



Fiche recette réalisée en cuisine

Catégorie : Dessert

PUREE POMME BIO PARFUMEE VANILLE

Ingrédients 100 en kg :

AROME VANILLE LIQUIDE BOUTEILLE PLASTIQUE 1L	0.400	Litre
EAU DU ROBINET	1.300	Litre
POMME A CUISINER CAT.I ET II FRAIS	12.072	Kilo



Progression de la recette:

CUISSON EN SAUTEUSE
CUIRE LES POMMES AVEC LEUR PEAU DANS L'EAU PENDANT 45 MINUTES A PETITE EBULLITION
VERIFIER LA TEMPERATURE QUI DOIT ETRE ENTRE 80°C ET 90°C.
AJOUTER LA VANILLE
PASSER LE TOUT AVEC LE JUS DANS LE PRESSE PUREE.

CUISSON AU FOUR
REPARTIR EQUITABLEMENT L'EAU, LES POMMES AVEC LEUR PEAU DANS DES PLAQUES PLEINES
ET METTRE EN ECHELLE.
CUIRE AU FOUR VAPEUR ENVIRON 35 MINUTES
LA TEMPERATURE APRES CUISSON DOIT ETRE ENTRE 80°C ET 90°C.
AJOUTER LA VANILLE
PASSER LE TOUT AVEC LE JUS DANS LE PRESSE PUREE

Valeurs nutritionnelles (pour 100 gr):

Energie	49 kcal
Energie	210 kj
Graisses totales	0.1 g
Dont AG saturés	0.0 g
AG polyinsaturés	-
AG monoinsaturés	-
AG trans	-
Glucides totaux	10.7 g
Dont Glucides simples (sucres)	10.7 g
Glucides complexes	-
Protéines	0.3 g
Sel	0.1 g
Calcium	10.2 mg
Fer	0.1 mg
Vitamine C	5.3 mg