



Fiche recette réalisée en cuisine

Catégorie : Dessert

CAKE COCO



Ingrédients pour 100 portions en Kg :

BOMBE A GRAISSER 50CL PANCOSPRAY#	0.100
CREME FRAICHE EPAISSE 15%MG SEAU SL PRESIDENT#	0.706
FARINE BLE T65 TRADITION LABEL ROUGE SAC 25KG#	1.634
HM - LAIT 1/2 ECREME 1L LOCALE IDF A COMMANDER	1.369
HUILE COLZA BIDON 5L COPPELIA#	0.794
LEVURE CHIMIQUE BOITE 1.5KG MOENCH#	0.036
MOULE CAKE ALU 233X108X60MM 1090CC X500	10.000
NOIX COCO RAPE SAC 1KG LA PULPE#	0.706
OEUF LIQUIDE ENTIER BIO BIDON 5KG PASTEURISE	0.706
SUCRE SEMOULE SAC 20KG ST LOUIS#	1.589

Progression de la recette:

Peser les différents ingrédients pour la confection de la recette

Les réserver dans des bacs (mélanger la levure et la farine) de façon à obtenir une bonne répartition de la levure et réserver ce mélange

Mettre les œufs, le sucre le lait et l'huile dans la cuve, travailler un peu avec le mélangeur puis ajouter la coco râpée mélanger,

Ajouter la farine, la levure au fur et à mesure émulsionner avec le mélangeur, Finir en ajoutant la crème épaisse, mélanger jusqu'à obtention d'une masse homogène, Verser l'appareil dans les moules cake en aluminium

mettre en cuisson four chaud à 150° pendant 45 minutes à 55 minutes suivant les fours,

Valeurs nutritionnelles (pour 100 gr):

Energie	360 kcal
Energie	1504 kJ
Graisses totales	19.9 g
Dont AG saturés	7.7 g
AG polyinsaturés	-
AG monoinsaturés	-
AG trans	-
Glucides totaux	38.3 g
Dont Glucides simples (sucres)	23.1 g
Glucides complexes	-
Protéines	5.2 g
Sel	0.2 g
Calcium	44.8 mg
Fer	2.2 mg
Vitamine C	0.1 mg