



bel Foodservice



Cœur de merlu, et sa trilogie de saveurs avec Cantadou® au Curry

●●● Ingrédients pour 50 convives

- 6 kg de cœur de merlu
- 1,5 kg de fromage à la crème Cantadou® au Curry
- 1 L d'eau
- 0,3 kg d'oignons
- 0,3 kg de compote de pommes
- 0,9 L de lait de coco
- 0,250 kg de beurre
- Thym, laurier
- Sel, poivre

PRÉPARATION : 10 MINUTES

CUISSON : 30 MINUTES



●●● Progression de la recette

1. Plaquer le merlu dans un bac gastro. Mouiller avec l'eau et ajouter le thym et le laurier.
2. Cuire au four, non couvert, pendant 20 minutes, à basse température 90°C.
3. Confectionner la sauce : hacher les oignons, les faire revenir dans le beurre. Ajouter le lait de coco, la compote de pommes. Laisser réduire, incorporer le fromage Cantadou® au Curry et bien mélanger. Assaisonner.
4. Dresser le cœur de merlu et napper de sauce.



Pour rendre votre recette plus festive, décorez avec de la noix de coco râpée ou des amandes effilées.

●●● Valeurs nutritionnelles

	Valeurs nutritionnelles/portion
Énergie	1193,1 Kj 286,1 Kcal
Protéines	23,6 g
Matières grasses	19,4 g
Glucides	4,2 g