

Poisson à l'italienne

Casserole de cuisson : _____ Casserole de service : _____	Référence : Nospetismangeurs.org Cuisson : <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="border-bottom: 1px solid black;">four à convection</td> <td style="border-bottom: 1px solid black;"></td> <td style="border-bottom: 1px solid black; text-align: right;">min</td> </tr> <tr> <td style="border-bottom: 1px solid black;">four conventionnel</td> <td style="border-bottom: 1px solid black; text-align: center;">350°F</td> <td style="border-bottom: 1px solid black; text-align: right;">12-15 min</td> </tr> <tr> <td style="border-bottom: 1px solid black;">four vapeur</td> <td style="border-bottom: 1px solid black;"></td> <td style="border-bottom: 1px solid black; text-align: right;">min</td> </tr> <tr> <td style="border-bottom: 1px solid black;">marmite vapeur</td> <td style="border-bottom: 1px solid black;"></td> <td style="border-bottom: 1px solid black; text-align: right;">min</td> </tr> <tr> <td style="border-bottom: 1px solid black;"></td> <td style="border-bottom: 1px solid black;"></td> <td style="border-bottom: 1px solid black; text-align: right;">min</td> </tr> </table>	four à convection		min	four conventionnel	350°F	12-15 min	four vapeur		min	marmite vapeur		min			min
four à convection		min														
four conventionnel	350°F	12-15 min														
four vapeur		min														
marmite vapeur		min														
		min														
Nombre de portions : _____ Grosseur d'une portion : _____																

INGRÉDIENTS	Familial	78 enfants+15 adultes	MÉTHODE
Huile végétale	2 c à thé	¼ t	Chauffer l'huile.
Gousses d'ail hachées Échalotes hachées	1 2	6 12	Sauter les légumes jusqu'à ce qu'ils soient tombés.
Sauce tomates Pesto Crème 15% Herbes salées	213 ml 1 c à ta ¼ t 1 c à thé	3x680ml ½ t 3 t 1 c à ta	Ajouter la sauce tomates, le pesto et la crème. Mijoter à feu doux 10 minutes, en remuant fréquemment.
Filets de poisson à chaire blanche (pangasius, merlu, tilapia, etc.)	8	20 kg	Déposer les filets dans un plat de service préalablement vaporisé d'enduit végétal. Napper de sauce et cuire 12 à 15 minutes. (Prévoir plus de temps si les filets sont congelés et remuer délicatement à mi-cuisson)