

# Crème de légumes maison

100 portions

## Source de la recette

Hôpital Maisonneuve-Rosemont

## Précision ou commentaire de l'établissement

Offert aussi aux patients, portion de 120 ml.

### Description de la portion et du service

180 ml par portion

### Rendement de la recette

18 L

### Équipements de préparation

### Récipients de cuisson

### Équipement de cuisson

### Équipements de service

### Valeur nutritive par portion

Calories	52	Sodium (mg)	377
Protéines (g)	1.1	Lipides (g)	1.2
Glucides (g)	10.0	Gras saturés (g)	0.1
Sucres (g)	non disp.	Fibres (g)	1.6



Québec 



## Crème de légumes maison

100 portions

### Rendement de la recette

18 L

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
<b>Étape 1</b>		
108 ml	huile 100 % canola	1. Faire suer les légumes dans l'huile.
1,62 kg	navet entier, cubes	
1,62 kg	carottes pré pelées entières, cubes	
1,62 kg	chou vert entier, émincé	
720 g	oignons en cubes surgelés	
792 g	poireau surgelé	
792 g	céleri en cubes surgelé	
<b>Étape 2</b>		
318 g	base de bouillon de poulet léger s/gluten	1. Mouiller avec le bouillon de poulet.
8,47 L	eau	
<b>Étape 3</b>		
1,62 kg	pomme de terre pelée, cubes	1. Ajouter les pommes de terre. 2. Cuire 40 minutes. 3. Ajuster les assaisonnements. 4. Passer au mélangeur jusqu'à consistance lisse.
16 ml	sel fin iodé	
5 ml	poivre noir pur (moulu)	

