

Pomme de terre Neufchâtel



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°3149

Ingrédients pour 100 personnes âgées

	Quantité	PU	Total
Pommes de terre Bintje 10 kg	22,000 KG	0,65	14,30
Neufchatel 45 % 200 g AOP	15,000 UN	0,00	0,00
Crème liquide 35 % UHT brique 1 lt	0,400 LT	2,28	0,91
Œuf entier liquide 2 lt	1,200 LT	2,21	2,65
Ciboulette botte 50 g	1,500 UN	0,79	1,19
Beurre doux 250 g	0,130 KG	4,83	0,63
Sel fin 1 kg	0,030 KG	0,26	0,01
Poivre gris/noir moulu 1 kg	0,005 KG	10,67	0,05

Progression

- Trier, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les pommes de terre et la ciboulette. Ciseler la ciboulette, réserver. Couper en deux les pommes de terre dans le sens de la longueur, plaquer dans des gastronomes pleins, côté peau. Assaisonner, cuire à four modéré (160/180 °C) 40 minutes environ. Laisser refroidir, récupérer la pulpe des pommes de terre, réserver.
- Retirer la croûte du fromage neufchâtel, détailler grossièrement en morceaux, écraser, ajouter la crème fraîche et l'œuf entier, assaisonner. Incorporer la pulpe de pomme de terre et la ciboulette, mélanger intimement. Farcir les pommes de terre du mélange au fromage. Disposer en gastronomes, arroser de beurre préalablement fondu, gratiner à four chaud (180/200 °C) 10 minutes environ. Réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.

Coût portion 224 g = 0,197 €

Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 258 Protéines : 10,9 g Fibres : 2,8 mg
Kjoules : 1080 Glucides : 27 g
Matières grasses : 11,2 g

Flan à la poire et confiture de lait



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°10031

Ingrédients pour 100 personnes âgées

	Quantité	PU	Total
Entremets saveur vanille bt 500 g	0,800 KG	11,77	9,42
Lait 1/2 écrémé UHT 1 lt	8,000 LT	0,49	3,92
Poire Abate Fetel cal 60/65	1,500 KG	1,85	2,78
Jus de citron concentré 1 lt	0,015 LT	2,15	0,03
Sucre semoule sac 1 kg	0,150 KG	0,70	0,11
Eau	0,750 LT	-	-
Lait écrémé UHT brique 1 lt	0,800 LT	0,00	0,00
Miel mille fleurs liquide pot 1 kg	0,010 KG	4,10	0,04
Sucre semoule sac 1 kg	0,140 KG	0,70	0,10
Géifiant végétal agar-agar sachet 2 g	0,004 KG	322,12	1,29

Progression

- La veille, confectionner la confiture de lait : Mélanger le lait écrémé avec le miel, le sucre et l'agar-agar, porter à ébullition puis laisser frémir à feu doux environ 3 heures, en remuant régulièrement, jusqu'à la réduction des 3/4 du mélange. Refroidir et réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C) jusqu'au moment du service.
- Trier, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les poires. Peler, évider, détailler en cubes, citronner, réserver.
- Mélanger le sucre semoule avec la quantité d'eau nécessaire. Porter à ébullition, cuire 5 minutes. Ajouter les cubes de poires, cuire 10 minutes environ. Egoutter, refroidir, réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C).
- Délayer la préparation pour entremets saveur vanille dans la quantité de lait demi-écrémé nécessaire. Cuire puis retirer du feu dès l'ébullition.
- Disposer les cubes de poire pochés au fond des ramequins, verser l'entremets, laisser refroidir 2 heures. Réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C) jusqu'au moment du service.
- Démouler délicatement sur assiette, accompagner de confiture de lait au départ.

Coût portion 113 g = 0,177 €

Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 91 Protéines : 3 g Calcium : 105 mg
Kjoules : 381 Glucides : 16,6 g
dont sucres : 7 g
Matières grasses : 1,3 g