



## Bortsch

GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°1100

### Ingrédients pour 100 personnes âgées

	Quantité	PU	Total
Chou vert de Milan frais kg	3,000 KG	1,26	3,78
Betteraves rouges cuites kg	5,000 KG	0,95	4,73
Tomate concassée pelée bt 5/1	1,000 KG	0,66	0,66
Huile d'olive vierge extra 1 lt	0,100 LT	3,80	0,38
Sauce tomate pizza aromatisée bt 5/1	3,000 KG	0,72	2,16
Vinaigre de vin rouge 1,5 lt	0,400 LT	0,69	0,27
Eau	14,000 LT	-	-
Fromage blanc battu 7 à 9 % 5 kg	1,500 KG	1,90	2,85
Œuf entier liquide 2 lt	0,500 LT	1,22	0,61
Fleur de maïs bt 700 g	0,250 KG	4,61	1,15
Sel fin 1 kg	0,010 KG	0,32	0,00
Poivre gris/noir moulu 1 kg	0,007 KG	9,45	0,07

### Progression

- Trier, laver, désinfecter, puis rincer abondamment à l'eau claire le chou vert. Émincer, réserver.
- Suer dans la matière grasse frémissante le chou vert émincé, les betteraves et la tomate concassée. Déglacer avec le vinaigre, incorporer la sauce tomate. Mouiller de la quantité d'eau froide nécessaire, porter à ébullition. Assaisonner, cuire 40 minutes environ, mixer, réserver au chaud (+ 63 °C).
- Mélanger le fromage blanc, l'œuf entier liquide et la fleur de maïs. Incorporer dans la soupe, mijoter 5 à 6 minutes. Rectifier l'assaisonnement, réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.

**Coût portion** 270 g = 0,167 €

### Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 86 Protéines : 3,1 g Fibres : 2,0 g  
Kjoutes : 359 Glucides : 8,4 g  
Matières grasses : 3,9 g



## Civet de chevreuil Nouvelle Orléans

GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°100730

### Ingrédients pour 100 personnes âgées

	Quantité	PU	Total
Sauté de chevreuil s/os sg 40/60 g	15,500 KG	7,42	115,07
Huile d'olive vierge extra 1 lt	0,120 LT	3,80	0,46
Carottes fraîches sac kg	1,500 KG	0,79	1,19
Oignon jaune moyen kg	0,650 KG	0,79	0,51
Céleri branche frais kg	0,300 KG	1,61	0,48
Ail vrac kg	0,120 KG	3,11	0,37
Poudre de chili bt 215 g	0,010 KG	20,26	0,20
Sucre cassonade 1 kg	0,100 KG	1,99	0,20
Bouquet garni 100 g	2,000 UN	0,88	1,76
Vin 11° rouge 1 lt	2,000 LT	1,68	3,35
Bière 1 lt	1,000 LT	1,62	1,62
Eau	2,600 LT	-	-
Fonds brun lié bt 750 g	0,040 KG	11,16	0,45
Sauce anglaise Worcestershire 568 ml	0,250 LT	3,95	0,98
Sel fin 1 kg	0,040 KG	0,32	0,01

### Progression

- Trier, laver, désinfecter, puis rincer abondamment à l'eau claire les légumes. Effiler le céleri et éplucher les autres légumes. Détailler les carottes en cubes, émincer les oignons et le céleri, mixer l'ail. Réserver.
- Suer dans la matière grasse frémissante les légumes 5 à 7 minutes, débarrasser, réserver au chaud (+ 63 °C).
- Rissoler jusqu'à coloration le sauté de chevreuil préalablement salé et assaisonné de poudre de chili. Ajouter le sucre cassonade et laisser caraméliser. Incorporer les légumes et le bouquet garni, déglacer au vin rouge et à la bière, assaisonner, réduire 10 minutes. Mouiller du fonds brun lié dispersé au fouet dans la quantité d'eau bouillante ou froide nécessaire. Ajouter la sauce Worcestershire, mijoter 1h30. Rectifier l'assaisonnement et réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.

**Coût portion** 164 g = 1,257€

### Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 220 Protéines : 36,1 g Fer : 1,8 mg  
Kjoutes : 926 Glucides : 4,7 g  
P/L : 8,03 Matière grasses : 4,5 g  
dont AGS : 0,2 g