

## Sauté asiatique

30 portions

### Source de la recette

Hôpital du Sacré-Cœur de Montréal

### Précision ou commentaire de l'établissement

#### Description de la portion et du service

252 g par portion

#### Rendement de la recette

7 kg

#### Équipements de préparation

#### Récipients de cuisson

#### Équipement de cuisson

#### Équipements de service

#### Valeur nutritive par portion

Calories	189	Sodium (mg)	529
Protéines (g)	15.3	Lipides (g)	9.8
Glucides (g)	10.6	Gras saturés (g)	1.6
Sucres (g)	3.8	Fibres (g)	2.3



Québec 



## Sauté asiatique

30 portions

### Rendement de la recette

7 kg

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
3,75 kg	poulet en lanière crue	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Cuire le poulet entièrement avec l'huile.</li><li>2. Ajouter les oignons, céleri et faire suer.</li><li>3. Ajouter les assaisonnements, ainsi que les autres légumes.</li><li>4. Ajouter la soupe cari coco (Campbell) et laisser cuire environ 30 min.</li><li>5. Réserver au chaud.</li></ol>
0,750 kg	poivron rouge $\frac{3}{4}$ frais	
0,750 kg	poivron vert $\frac{3}{4}$ frais	
0,750 kg	céleri $\frac{3}{4}$ frais	
0,700 kg	oignon $\frac{3}{4}$ frais	
0,650 kg	champignon tranché frais	
0,680 kg	brocoli fleuron (surgelé)	
0,500 kg	mini maïs (surgelé)	
8 g	base de poulet s/sel	
2 g	sel	
1 g	poivre blanc moulu	
4 g	fécule de maïs	
175 ml	huile végétale	
1, 8 kg	soupe poulet cari coco	
0,750 kg	bok choy (bébé)	

