



Fiche recette réalisée en cuisine

Catégorie : Entrée

RILLETTES DE SARDINE CELERI DU CHEF

Ingrédients 100Kg/6 portions :

ASSAISONNEMENT CITRON BOUTEILLE PLASTIQUE 1L	0.042	2,5g
CELERI PUREE GALET CUIT SACHET 2.5KG (CAR) SUR	0.960	58g
FROMAGE BLANC BATTU 3.2%MG SEAU 5KG YOPLAIT	0.180	11g
MAYONNAISE ALLEGEE SEAU 4.7KG 4.7L GYMA#	0.360	22g
POIVRE GRIS MOULU SAC 1KG HAYA4YOU#	0.001	PM
SARDINE HUILE TOURNESOL POCHE 3/1 APP FURIC#	1.295	78g
SEL FIN SAC 1KG LA TABLEE	0.010	PM



Valeurs nutritionnelles (pour 100 gr):

Energie	155 kcal
Energie	649 kJ
Graisses totales	10.4 g
Dont AG saturés	1.7 g
AG polyinsaturés	-
AG monoinsaturés	-
AG trans	-
Glucides totaux	2.5 g
Dont Glucides simples (sucres)	1.6 g
Glucides complexes	-
Protéines	12.3 g
Sel	0.8 g
Calcium	6.4 mg
Fer	2.0 mg

Progression de la recette:

LA VEILLE

Mettre la purée de céleri en décongélation lente en chambre froide.

LE JOUR MÊME MISE EN OEUVRE

Mélanger la purée de céleri avec le fromage blanc et la mayonnaise.

Retirer les arêtes des sardines.

Ajouter la chair de sardine au mélange et mixer.

Ajouter l'assaisonnement citron.

Assaisonner et goûter.