

Bœuf à l'érable

70 portions

Source de la recette

Villa Les Tilleuls

Précision ou commentaire de l'établissement

Clientèle de personnes âgées / milieu de vie substitut

Description de la portion et du service

Louche de 4 onces comble

Rendement de la recette

Équipements de préparation

Récipients de cuisson

1 insertion 20 po. x 12 po. x 4 po.

Équipement de cuisson

Four

Équipements de service

Louche 4 onces

Valeur nutritive par portion

Calories	142	Sodium (mg)	126
Protéines (g)	16	Lipides (g)	4.8
Glucides (g)	8	Gras saturés (g)	1
Sucres (g)	6	Fibres (g)	0.5



Québec 



Bœuf à l'érable

70 portions

Rendement de la recette

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
5 kg	Bœuf en cubes, maigre	<ol style="list-style-type: none">1. Faire revenir les cubes de bœuf dans l'huile en ajoutant les oignons, le sel d'ail, le poivre et les fines herbes.2. Déposer dans une insertion pour la cuisson (20 po. x 12 po. x 4 po.).3. Recouvrir d'eau.4. Ajouter les tomates et le sirop d'érable.5. Cuire au four pendant 1 ½ heure, à 350°F.
2 tasses	Oignons hachés	
24 tasses (6L)	Eau	
1 x 2.84 L	Tomates en dés en conserve	
2 tasses	Sirop d'érable	
80 ml	Huile de canola	
30 ml	Sel d'ail	
30 ml	Poivre	
60 ml	Fines herbes de Provence	

