

# Casseroles aux fruits de mer

220 portions

## Source de la recette

Centre de santé et de services sociaux de Laval - CHSLD Ste-Dorothée

## Précision ou commentaire de l'établissement

Clientèle de personnes âgées / milieu de vie substitut

### Description de la portion et du service

130 g (Louche de 4 onces comble)

### Rendement de la recette

28.5 kg

### Équipements de préparation

### Récipients de cuisson

4 insertions pleines grandeur,  
épaisseur 6"

### Équipement de cuisson

Autoclave, marmite vapeur

### Équipements de service

Louche de 4 onces

### Valeur nutritive par portion

Calories	115	Sodium (mg)	345
Protéines (g)	12	Lipides (g)	4
Glucides (g)	7	Gras saturés (g)	1
Sucres (g)	1	Fibres (g)	0.5



Québec 



# Casseroles aux fruits de mer

220 portions

## Rendement de la recette

28.5 kg

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
4.5 kg	Filets de basa en morceaux	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Cuire le poisson dans une insertion trouée à l'autoclave pendant 25 minutes.</li><li>2. Décongeler les légumes et les pommes de terre à l'autoclave pendant 10 minutes</li><li>3. <b>Faire la béchamel dans une marmite à vapeur</b> : Cuire l'huile et la farine pour obtenir un roux. Incorporer l'eau pour rendre homogène. Ajouter le lait et le poivre. Laisser cuire 5 minutes.</li><li>4. Ajouter 2 L de lait dans une marmite à vapeur et chauffer à 250°F pendant 5 minutes.</li><li>5. Ajouter les légumes et les pommes de terre et laisser cuire pendant 5 minutes.</li><li>6. Ajouter l'imitation de chair de crabe, le poisson, les pétoncles et les crevettes et bien mélanger.</li><li>7. Ajouter la crème et 1 L de lait.</li><li>8. Laisser cuire à 250°F pendant 15 minutes.</li><li>9. Transférer le mélange dans les insertions et les couvrir d'une pellicule plastique.</li></ol>
4 kg	Mélange de 5 légumes	
2 kg	Pommes de terre en cubes surgelées	
585 ml	Huile	
675 g	Farine	
10.3 L	Eau	
1 L	Lait 2%	
1 g	Poivre blanc	
3.4 kg (3 x 1135 g)	Imitation de chair de crabe surgelée en morceaux	
5.3 kg (2 sacs)	Pétoncles surgelés	
4.6 kg	Crevettes surgelées	
200 g	Fumet de poisson	
1 L	Crème 35 %	
3L	Lait 2 %	

