



Dariole au céleri rave





Ingrédients pour 100 Adolescents

1	Céleri rave équeuté	4,600	KG
	Jus de citron concentré	0,080	LT
0	Œuf entier liquide	4,000	LT
Õ	Lait 1/2 écrémé UHT	2,200	LT
Õ	Crème liquide 35 % UHT	0,800	LT
	Noix de muscade moulue	0,004	KG
	Echalote fraîche	0,350	KG
	Sel fin	0,020	KG
	Poivre gris/noir moulu	0,003	KG
$\hat{\mathbb{Q}}$	Noisettes entières décortiquées	0,120	KG

Portion 109 g
Coût €
Temps de préparation



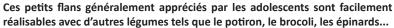
- Trier, laver, désinfecter, éplucher, puis rincer abondamment à l'eau claire le céleri rave et les échalotes. Mixer les échalotes, réserver. Eplucher, détailler en morceaux et citronner le céleri.
- Plaquer le céleri dans des gastronormes perforés, cuire au four vapeur. Mixer, réserver au chaud (+63 °C).
- Battre l'œuf entier liquide, incorporer le lait, la crème, la noix de muscade, la purée de céleri et les échalotes. Assaisonner, répartir l'appareil dans des ramequins préalablement graissés. Cuire au four (170/180 °C) 30 à 35 minutes. Réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- Démouler les darioles sur assiette, décorer au départ de noisettes préalablement concassées.

VALEURS NUTRITIONNELLES POUR 100 G									
Apport calorique	Protéines	Lipides	dont AGS	Glucides	Fibres	Sel	Calcium		
104 kcal 432 kJ	5,6 g	7,3 g	3,1 g	3,3 g	1,3 g	0,3 g	37 mg		

Critère GEMRCN

• Aucun







Comment lire et utiliser votre fiche recette :



Type de plat / périodeEntrée / Plat / Dessert
Automne / Hiver / Printemps - Eté



L'astuce

Proposition de variante de la recette

Dariole au céleri rave



Ingrédients pour 100 Adolescents

* Céleri rave équeuté 4,600 KG

Jus de citron concentré 0,080 LT

Céuf entier liquide 4,000 LT

Î Lait 1/2 écrémé UHT 0,200 LT

Crème liquide 35 % UHT 0,000 KG

 Noix de muscade mouhle*
 0,004
 KG

 Echalote fraîche
 0,305
 KG

 Sel fin
 0,002
 KG

 Poivre gris/noir moulu
 0,003
 KG

 Noisettes entières décortiquées
 0,120
 KG

Portion Coût Temps de préparation * Battre l'œuf entier liquide, incorporer le lait, la crème, la noix de muscade, la purfe de céleri et les échalotes. Assaisonner, répartir l'appareil d'ans des ramequins préalablement graissés. Cuire au four (170/180 °C) 30 à 35 minutes. Réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.

• Démouler les darioles sur assiette, décorer au départ de noisettes préalablement concassées.

432 KJ : : Critère GEMRCN : :

109 g

00

Valeurs Nutritionnelles pour 100 g de produit fini

Cible

Enfant

(maternelle / primaire) Ado (collège / lycée)

Ingrédients

pour 100 convives

Déroulé

de la recette

• Aucun • Aucun • Nutritionr

Temps de préparation

Critères nutritionnels pour les fréquences d'apparition des plats

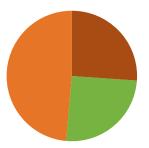
Critères GEMRCN

Très rapide
Rapide

Proposition de menu végétarien associé

- Dariole au céleri rave*
- Lasagnes aux épinards et champignons
- Yaourt nature
- Carpaccio kiwi-kaki*

*Recette disponible sur Interfel.com



Protéines 26,3 % Glucides 25,2 % Lipides 48,5 %

Hors apports en glucides fournis par le pain au cours du repas