

# SEMAINE *du* SOURIRE



## ASTUCE DU CHEF

Si vous disposez d'un four qui enregistre les paramètres de cuisson, vous pouvez améliorer la cuisson du sauté en utilisant la cuisson de nuit basse température. Cuire le sauté en plaque GN à couvert pendant 13 h à 85°C en vapeur. Vous obtiendrez un résultat ultra fondant.

# SAUTÉ DE BŒUF STROGANOV ET SON GRATIN DAUPHINOIS

avec *La Vache qui rit*® Formule Plus

TEMPS DE PRÉPARATION : 45 MIN • TEMPS DE CUISSON : 90 MIN + 60 MIN

COÛT  
PAR CONVIVE

0 € — 2 €

## INGRÉDIENTS (POUR 100 CONVIVES) :



15 kg de sauté  
de bœuf



20 cl  
d'huile



1 kg  
d'oignons  
ciselés



250 g de concentré  
de tomates



200 g  
de farine



20 cl  
de Cognac



10 L de bouillon  
de bœuf



1 bouquet  
garni



50 g de  
paprika



2 kg de *La Vache qui rit*®  
Formule Plus

## Gratin Dauphinois :



20 kg de pommes  
de terre



6 L de  
lait



100 g  
d'ail



4 g de noix  
de muscade



2 kg de  
*La Vache qui rit*®  
Formule Plus



Sel / poivre

## PRÉPARATION DE LA RECETTE :

### Viande :

1. Faire colorer le sauté de bœuf dans l'huile.
2. Mettre les oignons et continuer de faire colorer.
3. Ajouter le concentré de tomates et la farine. Laisser cuire doucement.
4. Déglacer au Cognac et ajouter le bouillon de bœuf, le bouquet garni et le paprika.
5. Laisser cuire 3 à 4 heures à petits frémissements.
6. En fin de cuisson, ajouter *La Vache qui rit*® Formule Plus.
7. Rectifier l'assaisonnement et maintenir au chaud à +63°C.

### Gratin Dauphinois :

8. Couper les pommes de terre en fines lamelles et les ranger dans une plaque GN1.
9. Faire bouillir le lait avec l'ail, le sel, le poivre et la muscade. Ajouter *La Vache qui rit*® Formule Plus, puis verser le tout sur les pommes de terre.
10. Cuire au four pendant 1 heure à 180°C.

### Le + produit

*La Vache qui rit*®  
Formule Plus favorise une  
bonne liaison de la sauce et  
permet de fixer le parfum  
de paprika et d'apporter de  
la légèreté dans le gratin  
dauphinois.



Apports nutritionnels de la recette  
par rapport à la même recette sans  
*La Vache qui rit*® Formule Plus

- 5% de protéines en plus
- 5 fois plus de calcium
- 25 fois plus de vitamine D

Valeurs nutritionnelles pour 1 portion (environ 200 g) : Energie : 1377,1 KJ / 329,7 Kcal - Matières grasses : 16,4 g - Dont acides gras saturés : 6,3 g - Glucides : 4,5 g - Dont sucres : 1,8 g - Protéines : 39,5 g - Sel : 1,2 g - Calcium : 277,5 mg - Vitamine D : 2,5 µg