Légumes au vinaigre

Date création	pour	Type	
08/01/2014	200 cts		4

Descriptif commercial

Légumes en morceaux macérés dans un vinaigre porté à ébullition

Apport nutritionnel:

Coût matières total HT / Portion HT	0,3 €
Coeff multiplicateur	3,0
Prix de vente / Portion HT	1,04 €

TECHNIQUES

1. Préliminaires

- Épluchez les carottes, les navets et les concombres et taillez en julienne (utilisation mandoline).

-Épluchez l'ail mais garder en entier.

2. « Cuisson »

-

Dans une petite casserole, portez le vinaigre à ébullition avec le sel et le sucre.

-Mélangez les légumes, l'ail, le piment, et les tiges de coriandre coupées en gros morceaux. - Versez le mélange vinaigre, sel, sucre, sur le tout et laissez macérer pendant une nuit au réfrigérateur.

INGREDIENTS	U	1	2	3	4	valorisation Total	PUHT	PTHT
Fruits et légumes								
carotte	kg	2,400				2,400		
navet long blanc	kg	4,500				4,500		
concombre	kg	3,000				3,000		
gousse d'ail	kg	0,600				0,600		
piment fort	kg	0,100				0,100		
coriandre	bot	3,000				3,000		
Économat								
sucre semoule	kg		3,000			3,000		
sel	kg		0,250			0,250		
vinaigre de riz	L		2,00			2,00		

Total denrées	
Assaisonnement 2%	
Coût matières total	

Lycée hôtelier La Rochelle