



# Cannelloni à la niçoise

AVEC BOURSIN® CUISINE



Pour obtenir une belle cuisson de la pâte à cannelloni, il faut bien les recouvrir avec la sauce tomate qui doit être plutôt fluide. La pâte va se gorgier de l'eau naturelle de la sauce tomate.

TEXTURE  
MANGER-  
MAINS

## AMÉLIORATIONS NUTRITIONNELLES

Une portion de cannelloni avec **Boursin® Cuisine** apporte 58,6% **moins d'acides gras saturés** (les lipides les moins favorable) et 11,3% **moins de sel** par rapport à une recette traditionnelle.





# Cannelloni à la niçoise

AVEC BOURSIN® CUISINE

🕒 Préparation : 40 min - Cuisson : 20 min + 30 min

💶 Coût par convive : 1€ pour une portion de 200 g

## INGRÉDIENTS POUR 100 CONVIVES

- 300 ml d'huile d'olive
- 1,5 kg d'oignons ciselés
- 7,5 kg d'égrené de bœuf surgelé
- 800 ml de jus de bœuf
- 1 bouquet garni
- 7,5 kg de feuilles de blette ou d'épinards blanchis hachés
- 3 kg de sauce tomate
- 2 kg de **Boursin® Cuisine**
- 4 kg de cannelloni sec
- 9 kg de sauce tomate
- 400 ml de bouillon de bœuf
- 2 kg de **Boursin® Cuisine**
- Sel, Poivre

**Valeurs nutritionnelles à la portion de 200 g :**  
Énergie : 1064,97 kJoules / 254,2 kcal - Matières grasses : 12,8 g dont 2,3 g d'acides gras saturés - Glucides : 19,7 g dont 2,62 g de sucres - Fibres : 3 g - Protéines : 12,3 g - Sel : 0,8 g - Calcium : 45,9 mg - Vitamine C : 21,38 µg

## PROGRESSION DE LA RECETTE

1. Chauffer l'huile d'olive et faire suer les oignons quelques minutes.
2. Ajouter l'égrené de bœuf et laisser cuire.
3. Verser le jus de bœuf et le bouquet garni et continuer de cuire la viande.
4. Ajouter les blettes ou épinards puis la sauce tomate et cuire à nouveau jusqu'à liaison de tous les éléments.
5. Terminer avec les 2 kg de **Boursin® Cuisine**, bien mélanger et rectifier l'assaisonnement.
6. Faire refroidir en cellule l'appareil à cannelloni.
7. Garnir les tubes de cannelloni et les ranger dans un plat individuel ou dans une plaque GN.
8. Recouvrir avec la sauce tomate.
9. Détendre le **Boursin® Cuisine** avec le bouillon de bœuf et verser sur les cannellonis.
10. Cuire au four à 180°C pendant 30 à 35 minutes.
11. Servir immédiatement.

## TEXTURE MANGER-MAINS

🕒 Préparation : 15 min - Cuisson : 30 min

💶 Coût par convive : 1,10 € pour une portion de 200 g

## INGRÉDIENTS POUR 100 CONVIVES

- 13 kg de cannelloni à la niçoise avec **Boursin® Cuisine**
- 1 kg de **Boursin® Cuisine**
- 6 L de lait chaud
- 600 g de blancs d'œufs en poudre
- Sel, Poivre

**Valeurs nutritionnelles à la portion de 200 g :** Énergie : 936,5 kJoules / 224,1 kcal - Matières grasses : 10,6 g dont 1,9 g d'acides gras saturés - Glucides : 15,3 g dont 4,4 g de sucres - Fibres : 1,8 g - Protéines : 15,6 g - Sel : 0,6 g - Calcium : 97,8 mg - Vitamine C : 0,3 µg

## PROGRESSION DE LA RECETTE

1. Mixer les cannellonis avec le lait chaud.
2. Ajouter les blancs d'œufs en poudre et mixer à nouveau.
3. Rectifier l'assaisonnement.
4. Verser le mélange dans un bac GN graissé ou dans un moule silicone.
5. Couvrir le bac ou filmer le moule silicone.
6. Cuire le tout dans un four vapeur ou mixte à 95°C jusqu'à atteindre 85°C à cœur.
7. Refroidir immédiatement.
8. Démouler et couper en cube (sauf pour le moule silicone).
9. Remettre en température à 65°C à cœur au moment du service.
10. Servir immédiatement.

## AMÉLIORATIONS NUTRITIONNELLES

Une portion de cannelloni manger-mains avec **Boursin® Cuisine** apporte 21% de **lipides en plus** avec 4,5% **moins d'acides gras saturés** par rapport à une recette traditionnelle.



**Vous pouvez accompagner ce manger-mains d'une sauce tomate un peu épaisse.**



## LE PLUS PRODUIT

**Boursin® Cuisine** permet de lier la farce de viande, de renforcer le goût et apporter du moelleux. **Boursin® Cuisine** favorise le gratinage des cannelloni.