

Cassoulet végétarien

160 portions

Source de la recette

Hôpital Sainte-Anne

Précision ou commentaire de l'établissement

Description de la portion et du service

220 g

Rendement de la recette

35.2 kg

Équipements de préparation

Marmite à vapeur

Récipients de cuisson

8 casseroles de 4 po. (½ x 8L)

Équipement de cuisson

Marmite à vapeur et Four combi

Équipements de service

Cuillère de service

Valeur nutritive par portion

Calories	297	Sodium (mg)	585
Protéines (g)	15.5	Lipides (g)	7.55
Glucides (g)	44.24	Gras saturés (g)	3.38
Sucres (g)	3.65	Fibres (g)	9.3



Québec 



Cassoulet végétarien

160 portions

Rendement de la recette

35.2 kg

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
7.0 kg	Pommes de terre crues, pelées, tranchées	<ol style="list-style-type: none">1. Dans une marmite à vapeur, rincer les pommes de terre, les recouvrir d'eau et cuire jusqu'au $\frac{3}{4}$ de la cuisson.2. Ajouter les carotte, les oignons, le céleri. Cuire quelques minutes jusqu'à ce que les carottes soient presque cuites.3. Fermer le feu et ajouter les courgettes.4. Ajouter les haricots blancs, les tomates et la purée de tomates ainsi que les épices.5. Bien réchauffer en brassant délicatement.6. Distribuer dans les casseroles 4 po (1/2 x 8L)7. Recouvrir de fromage râpé chaque casserole.8. Fondre la margarine dans une petite chemise vapeur, ajouter la chapelure et bien mélanger.9. Distribuer dans les casseroles par-dessus le mélange.10. Mettre au four combi entre 150 ° F et 200 ° F. ½ heure avant de servir, élever la chaleur pour faire gratiner.
1.2 kg	Carottes en cubes, congelées	
1.2 kg	Oignons en dés, congelés	
1.2 kg	Céleri en cubes, congelés	
7.0 kg	Courgettes congelées	
27 conserves de 540 ml	Haricots blancs en conserve, égouttés	
2.0 conserves de 2.84 L	Tomates en conserve broyées	
1.0 conserve de 2.84 L	Tomates en purée	
70 g	Sucre blanc cristallisé	
50 g	Sel de table	
25 g	Poivre noir	
20 g	Romarin moulu	
16 g	Ail en poudre	
2.2 kg	Fromage cheddar	
1.0 kg	Chapelure nature	
400 g	Margarine, huile de canola	

