

Poitrine de poulet à la créole

50 portions

Source de la recette

Centre hospitalier de Maria

Précision ou commentaire de l'établissement

Description de la portion et du service

60 g

Rendement de la recette

6 kg

Équipements de préparation

Récipients de cuisson

Plats à cuisson profonds, casserole

Équipement de cuisson

Marmite vapeur, four conventionnel

Équipements de service

Cuillère de 125 ml

Valeur nutritive par portion

Calories	190	Sodium (mg)	483
Protéines (g)	28.6	Lipides (g)	5.1
Glucides (g)	6.3	Gras saturés (g)	non disp.
Sucres (g)	non disp.	Fibres (g)	1



Québec 



Poitrine de poulet à la créole

50 portions

Rendement de la recette

6 kg

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
Étape 1		
6 kg	Poitrine de poulet, coupé en 3 morceaux	<ol style="list-style-type: none">1. Couper les poitrines de poulet en 3 morceaux.2. Mettre le poulet dans la marmite vapeur et couvrir d'eau.3. Faire bouillir 1 heure.4. Retirer les morceaux de poulet et les rincer à l'eau tiède.5. Mettre le poulet au frigo.
Étape 2 (Sauce)		
2 L	Eau	<ol style="list-style-type: none">1. Préparer la sauce. Bien mélanger tous les ingrédients.
2 unités	Feuille de laurier	
3 ml	Thym, déshydraté	
3 ml	Origan, déshydraté	
3 ml	Poivre	
200 ml	Base de sauce B.B.Q. commercial	
Étape 3		
300 ml	Oignon cru, tranché	<ol style="list-style-type: none">1. Faire revenir les oignons, le céleri et les poivrons dans une casserole avec la margarine.2. Ajouter les tomates en dés.3. Incorporer la sauce préparée à l'étape 2 aux légumes.4. Verser le mélange sauce-légumes sur les morceaux de poulet, préalablement placés dans des plats de cuisson profonds. Cuire au four à 175 °C (350°F) pendant environ 20 minutes pour réchauffer.
1000 ml	Céleri, coupé congelé	
300 ml	Poivron rouge, coupé congelé	
300 ml	Poivron vert, coupé congelé	
125 ml	Margarine	
1 bte de 2.84L	Tomate en dés	

