

Veau en cocotte sans sel purée

50 portions régulières
50 portions purées

Source de la recette

Centre de santé et de services sociaux de Laval - Hôpital Cité-de-la-Santé

Précision ou commentaire de l'établissement

Description de la portion et du service

125 ml portion en purée
125 g portion régulière

Rendement de la recette

12.25 kg de veau en cocotte sans sel dont 6 kg serviront à réaliser 6.25 L de purée

Équipements de préparation

Plaques perforées

Récipients de cuisson

Équipement de cuisson

Braisière, « Stephan »

Équipements de service

Valeur nutritive par portion 125 ml

Calories	147	Sodium (mg)	248
Protéines (g)	23	Lipides (g)	4
Glucides (g)	3.5	Gras saturés (g)	1.5
Sucres (g)	1	Fibres (g)	1

Valeur nutritive par portion 125 g

Calories	124	Sodium (mg)	61
Protéines (g)	20	Lipides (g)	3
Glucides (g)	3	Gras saturés (g)	0.5
Sucres (g)	1	Fibres (g)	0.5

Veau en cocotte sans sel purée

50 portions régulières

50 portions purées

Rendement de la recette

12.25 kg de veau en cocotte sans sel dont 6 kg serviront à produire
6.25 L de purée

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
Veau en cocotte sans sel (12.25 kg) :		<ol style="list-style-type: none">1. Peser les ingrédients. Couper les oignons en cubes de ½ pouce.2. Émincer les courges zuchinis.3. Mettre le brocoli et les carottes surgelés dans des plaques perforées.4. Préparer les cubes de veau mijotés : Peser les ingrédients. Sauter le veau à l'huile dans la braisière. Couvrir avec l'eau et cuire jusqu'à tendreté.5. Ajouter les oignons, l'ail, le laurier, le poivre et la pâte de tomates aux cubes de veau.6. Laisser cuire 45 minutes.7. Ajouter les carottes 15 minutes avant la fin de la cuisson.8. Fermer le feu et ajouter le brocoli et les zuchinis.9. Si nécessaire, ajouter un peu de féculé de maïs à la sauce à la fin.10. Préparer le veau en cocotte en purée (recette sur la page suivante) : Mettre le veau en cocotte sans sel, le veau haché cuit et bouillon dans un « Stephan » et faire tourner pendant 4 cycles.
75 g	Féculé de maïs	
3 g	Feuilles de laurier, moulues	
5 g	Poivre blanc pur, moulu	
19 g	Ail haché dans l'huile	
452 g	Oignons frais pelés et coupés en cubes de ½ pouce	
1.13 kg	Courges zuchinis fraîches, émincées	
2.26 kg	Brocolis en fleurons, surgelés	
377 g	Carottes en bâtonnets, surgelées	
8.82 kg	Cubes de veau mijotés sans sel (recette plus bas)	
237 g	Pâte de tomates en conserve	
Cubes de veau mijotés s/sel (8.82 kg) :		
23 g	Poudre d'oignon	
170 ml	Huile de canola	
8.29 kg	Veau maigre en cubes surgelés de 25 mm	
11.33 L	Eau	



Veau en cocotte sans sel purée

50 portions régulières
50 portions purées

Rendement de la recette

12.25 kg de veau en cocotte sans sel dont 6 kg serviront à réaliser
6.25 L de purée

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
Veau en cocotte purée (6.25 L) :		
6 kg	Veau en cocotte (recette plus haut)	
1 kg	Veau haché cuit	
3 L	Bouillon du mets cuisiné ou bouillon de bœuf réduit en sodium	

