

# Bateau Poivron Vert

120 portions

## Source de la recette

Recette présentée par l'Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec (ITHQ) dans le cadre d'une recherche menée en services de garde par Extenso et la Fondation de l'ITHQ. Pour plus de détails, visitez le site [www.nospetitsmangeurs.org](http://www.nospetitsmangeurs.org).

## Précision ou commentaire de l'établissement

**VARIANTES, TRUCS ET ASTUCES** : Remplacer le boeuf par du poulet, de la dinde ou de l'agneau haché. Si désiré, saupoudrer de chapelure ou de fromage avant de cuire.

### Description de la portion et du service

Servir une moitié de poivron par enfant, nappée de sauce aux tomates.

### Rendement de la recette

29 kg

### Équipements de préparation

### Récipients de cuisson

6 insertions de 2 po/5 cm

### Équipement de cuisson

### Équipements de service

### Valeur nutritive par portion

Calories	150	Sodium (mg)	264
Protéines (g)	15	Lipides (g)	4
Glucides (g)	14	Gras saturés (g)	2
Sucres (g)	non disp.	Fibres (g)	3



Québec 



## Bateau Poivron Vert

120 portions

### Rendement de la recette

29 kg

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
1,5 L (6 tasses)/1,2 kg	Oignons hachés	<b>MISE EN PLACE LA VEILLE</b> <ol style="list-style-type: none"><li>Couper les légumes à l'aide d'un robot culinaire.</li><li>Couper et évider les poivrons.</li><li>Préparer la sauce aux tomates de base.</li></ol> <b>MÉTHODE</b> <ol style="list-style-type: none"><li>Préchauffer le four à convection à 165 °C (330 °F) ou le four conventionnel à 190 °C (375 °F).</li><li>Dans un grand bol, mélanger les oignons, l'ail, la viande hachée, les lentilles, les carottes, le sel, le poivre, les herbes et 1,5 l (6 tasses) de sauce aux tomates.</li><li>Répartir le reste de la sauce aux tomates dans les insertions puis y déposer les moitiés de poivrons. Remplir d'environ 125 ml (125 g) de garniture au boeuf.</li><li>Cuire au four à convection pendant environ 45 min (ou au four conventionnel environ 1 h 45 min) ou jusqu'à ce que la viande commence à colorer légèrement et que les poivrons soient tendres (couvrir à mi-cuisson si le dessus de la viande a tendance à brûler).</li></ol>
125 ml (1/2 tasse)/70 g	Ail haché	
6 kg	Bœuf haché maigre	
2 conserves de 2,84 L	Lentilles rincées et égouttées	
1,75 L (7 tasses)/770 g	Carottes pelées et râpées	
25 ml (5 c. à thé)/40 g	Sel	
5 ml (1 c. à thé)/2 g	Poivre	
50 ml (1/4 tasse)/8 g	Origan séché	
50 ml (1/4 tasse)/7 g	Basilic séché	
60 un.	Poivrons verts, coupés en moitiés et évidés	
1,5 L (6 tasses) + 6 L (24 tasses)	Sauce aux tomates de base	

