

# Bœuf aux piments

50 portions

## Source de la recette

Centre hospitalier de Gaspé

## 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

### Équipement de cuisson

Sauteuse

### Équipements de service

### Valeur nutritive par portion

Calories	197	Sodium (mg)	244
Protéines (g)	26.6	Lipides (g)	8.7
Glucides (g)	1.6	Gras saturés (g)	non disp.
Sucres (g)	non disp.	Fibres (g)	0.5



Québec 



# Bœuf aux piments

50 portions

## Rendement de la recette

6 kg

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
6 kg	Languette de bœuf	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Faire sauter le bœuf dans la margarine.</li><li>2. Ajouter le paprika, l'ail et l'eau.</li><li>3. Laisser mijoter 45 minutes.</li><li>4. Ajouter les piments verts et la sauce soya.</li><li>5. Laisser mijoter 5 minutes.</li><li>6. Épaissir avec de la fécule de maïs au besoin.</li><li>7. Servir avec riz ou pommes de terre purées</li></ol>
100 ml	Margarine	
113 ml	Sauce soya légère	
1L	Eau	
44 ml	Paprika	
8 ml	Poudre d'ail	
1900 ml	Piment vert en lanières, frais	
6 ml	sel	

