Gâteau aux haricots de soja

Date création	pour	Type	
	200 cts		3

Descriptif commercial

Il s'agit d'un gâteau traditionnel du Cambodge aux Haricots de Soja, de noix et de lait de coco mais aussi de sucre de Palme tous cela réunis et cuit au four. NOUM SONDAEK en Cambodgien

Apport nutritionnel:

Coût matières total HT / Portion HT	
Coeff multiplicateur	2,5
Prix de vente / Portion HT	

TECHNIQUES

1 Préparation

- mettre les Haricots de Soja à tremper pendant au moins 3 H.
- égoutter et pocher (eau à hauteur), porter à ébullition 15min, égoutter
- sauter cubes ananas

2 Appareil soja

- rassembler le sel, le sucre, le lait de coco, la noix de coco râpée et les haricots de soja dans une russe
- chauffer doucement et mélanger jusqu'à que les haricots deviennent tendre 10/15'
- ajouter les œufs et finir sur feu doux 10'
- ajouter ananas, refroidir

3 Garnir feuilles de bananier et pocher vapeur

- répartir la préparation dans un carré de feuille de bananier (200*100mm), replier les bords et ficeler avec du raffia
- préchauffer le four à vapeur et pocher 20'
- **servir chaud**

INGREDIENTS	U	1	2	3		valorisation Total	PUHT	PTHT
B.O.F								
Œufs	P		40			40		
Économat								
Haricots de soja	KG	2,000				2,000		
Noix de coco râpée	KG		0,500			0,500		
Lait de coco	L		0,200			0,200		
Sucre de Palme	KG		1,000			1,000		
Assaisonnement								
Sel	KG		pm					
Légumes								
feuilles de bananier	sac			4,000		4,000		
ananas			pm					
raffia				pm				

Total denrées	
Assaisonnement 2%	
Coût matières total	

Lycée hôtelier La Rochelle