

# Bœuf aux légumes et pâtés

166 portions  
60 pâtés individuels

## 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

Cette recette peut servir pour faire du pâté au bœuf en mettant le bœuf aux légumes dans des contenants d'aluminium et en les couvrant d'une abaisse de pâte.

### Description de la portion et du service

190 g pour le bœuf aux légumes (louche de 6 onces)  
Format individuel de 280 g pour le bœuf aux légumes en pâté

### Rendement de la recette

31.5 kg de bœuf aux légumes  
60 petits pâtés en format individuel

### Équipements de préparation

### Récipients de cuisson

Contenants en aluminium

### Équipement de cuisson

Marmite vapeur, autoclave, four  
« combi » et four conventionnel.

### Équipements de service

3 insertions, épaisseur 6 pouces.  
1 insertion, épaisseur 4 pouces.

### Valeur nutritive par portion de 190 g

Calories	130	Sodium (mg)	371
Protéines (g)	16	Lipides (g)	3.5
Glucides (g)	7.5	Gras saturés (g)	1.5
Sucres (g)	2	Fibres (g)	1.5

### Valeur nutritive par portion de 280 g en pâté

Calories	212	Sodium (mg)	475
Protéines (g)	17	Lipides (g)	8.5
Glucides (g)	15.5	Gras saturés (g)	3
Sucres (g)	3	Fibres (g)	1.5

Québec 



# Bœuf aux légumes et pâtés

166 portions  
60 pâtés individuels

## Rendement de la recette

31.5 kg de bœuf aux légumes  
60 petits pâtés en format individuel

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
12.5 kg	Bœuf en cubes surgelé	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>Mise en place</b> : faire revenir les cubes de bœuf dans la marmite à vapeur. Couvrir d'eau et commencer la cuisson à 250° F pendant 1 h. Retirer la viande et le jus de cuisson et les conserver au réfrigérateur dans une chaudière.</li> <li><b>Recettes</b> : Verser la viande et son jus dans une marmite à vapeur. Vider le jus de cuisson.</li> <li>Ajouter la sauce brune et chauffer.</li> <li>Décongeler les haricots, les carottes et le navet dans des insertions trouées à l'autoclave pendant 3 minutes.</li> <li>Ajouter à la sauce les oignons, les céleris, les carottes, le navet, les haricots, le thym et le laurier.</li> <li>Transférer le mélange dans les insertions à l'aide d'une casserole et couvrir d'une pellicule plastique.</li> <li>Cuire au four « combi » au mode vapeur à 240° F pendant 1 h 30.</li> <li>Garder 1 chaudière de 14 L de la recette pour faire les pâtés.</li> <li><b>Pâtés</b> : Mettre un papier parchemin sur chaque plaque. Placer 15 petits contenants en aluminium par plaque. À l'aide d'une louche de 6 onces, mettre en portion le bœuf aux légumes dans les récipients et couvrir le dessus d'une abaisse de pâte. Cuire au four conventionnel à 325° F pendant 45 minutes.</li> </ol>
14 L	Sauce brune	
2 kg	Haricots verts surgelés	
2 kg	Carottes tranchées surgelées	
2 kg	Navet en cubes surgelé	
2 kg	Oignons frais mirepoix (coupe grossière)	
1.5 kg	Céleri frais mirepoix	
2 g	Thym moulu	
2 g	Laurier moulu	
<b>Pâté au bœuf aux légumes :</b>		
14 L de bœuf aux légumes	Bœuf aux légumes	
60 unités	Abaisse de pâte (dessus) de 5 pouces de diamètre	

