

ENTRÉES FROIDES

MÉDICO SOCIAL



40 mn



5 mn



Pers. âgées

Recette réalisée par :

Etb. : Foyer Port du Canal - Dijon 21
Cuisinier : Daniel LANCLUME
Gestionnaire : Catherine MORAND

SALADE BOURGUIGNONNE

INGRÉDIENTS

Ingrédients	Provenance	Quantités pour 100 pers.	Quantités pour 8 pers.
Poitrine de porc fumée émincée	France	1.125 kg	0.09 kg
Époisses	Côte-d'Or	3.75 kg	0.3 kg
Salade batavia bio	Côte-d'Or	7.5 kg	0.6 kg
Cerneaux de noix	France	0.375 kg	0.03 kg
Sauce			
Huile de tournesol	France	0.875 l	0.07 l
Vinaigre de vin	France	0.25 l	0.02 l
Moutarde de Dijon	Côte-d'Or	0.125 kg	0.01 kg
Sel, poivre	France	QS	QS

Matériel :

- Essoreuse
- Poêle

PROGRESSION DE LA RECETTE



1. Éplucher, laver et désinfecter la salade.
2. Confectionner la sauce moutarde.
3. Dresser la salade dans un bol ou une assiette en y ajoutant la sauce. Maintenir à +3°C.
4. Couper l'époisses en petit cubes et réserver au frais.
5. Faire rissoler les lardons au dernier moment ou bien les réserver au chaud.
6. Au moment de servir, ajouter les cubes d'époisses, les lardons et les cerneaux de noix.

ENTRÉES FROIDES

SALADE BOURGUIGNONNE

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Coût moyen par portion : 0.83€

% de produits bio : 54 %

% de produits locaux : 81 %

Saisonnalité : Toute l'année

TABLEAU DES GRAMMAGES

Public	Grammage (g)
Maternelle	40
Élémentaire	60
Ado/Adulte	80 à 100
Personne âgée	80

INFOS HACCP

1. À réception, contrôler la T°C et la date de consommation des denrées réfrigérées
2. Laver et désinfecter à l'eau vinaigrée la salade bio avant sa mise en œuvre
3. Surveiller l'hygiène des mains
4. Veiller à l'hygiène du matériel de découpe / tranchage
5. Maintenir à +3°C jusqu'au service

ANALYSE GEMRCN

VALEURS NUTRITIONNELLES POUR 100G



176 Kcal



5.1 g



1.5 g



16.6 g

Catégorie 1 : Entrées contenant plus de 15% de lipides

Fréquence : 4/20 maxi

Lipides par portion de sauce : 10.9 g

Remarque : L'huile de tournesol pourrait être remplacée par de l'huile de colza et /ou d'olives pour un meilleur équilibre des apports en acides gras insaturés. Pour réduire l'apport en matières grasses, les lardons pourraient être remplacés par du jambon.