

Bouchée aux escargots



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°4526

• Ingrédients pour 100 adultes

	Quantité	PU	Total
Bouchée à garnir ronde 25 g	100,000 UN	0,13	13,00
Margarine de cuisine 500 g	0,150 KG	1,31	0,20
Echalote coupée sg 250 g	0,400 KG	2,36	0,94
Champignons émincés IQF	0,800 KG	1,25	1,00
Vin de table blanc 11° 1 lt	0,300 LT	1,53	0,46
Escargot de Bourgogne (12 dz) bt 4/4	1,300 KG	24,30	31,59
Lait 1/2 écrémé UHT 1 lt	4,700 LT	0,59	2,77
Roux blanc bt kg	0,350 KG	9,22	3,23
Sel fin 1 kg	0,040 KG	0,23	0,01
Poivre blanc moulu 1 kg	0,005 KG	13,20	0,07

• Mise en œuvre

- Suer dans la matière grasse frémissante les échalotes et les champignons. Déglacer vin blanc, réduire. Ajouter les escargots préalablement égouttés et rincés à l'eau claire, mijoter 5 minutes. Mouiller de la quantité de lait bouillant nécessaire, lier au roux blanc, cuire 3 minutes. Rectifier l'assaisonnement, réserver au bain-marie (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Plaquer les bouchées dans des gastronomes, remettre à température à four modéré (160/180 °C) 5 à 7 minutes. Réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Dresser les bouchées, garnir de sauce au départ.

• **Coût portion** 105 g = 0,533 €

• Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 194 Protéines : 5,5 g
Kjoules : 812 Glucides : 17,3 g
Matières grasses : 11,4 g

Rognons de veau au Cognac



GRAMMAGE DU GEMRCN

Fiche Aidomenu n°2589

• Ingrédients pour 100 adultes

	Quantité	PU	Total
Rognons de veau sg 150/250 g	17,000 KG	3,59	61,03
Beurre doux 250 g	0,500 KG	3,95	1,98
Cognac dénaturé 2 lt	0,200 LT	5,01	1,00
Crème liquide 35 % UHT brique 1 lt	3,000 LT	2,79	8,37
Moutarde de Dijon seau 5 kg	0,100 KG	0,94	0,09
Fleur de maïs bt 700 g	0,170 KG	4,60	0,78
Sel fin 1 kg	0,030 KG	0,23	0,01
Poivre blanc moulu 1 kg	0,008 KG	13,20	0,11
Persil haché sg 250 g	0,120 KG	3,00	0,36

• Mise en œuvre

- Dégeler les rognons de veau en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C).
- Dégraisser les rognons de veau, blanchir, égoutter. Détailler en dés, sauter dans la matière grasse frémissante, ajouter le cognac, flamber. Assaisonner, réserver au chaud (+ 63 °C).
- Mélanger la crème et la moutarde. Verser dans le plat de cuisson des rognons, ajouter la fleur de maïs préalablement diluée dans un peu d'eau, épaissir. Assaisonner, remettre les rognons, mijoter 10 minutes. Réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Dresser les rognons, napper de sauce, parsemer de persil au départ.

• **Coût portion** 125 g = 0,737 €

• Valeurs nutritionnelles

Kcalories : 329 Protéines : 25,8 g Fer : 7,6 mg
Kjoules : 1377 Glucides : 2,5 g
P/L : 1,1 Matières grasses : 23,9 g