

# Potage de brocoli

10 portions

## Source de la recette

Hôpital général juif

## Précision ou commentaire de l'établissement

### Description de la portion et du service

180 ml par portion

### Rendement de la recette

### Équipements de préparation

### Récipients de cuisson

### Équipement de cuisson

### Équipements de service

### Valeur nutritive par portion

Calories	60	Sodium (mg)	375
Protéines (g)	2.2	Lipides (g)	2.9
Glucides (g)	7.7	Gras saturés (g)	non disp.
Sucres (g)	non disp.	Fibres (g)	1.7



Québec 



## Potage de brocoli

10 portions

### Rendement de la recette

--

Quantité	Ingrédients et traitement	Mise en place et mode de préparation
20 ml	Huile de canola	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Chauffer l'huile de canola et y ajouter le brocoli, les patates et les oignons.</li><li>2. Ajouter la base de poulet, le poivre et l'eau. Cuire à feu moyen et amener à ébullition doux et ensuite laisser mijoter pour 15 minutes.</li><li>3. Réduire en potage jusqu'à consistance désirée.</li></ol>
125 g	Patates pelées et râpées	
625 g	Brocoli coupé	
77 g	Oignons coupés	
17 g	Base de poulet	
2 g	Poivre noir moulu	
1.0 L	eau	

