

Potage au tapioca et langoustines



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°9934

• Ingrédients pour 100 adultes

	Quantité	PU	Total
Perle de tapioca sac 5 kg	4,000 KG	1,90	7,60
Beurre doux 250 g	0,125 KG	3,95	0,49
Echalote coupée sg 250 g	0,250 KG	2,36	0,59
Eau	13,000 LT	-	-
Bouillon de volaille bt 1,4 kg	0,260 KG	7,66	1,99
Ail émincé sg 250 g	0,050 KG	2,40	0,12
Bisque de homard bt 4/4	3,400 KG	3,76	12,78
Piment de Cayenne moulu bt 1 lt	0,005 KG	11,96	0,06
Eau	3,000 LT	-	-
Fumet de crustacés bt kg	0,060 KG	10,99	0,66
Langoustine crue sg 30/40 kg	3,000 KG	8,86	26,58

• Mise en œuvre

- Suer dans la matière grasse frémissante les échalotes. Mouiller du bouillon de volaille dispersé au fouet dans la quantité d'eau bouillante ou froide nécessaire, ajouter l'ail, cuire 3 minutes. Mixer, incorporer les perles de tapioca en pluie, cuire 8 à 10 minutes en remuant constamment. Ajouter la bisque de homard et le piment de Cayenne, cuire 3 minutes. Réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Disperser au fouet dans la quantité d'eau bouillante ou froide nécessaire le fumet de crustacés. Porter à ébullition, cuire 3 minutes. Pocher les langoustines, débarrasser, réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Dresser le potage, décorer d'une langoustine au départ.

• **Coût portion** 260 g = 0,509 €

• Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 199 Protéines : 3,5 g
Kjoules : 833 Glucides : 40,6 g
Matières grasses : 2,4 g

Côte de porc planteur



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°7308

• Ingrédients pour 100 adultes

	Quantité	PU	Total
Côte de porc longe 130/150 g LPF	14,000 KG	3,95	55,30
Huile de tournesol 5 lt	0,050 LT	1,33	0,07
Oignon jaune moyen kg	0,250 KG	0,55	0,14
Rhum blanc Martinique 40° 70 cl AOP	0,050 LT	10,41	0,52
Jus de citron concentré 1 lt	0,100 LT	2,15	0,22
Quatre-épices bt 1 lt	0,010 KG	28,32	0,28
Laurier moulu bt 1 lt / 0,275 kg	0,004 KG	9,17	0,04
Tomate concassée pelée bt 5/1	0,900 KG	0,64	0,58
Lait de coco bt 1/2	1,000 KG	7,20	7,20
Sel fin 1 kg	0,030 KG	0,25	0,01

• Mise en œuvre

- Trier, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire les oignons. Emincer finement, réserver.
- Rissoler dans la matière grasse frémissante les côtes de porc, cuire 4 à 5 minutes sur chaque face. Assaisonner, débarrasser dans des gastronomes pleins, réserver au chaud (+ 63 °C).
- Suer les oignons, déglacer rhum, flamber. Mouiller du jus de citron, réduire. Ajouter le quatre-épices, le laurier et les tomates concassées, mijoter 10 minutes à couvert. Incorporer le lait de coco, assaisonner, cuire 5 minutes. Mixer, réserver au chaud au bain-marie (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Dresser les côtes de porc, napper de sauce au départ.

• **Coût portion** 104 g = 0,644 €

• Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 219 Protéines : 21,2 g
Kjoules : 917 Glucides : 0,8 g
P/L : 1,5 Matières grasses : 14,5 g