



ACCOMPAGNEMENT

Purée de céleri

avec La Vache qui rit® Formule Plus



BÉNÉFICES NUTRITIONNELS

La Vache qui rit® Formule Plus apporte dans cette recette, à la portion :

- + 226,6 mg de **calcium**, soit + 292%
- + 2,4 µg de **vitamine D**, soit + 1200%
- + 2 g de **protéines**, soit + 52,6%

par rapport à une recette traditionnelle avec de la crème (30% MG).



Purée de céleri

avec La Vache qui rit® Formule Plus

ACCOMPAGNEMENT

Temps de préparation : 20 min. - Temps de cuisson : 40 min.

Ingrédients pour 100 convives :

- 13 kg de céleri boulevé lavé, épluché et coupé en cubes
- 6 kg de pommes de terre lavées et épluchées (ou 2 kg de flocons de pommes de terre)
- 1 L de lait (ou 4 L de lait si flocons)
- 2 kg de **La Vache qui rit® Formule Plus**
- Sel, poivre PM

Progression de la recette :

1. Faire cuire le céleri boulevé et les pommes de terre à l'eau salée ou à la vapeur.
2. Passer l'ensemble des légumes au moulin à légumes.
3. Ajouter le lait bien chaud.
4. Bien homogénéiser le mélange puis ajouter **La Vache qui rit® Formule Plus**.
5. Rectifier l'assaisonnement si besoin.

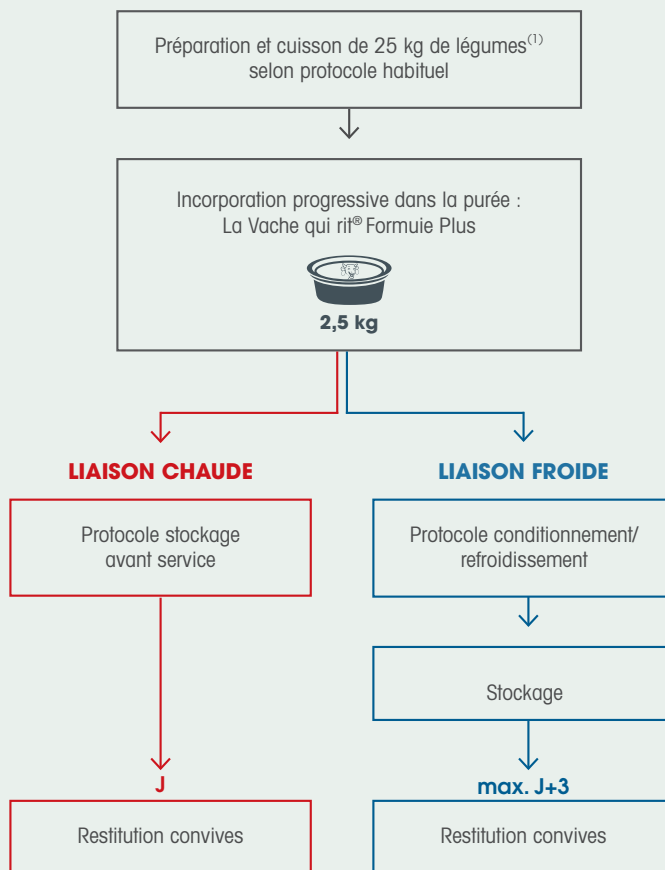
Astuce du chef : pour une recette en gros volume, il est possible d'utiliser des galets de purée de céleri surgelés.

Valeurs nutritionnelles pour une portion de 200 g : Énergie : 506 kJoules / 120 kcal – Matières grasses : 3 g dont 1,8 g d'AGS – Glucides : 15,2 g dont 5,6 g de sucres – Fibres : 5,4 g – Protéines : 5,2 g – Sel : 0,6 g – Calcium : 276 mg – Vitamine D : 2,4 µg

PROTOCOLE CUISINE CENTRALE PURÉE



Disponible en terrine de 1 kg et en seau de 5,5 kg



⁽¹⁾ Protocole pour purée de légumes frais, pour le protocole purée en flocons, rendez-vous sur belfoodservice.fr