

# Poulet marrakech

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** : Pour varier cette recette, utiliser différents légumes (comme des courges, en saison).

### Description de la portion et du service

Servir une portion de 150 ml de légumes et de 60 g de poulet, par enfant.

### Rendement de la recette

10,8 kg

### Équipements de préparation

### Récipients de cuisson

6 demi-plaques à pâtisserie

### Équipement de cuisson

### Équipements de service

### Valeur nutritive par portion

Calories	170	Sodium (mg)	352
Protéines (g)	17	Lipides (g)	6
Glucides (g)	13	Gras saturés (g)	1,2
Sucres (g)	non disp.	Fibres (g)	3



Québec 



# Poulet marrakech

120 portions

## Rendement de la recette

10,8 kg

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
12 L (48 tasses)/6 kg	Carottes pelées et émincées	<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>Préparer la pâte d'épices (voir Méthode 4).</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 180 °C (350 °F).</li> <li>Dans un grand bol, mélanger les carottes, les rutabagas, le céleri, les oignons, l'ail, le sel, l'huile et le thym.</li> <li>Déposer ce mélange dans les insertions (mesurer 10 l (40 tasses)) par insertion) et cuire à découvert au four à convection pendant 20 min (ou 30 min au four conventionnel).</li> <li>Mélanger la coriandre, le cumin, le paprika, le curcuma, le clou de girofle, le gingembre, le sel, l'huile, l'ail et l'eau. Réserver.</li> <li>Retirer les légumes du four et y superposer un étage de poulet (compter 30 morceaux par insertion). Badigeonner de pâte d'épices le dessus de la volaille.</li> <li>Cuire au four à convection pendant environ 30 min (ou au four conventionnel environ 1 h 15 min), ou jusqu'à ce que la température interne du poulet atteigne 77 °C.</li> </ol>
10 L (40 tasses)/4,5 kg	Rutabagas pelés et émincés	
3,7 L (15 tasses)/1,5 kg	Céleri émincé	
9 L (36 tasses)/3,75 kg	Oignons émincés	
500 ml (2 tasses)/280 g	Ail émincé	
45 ml (3 c. à soupe)/45 g	Sel	
45 ml (3 c. à soupe)/20 g	Thym frais	
45 ml (3 c. à soupe)/20 g	Coriandre moulue	
45 ml (3 c. à soupe)/20 g	Cumin moulu	
45 ml (3 c. à soupe)/20 g	Paprika	
25 ml (5 c. à thé)/10 g	Curcuma	
45 ml (3 c. à soupe)/20 g	Cannelle moulue	
5 ml (1 c. à thé)/2,5 g	Piment de Cayenne	
10 ml (2 c. à thé)/5 g	Clou de girofle moulu	
25 ml (5 c. à thé)/8 g	Gingembre moulu	
25 ml (5 c. à thé)/25 g	Sel	
125 ml (1/2 tasse)	Huile d'olive	
125 ml (1/2 tasse)/65 g	Ail haché	
125 ml (1/2 tasse)	Eau	
10 kg	Hauts de cuisse de poulet, désossés	

