



Recette réalisée par :

Etb : Lycée des Arcades - Dijon 21
 Cuisinier : Christophe BOIS
 Gestionnaire : Luc DELAHAYE

BŒUF BOURGUIGNON CHAROLAIS

INGRÉDIENTS

Ingrédients	Provenance	Quantités pour 100 pers.	Quantités pour 8 pers.
Bœuf bourguignon	Bourgogne	14 kg	1,12 kg
Sauce			
Lardons fumés	Bourgogne	1 kg	0,08 kg
Champignons émincés	Bourgogne	1,5 kg	0,12 kg
Oignons grelots	Bourgogne	1 kg	0,08 kg
Oignons bio	Côte-d'Or	1 kg	0,08 kg
Carottes rondelles	Bourgogne	1 kg	0,08 kg
Farine T55	France	0,5 kg	0,04 kg
Huile de tournesol	France	0,5 l	0,04 l
Vin rouge	Bourgogne	10 l	0,8 l
Eau	France	3,5 l	0,28 l
Sel - Poivre	France	QS	QS

Matériel :

- Sauteuse
- Rondeau

PROGRESSION DE LA RECETTE



1. Faire revenir le bœuf dans la matière grasse avec les oignons émincés.
2. Singer, déglacer au vin rouge, mouiller à hauteur avec le vin rouge.
3. Laisser cuire 2h30.
4. À part, dans une sauteuse, faire revenir les oignons grelots, les champignons émincés et les lardons jusqu'à caramélisation.
5. Ajouter les carottes, cuire encore 10 mn.
6. Incorporer la garniture protidique.
7. Maintenir au chaud jusqu'au service.

BŒUF

BŒUF BOURGUIGNON CHAROLAIS

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Coût moyen par portion : 1.13 €

% de produits bio : 41 %

% de produits locaux : 81 %

Saisonnalité : Automne/Hiver

TABLEAU DES GRAMMAGES

Public	Grammage (g)
Maternelle	50
Élémentaire	70
Ado/Adulte	100 à 120
Personne âgée	70 à 100

INFOS HACCP

- À réception, contrôler la T°C, la DLC et la présence de l'estampille sanitaire sur la viande
- Vérifier l'aspect et la fraîcheur des végétaux
- Bien laver les légumes avant leur mise en œuvre
- Respecter les barèmes de cuisson (couple Temps / T°C)
- Maintenir au chaud et servir à T°C ≥ + 63°C

ANALYSE GEMRCN

VALEURS NUTRITIONNELLES POUR 100G



185 Kcal



14.3 g



13.2 g



0.2 g

Catégorie 1 : Viandes non hachées de bœuf, de veau ou d'agneau, et abats de boucherie

Fréquence : 4/20 mini

Lipides par portion de sauce : 1.4 g