

Potage santé

250 portions

Source de la recette

CHU Sainte-Justine

Précision ou commentaire de l'établissement

Description de la portion et du service

200 ml
Louche 6 oz

Rendement de la recette

50 L

Équipements de préparation

Mélangeur Dynamic

Récipients de cuisson

Marmite à vapeur

Équipement de cuisson

Équipements de service

Soupière de 5 L (25 portions/casserole)

Valeur nutritive par portion

Calories	110	Sodium (mg)	165
Protéines (g)	4.4	Lipides (g)	3.3
Glucides (g)	16	Gras saturés (g)	1.2
Sucres (g)	5.5	Fibres (g)	1.3



Québec 



Potage santé

250 portions

Rendement de la recette

50 L

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
0.57 kg	Margarine de soya	<ol style="list-style-type: none">1. Préparer un roux et réserver.2. Dans une marmite à vapeur, porter à ébullition l'eau, la base et le lait.3. Ajouter les pommes de terre, le riz et les oignons et laisser mijoter jusqu'à ce que les pommes de terre soient cuites (environ 1 heure).4. Réduire en purée lisse avec le mélangeur Dynamic.5. Ajouter les autres légumes et laisser mijoter jusqu'à ce que les légumes soient cuits, mais encore croquants.6. Assaisonner.7. Retirer un volume de soupe pour y incorporer le roux. Ajouter ensuite ce mélange à la soupe.
0.71 kg	Farine à pain	
15.23 L	Eau	
0.71 kg	Base bouillon poulet légère	
25.50 L	Lait 2 %	
3.82 kg	Pommes de terre crues, en quartiers	
1.42 L	Riz blanc cru	
1.84 kg	Oignons en dés congelés	
3.68 kg	Carottes fraîches tranchées # 2	
3.82 kg	Épinards congelés	
2.55 kg	Asperges coupées congelées	
1.84 kg	Poireaux congelés	
11 g	Poivre noir moulu	
10 g	Laurier moulu	
67 g	Sel	

