

Tofu sauté à la toscane

160 portions

Source de la recette

Hôpital Sainte-Anne

Précision ou commentaire de l'établissement

Description de la portion et du service

150 g par portion

Rendement de la recette

24 kg

Équipements de préparation

Trancheur

Récipients de cuisson

Équipement de cuisson

Braisière

Équipements de service

Valeur nutritive par portion

Calories	234	Sodium (mg)	355
Protéines (g)	20.8	Lipides (g)	14.51
Glucides (g)	7.67	Gras saturés (g)	3.92
Sucres (g)	2.65	Fibres (g)	1.13



Québec 



Tofu sauté à la toscane

160 portions

Rendement de la recette

24 kg

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
640 ml	Huile végétale d'olive	<ol style="list-style-type: none">1. Mélanger le tofu tranché en languettes (avec la roulette à 30 sur le trancheur) avec les assaisonnements.2. Chauffer l'huile dans la braisière.3. Sauter le mélange de tofu dans l'huile.4. Ajouter les légumes et continuer de bien mélanger dans la braisière.5. Quand tout est bien chaud, ajouter le fromage mozzarella. Distribuer dans les casseroles et couvrir.6. Garder au chaud jusqu'au service.
14.4 kg	Tofu dur	
20 g	Poivre noir	
80 g	Sel	
12 g	Basilic en flocons	
320 ml	Ail haché dans l'huile	
12 g	Origan en flocons	
160 g	Tomates séchées	
4.0 kg	Champignons crus	
4.0 kg	Poireaux congelés cubes	
1.8 kg	Poivrons rouges en dés congelés	
4.0kg	Fromage mozzarella râpé	

