



## Patina de concombre

GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°100577

### Ingrédients pour 100 adultes

	Quantité	PU	Total
Concombre cat 1 pièce	24,000 UN	0,64	15,30
Œuf entier liquide 2 lt	1,000 LT	1,22	1,22
Lait 1/2 écrémé UHT 1 lt	1,000 LT	0,59	0,59
Crème liquide 35 % brique 1 lt	0,170 LT	4,38	0,74
Oignon jaune moyen kg	1,400 KG	0,79	1,11
Cerfeuil frais botte 50 g	1,000 UN	1,00	1,00
Coriandre feuille botte 50 g	1,000 UN	1,00	1,00
Noix de muscade moulue bt 1 lt	0,003 KG	6,71	0,02
Sauce nuoc mâm 125 ml	0,010 LT	17,90	0,18
Vin de table blanc 11° 1 lt	0,100 LT	1,62	0,16
Sel fin 1 kg	0,006 KG	0,32	0,00
Poivre blanc moulu 1 kg	0,003 KG	12,37	0,04
Emmental râpé 45 % kg	0,350 KG	4,55	1,59

### Progression

- Trier, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les légumes et les herbes aromatiques. Détailler sans les éplucher les concombres en mirepoix, débarrasser dans des gastronomes perforés. Eplucher et mixer les oignons, ciseler les herbes aromatiques, réserver.
- Cuire 5 minutes les concombres au four vapeur, réserver au chaud (+ 63 °C).
- Battre l'œuf avec le lait et la crème. Ajouter les oignons, les herbes aromatiques, la noix muscade, la sauce nuoc mâm et le vin blanc, assaisonner.
- Disposer les concombres dans des gastronomes pleins, napper de l'appareil à flan, rectifier l'assaisonnement. Parsemer d'emmental râpé, cuire au four (170/180 °C) 30 minutes. Réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Portionner le patina de concombre, dresser sur assiette au départ.

**Coût portion** 82 g = 0,230 €

### Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 52    Protéines : 3,1 g    Fibres : 0,7 g  
 Kjoules : 217    Glucides : 2,6 g    Sel : 0,1 g  
 Matières grasses : 3,0 g



## Lapin aromatique

GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n° 100589

### Ingrédients pour 100 adultes

	Quantité	PU	Total
Sauté de lapin s/os saumuré sg 50/80 g	15,000 KG	6,71	100,59
Huile d'olive vierge extra 1 lt	0,500 LT	3,80	1,90
Oignon jaune moyen kg	1,000 KG	0,79	0,79
Carottes fraîches sac kg	1,000 KG	0,79	0,79
Céleri branche frais kg	0,500 KG	1,61	0,80
Ail coupé sg 500 g	0,100 KG	6,39	0,64
Herbes de Provence sachet 1 kg	0,015 KG	7,07	0,11
Thym entier bt 165 g	0,010 KG	24,75	0,25
Laurier feuilles ciselées bt 210 g	0,010 KG	23,05	0,23
Vin de table blanc 11° 1 lt	0,900 LT	1,62	1,46
Eau	6,000 LT	-	-
Sel fin 1 kg	0,030 KG	0,32	0,01
Poivre gris/noir moulu 1 kg	0,006 KG	9,45	0,06
Roux blanc instantané bt 1 kg	0,060 KG	5,55	0,33

### Progression

- Trier, laver, désinfecter, puis rincer abondamment à l'eau claire les légumes. Eplucher les carottes et les oignons, puis émincer avec le céleri. Réserver.
- Faire dorer le sauté de lapin dans la matière grasse frémissante. Ajouter les légumes, l'ail et les herbes aromatiques, rissoler 10 minutes en remuant fréquemment. Déglacer vin blanc, laisser réduire. Moullier de la quantité d'eau bouillante nécessaire, assaisonner, cuire à couvert 1 heure environ. Lier au roux blanc, rectifier l'assaisonnement, réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Dresser le sauté de lapin, napper de sauce au départ.

**Coût portion** 142 g = 1,080 €

### Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 235    Protéines : 28,8 g    Sel : 0,7 g  
 Kjoules : 982    Glucides : 2,6 g  
 P/L : 2,54    Matières grasses : 11,4 g