



Fiche recette réalisée en cuisine

Catégorie : Plat protidique

EMINCE DE DINDE LBR SAUCE BASQUAISE

Ingrédients 100 en kg :

DINDE EMINCE CUISSE VF 2.5KG S/V	10.000	Kilo
SAUCE BASQUAISE	3.250	LITRE
AIL HACHE SACHET 250/500G SUR	0.016	Kilo
EAU DU ROBINET	2.925	Litre
FARINE RIZ SAC 5KG	0.163	Kilo
JUS VEAU LIE P/SEL DESHYDRATE BOITE 1KG	0.114	Kilo
LAURIER MOULU BOITE 275G	0.003	Kilo
OIGNON DES SACHET 10KG SUR	0.244	Kilo
POIVRE GRIS MOULU 1KG	0.002	Kilo
POIVRON MIXTE LANIERE SACHET 2,5KG SUR	0.325	Kilo
SEL FIN 1KG	0.026	Kilo
SUCRE POUDRE SACHET 1KG	0.007	Kilo
THYM ENTIER BOITE 165G	0.001	Kilo
TOMATE DOUBLE CONCENTRE 28% BOITE 5/1	0.073	Kilo
TOMATE PELE CONCASSE BOITE 5/1	0.124	Kilo



Valeurs nutritionnelles (pour 100 gr):

Energie	96 kcal
Energie	405 kJ
Graisses totales	2.9 g
Dont AG saturés	0.9 g
AG polyinsaturés	-
AG monoinsaturés	-
AG trans	-
Glucides totaux	-
Dont Glucides simples (sucres)	-
Glucides complexes	-
Protéines	15.3 g
Sel	0.4 g
Calcium	-
Fer	1.1 mg

Progression de la recette:

Dans un steam avec la juste quantité d'eau 90L
Préparer le jus de veau Knorrox y ajouter les oignons, les poivrons, faire bouillir, ajouter le sucre
Puis ajouter les tomates pelées, l'ail, le thym, le laurier et assaisonner de sel et poivre
Laisser cuire
Préparer la liaison
Délayer la farine de riz avec un peu d'eau et ajouter ce mélange à la sauce tout en mixant
Laisser cuire le liant quelques minutes
Vérifier l'assaisonnement et la consistance
Débarrasser