

Pommes de terre sarladaise



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°8384

Ingrédients pour 100 personnes âgées

	Quantité	PU	Total
Pommes de terre nouvelles 10 kg	22,000 KG	1,33	19,26
Graisse d'oeie bt 4/4	0,900 LT	3,42	3,08
Ail émincé sg 250 g	0,500 KG	3,77	1,89
Persil haché sg 250 g	0,500 KG	2,28	1,14
Sel fin 1 kg	0,120 KG	0,27	0,03
Poivre gris/noir moulu 1 kg	0,005 KG	10,67	0,05

Progression

- Trier, éplucher, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les pommes de terre. Egoutter, détailler en rondelles, réserver.
- Sauter les pommes de terre dans la matière grasse frémissante 8 à 10 minutes. Ajouter l'ail et le persil, assaisonner. Réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.

Coût portion 218 g = 0,355 €

Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 237 Protéines : 4,7 g Fibres : 3,6 g
 Kjoules : 992 Glucides : 31,4 g
 Matières grasses : 9,4 g

Fromage blanc aux pruneaux



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°10089

Ingrédients pour 100 personnes âgées

	Quantité	PU	Total
Fromage blanc battu 2 à 4 % 5 kg	8,500 KG	1,31	11,14
Sucre semoule sac 1 kg	0,500 KG	0,71	0,36
Pruneau dénoyauté 44/55 kg	2,500 KG	5,29	13,23

Progression

- La veille, réhydrater les pruneaux dans de l'eau.
- Mélanger les pruneaux avec 1/4 du sucre et cuire à feu doux 45 minutes environ en remuant fréquemment. Mixer, refroidir, réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C).
- Battre le fromage blanc avec le sucre restant. Disposer une couche de compotée de pruneaux dans des ramequins, napper de fromage blanc. Décorer d'une touche de compotée de pruneaux.
- Réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C) jusqu'au moment du service.

Coût portion 122 g = 0,247 €

Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 129 Protéines : 7,0 g Fibres : 1,5 g
 Kjoules : 540 Glucides : 18,1 g Calcium : 107 mg
 dont sucres : 17,8 g
 Matières grasses : 2,9 g