1 lt	0,080 LT	16,20	1,30
Eau	6,000 LT	-	-
Bouillon de volaille granulé bt 1 kg	0,120 KG	7,95	0,95
Roux blanc bt kg	0,120 KG	9,22	1,11
Crème liquide 35% UHT brique 1 lt	0,900 LT	2,83	2,55
Estragon frais botte 50 g	1,000 UN	0,99	0,99
Sel fin 1 kg	0,020 KG	0,21	0,00
Poivre gris/noir moulu 1 kg	0,010 KG	8,47	0,08

### • Mise en œuvre

- Trier, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire l'estragon. Ciseler, réserver.
- Colorer dans la matière grasse frémissante le sauté de dinde, assaisonner. Débarrasser, réserver au chaud (+ 63 °C).
- Suer les oignons, remettre le sauté de dinde. Déglacer pastis, mouiller du bouillon de volaille dispersé au fouet dans la quantité d'eau bouillante ou froide nécessaire. Cuire à couvert 20 minutes environ. Lier au roux blanc, crémer, incorporer les 2/3 de l'estragon. Rectifier l'assaisonnement, réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Dresser le sauté de dinde, napper de sauce, parsemer du restant d'estragon au départ.

• Coût portion 116 g = 0,824 €

### • Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 247	Protéines : 35,6 g
Kjoules : 1034	Glucides : 1,9 g
P/L : 3,4	Lipides : 10,5 g