



# Diot fumé et gratin de crozets

AVEC LA VACHE QUI RIT®  
FORMULE PLUS



Vous pouvez  
récupérer le bouillon  
de cuisson des crozets  
pour cuire vos diots.



TEXTURE  
MANGER-  
MAINS

## AMÉLIORATIONS NUTRITIONNELLES

Une portion de diot fumé et gratin de crozets avec **La Vache qui rit® Formule Plus** apporte  
+ 39,7% des ANC en **vitamine D** (contre 2,2%)  
- **moins d'acides gras saturés** (-33,5%)  
par rapport à une recette traditionnelle.







# Diot fumé et gratin de crozets

AVEC LA VACHE QUI RIT® FORMULE PLUS

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

€ Coût par convive : 0,6 € pour une portion de 175 g

## INGRÉDIENTS POUR 100 CONVIVES

### Diot fumé

- 200 g de beurre
- 100 pièces de diot fumé de 100 g
- 2,5 kg d'oignons émincés
- 1,5 kg d'échalotes émincées
- 500 g d'ail haché
- 400 g de farine
- 4 L de vin blanc sec
- 1 bouquet garni
- 8 L de bouillon de volaille
- Sel, Poivre

### Gratin de crozets

- 12 L de bouillon de volaille
- 5 kg de crozets
- 1,5 L de béchamel
- 2 kg de **La Vache qui rit® Formule Plus**
- Sel, Poivre

## PROGRESSION DE LA RECETTE

1. Faire chauffer le beurre et faire dorer les diots.
2. Réserver les diots, ajouter les oignons, les échalotes, l'ail et laisser cuire jusqu'à coloration blonde.
3. Saupoudrer de farine et laisser colorer légèrement.
4. Déglacer avec le vin blanc, laisser réduire de moitié et ajouter le bouillon de volaille.
5. Poser les diots dans base de sauce et laisser cuire 30 à 40 minutes en fonction de la taille des saucisses.
6. Porter les 12 L de bouillon à ébullition, verser les crozets et cuire pendant 15 minutes.
7. Passer les crozets et les mélanger avec la béchamel et **La Vache qui rit® Formule Plus**.
8. Rectifier l'assaisonnement.
9. Garnir les plaques GN avec les crozets et cuire au four à 180°C pendant 20 à 30 minutes.
10. Dresser les diots avec un peu de sauce et une belle part de gratin de crozets.
11. Servir immédiatement.

**Valeurs nutritionnelles à la portion de 175 g :** Énergie : 1561,35 kJoules / 374,3 kcal - Matières grasses : 22,05 g dont 2,45 g d'acides gras saturés - Glucides : 21,7 g dont 2,28 g de sucres - Fibres : 0,9 g - Protéines : 17,32 g - Sel : 1,57 g - Calcium : 170,1 mg - Vitamine D : 1,58 µg

## TEXTURE MANGER-MAINS

🕒 Préparation : 30 min - Cuisson : 30 min

€ Coût par convive : 0,85 € pour une portion de 200 g

## INGRÉDIENTS POUR 100 CONVIVES

- 5 kg de diots fumés cuits
- 3,7 L de bouillon de légumes
- 1,1 L d'huile de colza
- 550 g de blancs d'œufs en poudre
- 7 kg de gratin de crozets
- 2 L de lait chaud
- 1 kg de **La Vache qui rit® Formule Plus**
- Sel, Poivre

## PROGRESSION DE LA RECETTE

1. Mixer les diots avec le bouillon de légumes et l'huile de colza.
2. Ajouter 250 g de blancs d'œufs en poudre.
3. Rectifier l'assaisonnement.
4. Verser dans un bac GN et mettre au four vapeur quelques minutes pour faire prendre la surface.
5. Mixer le gratin de crozets avec le lait chaud et **La Vache qui rit® Formule Plus**.
6. Ajouter les 300 g restants de blancs d'œufs en poudre et mixer à nouveau.
7. Ajouter quelques épices.
8. Verser sur le mélange précédent et couvrir.
9. Cuire le tout dans un four vapeur ou mixte à 95°C jusqu'à atteindre 85°C à cœur.
10. Refroidir immédiatement.
11. Remettre en température à 65°C à cœur au moment du service.
12. Servir immédiatement.

**Valeurs nutritionnelles à la portion de 200 g :** Énergie : 1941,5 kJoules / 467 kcal - Matières grasses : 32,3 g dont 6,5 g d'acides gras saturés - Glucides : 19 g dont 3,5 g de sucres - Fibres : 0,7 g - Protéines : 22,2 g - Sel : 1,9 g - Calcium : 526,5 mg - Vitamine D : 5,2 µg

## AMÉLIORATIONS NUTRITIONNELLES

Une portion de diots fumés et crozets avec **La Vache qui rit® Formule Plus** apporte 43,9% (contre 17%) des ANC en calcium et 51,9% (contre 16%) des ANC en vitamine D, 13% de protéines en plus par rapport à une recette traditionnelle.

