

Casserole lentilles au fromage

390 portions

Source de la recette

Recette standardisée par des étudiants en nutrition dans le cadre du cours d'alimentation des collectivités du département de nutrition de l'Hôpital Douglas.

Précision ou commentaire de l'établissement :

VARIANTES, TRUCS ET ASTUCES :

Description de la portion et du service

215 g

Rendement de la recette

390 portions – 83.9 kg

Équipements de préparation

Récipients de cuisson

Équipement de cuisson

Équipements de service

Valeur nutritive par portion

Calories	300	Sodium (mg)	468
Protéines (g)	17.5	Lipides (g)	10
Glucides (g)	36.5	Gras saturés (g)	4.5
Sucres (g)	5.3	Fibres (g)	6.8

Québec 



Casserole lentilles au fromage

390 portions

Rendement de la recette

390 portions – 83.9 kg

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
16 kg	Lentilles, sèches	MÉTHODE <ol style="list-style-type: none">1. Nettoyer les lentilles, égoutter et mettre de côté2. Dans un grand chaudron vapeur, faire sauter les carottes, les oignons, le céleri et l'ail durant 5 minutes3. Ajouter les épices4. Ajouter les tomates en dés, le jus de tomate, les feuilles de laurier, la sauce Worcestershire, le sucre et les lentilles et bien mélanger5. Amener à ébullition, puis réduire le feu et laisser mijoter6. Couvrir et cuire 3 heures en brassant occasionnellement7. Ajouter le fromage et faire gratiner juste avant le service8. Couper en 16 portions (une insertion pleine grandeur)
1 L	Huile végétale canola	
2 kg	Carottes en cubes congelées 3/8 po.	
1 kg	Oignons en cubes congelés 3/8 po.	
3 kg	Céleri en cubes congelé 3/8 po.	
795 g	Ail écrasé dans l'huile	
145 g	Marjolaine en flocons	
100 g	Thym en flocons	
50 g	Sauge moulue	
7 boîtes de 2.84 L	Tomates en conserve en dés	
36 boîtes de 1.36 L	Jus de tomate	
52 unités	Feuilles de laurier	
220 ml	Sauce Worcestershire	
280 g	Sucre blanc cristallisé	
10 L	Eau	
4 kg	Fromage cheddar blanc, râpé, 31%MG	
4 kg	Fromage cheddar jaune, râpé	

