

Crème de champignons enrichie



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°1118

Ingrédients pour 100 personnes âgées

	Quantité	PU	Total
Champignons émincés sg 2,5 kg	10,000 KG	1,12	11,20
Margarine de cuisine 500 g	0,120 KG	1,27	0,15
Oignon jaune moyen kg	1,200 KG	0,57	0,68
Eau	9,000 LT	-	-
Bouillon de volaille bt 1,4 kg	0,180 KG	7,49	1,35
Fécule de pomme de terre 250 g	0,200 KG	5,10	1,02
Crème liquide 35 % brique 1 lt	1,200 LT	2,49	2,99
Fromage fondu nature terrine 1 kg	1,000 KG	7,72	7,72
Emmental râpé 45 % kg	1,000 KG	4,55	4,55
Sel fin 1 kg	0,060 KG	0,26	0,02
Poivre gris/noir moulu 1 kg	0,005 KG	10,67	0,05
Cerfeuil frais botte 50 g	0,050 UN	0,79	0,04

Progression

- Trier, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les oignons et le cerfeuil. Eplucher et émincer finement les oignons, hacher, essorer les feuilles de cerfeuil, réserver.
- Suer dans la matière grasse frémissante les oignons, ajouter les champignons. Mouiller du bouillon de volaille dispersé au fouet dans la quantité d'eau bouillante ou froide nécessaire. Porter à ébullition, assaisonner, cuire à couvert 30 minutes environ. Débarrasser une partie des champignons. Lier le reste à la fécule de pomme de terre, mijoter 8 à 10 minutes. Ajouter la crème et le fromage. Mixer, rectifier l'assaisonnement. Réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Dresser, parsemer de quelques champignons cuits et feuilles de cerfeuil au départ.

Coût portion 239 g = 0,298 €

Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 150
Kjoules : 628

Protéines : 6,2 g
Glucides : 7 g
Matières grasses : 10,4 g

Fibres : 1,5 g
Fer : 1,9 mg
Calcium : 214 mg