

Omelette paysanne

64 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

123 g

Rendement de la recette

9.5 kg

Équipements de préparation

Récipients de cuisson

6 insertions, épaisseur 2 pouces.

Équipement de cuisson

Four « combi »

Équipements de service

Spatule

Valeur nutritive par portion 123 g

Calories	130	Sodium (mg)	125
Protéines (g)	10.5	Lipides (g)	8
Glucides (g)	4	Gras saturés (g)	2.5
Sucres (g)	1.5	Fibres (g)	0.5



Québec 



Omelette paysanne

64 portions

Rendement de la recette

9.5 kg

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
1 kg	Champignons tranchés (conserves) égouttés	<ol style="list-style-type: none">1. Égoutter les champignons et les tomates à l'aide d'une passoire.2. Décongeler les légumes à l'autoclave pendant 3 minutes.3. Enduire les insertions de gras végétal en aérosol.4. Répartir les champignons (500 g dans chaque insertion), les tomates (500 g dans chaque insertion) et les légumes (465 g dans chaque insertion).5. Ajouter 20 g d'herbes de Provence par insertion.6. Mélanger les œufs et le lait dans une chaudière à l'aide d'un fouet. Verser 3.5 L de ce mélange dans chaque insertion.7. Cuire au four « combi » 20 minutes à 325° F.8. Couper les omelettes en portions de 8 x 4.
1 kg	Tomates en dés (conserves) égouttées	
1 kg	Légumes à spaghetti surgelés	
40 g	Herbes de Provence réfrigérées	
6 L	Œufs entiers liquides	
1 L	Lait 2 % m.g.	

