

## PAIN DE VIANDE AVEC OEUF

trois légumes, asperges  
et herbes-purée de pomme de terre

### Mise en place pour 10 portions

#### Pain de viande avec œuf:

Pain de viande avec bouillons - réduisez en purée 5 minutes, ajoutez GELEA froid et laissez agir 20 secondes. Pour la farce des œufs brouillés, lait et herbes - réduisez en purée 5 minutes, ajoutez GELEA froid et laissez agir 20 secondes. Remplissez séparément le mélange de hachis et d'œufs dans des poches à douille jetables et remplissez d'abord le centre de la garniture aux œufs et autour de lui le mélange de hachis dans le moule en silicone "Tranche de rôti", répartissez-le dans le moule avec le couvercle et congelez.

#### Cubes de pois, carottes, chou-rave:

Le légume individuellement avec bouillons et herbes - réduisez en purée 5 minutes, ajoutez GELEA froid et laissez agir 20 secondes. Étalez le mélange d'environ 1,5 cm de hauteur en forme rectangulaire tapissée de papier d'aluminium, congelez et coupez en cubes.

#### Asperges:

Tous ingrédients - réduisez en purée 5 minutes, ajoutez GELEA froid et laissez agir 20 secondes. La purée avec l'aide d'un une poche à douille uniformément dans le moule en silicone répartir le « asperge » et couvrir avec le couvercle. Puis congelez.

#### Herbes-purée de pomme de terre:

Tous ingrédients - réduisez en purée 5 minutes, ajoutez GELEA froid et laissez agir 20 secondes. Étalez le mélange d'environ 1,5 cm de hauteur en forme rectangulaire tapissée de papier d'aluminium, congelez et coupez en

#### Sauce au beurre de crabe facultative:

Faire bouillir la sauce et introduire le beurre de crabe.

#### Régénération / service:

Placez les composants surgelés sur une assiette et couvrez à 100 ° C à la vapeur pendant 12 à 15 minutes. Servir avec la sauce.

#### Conseils de cuisine:

Plus la purée est fine, meilleur est le résultat! Nous recommandons le Blixer de Robot Coupe et prêt en 5 minutes. Régénérer couvert au micro-ondes pour max. 5 minutes à feu moyen.

Ingrédients	Pain de viande avec œuf
700 g	pain de viande cuit
300 ml	bouillon du bœuf
40 g	GELEA froid
200 g	œufs brouillés
50 ml	lait entier
50 ml	huile de colza
12 g	GELEA froid

Ingrédients	Cubes de pois, carottes, chou-rave
250 g	pois, carottes, chou-rave (congelé)
70 ml	bouillon de légumes
10-15 g	GELEA froid
	sel, sucre, muscade

Ingrédients	Asperges
250 g	asperges fraîches (cuit)
70 ml	fond d'asperges
20 ml	beurre liquide
40 g	GELEA froid

Ingrédients	purée de pommes de terre aux herbes
500 g	pomme de terre (froid)
300 ml	lait (froid)
200 ml	beurre liquide
5 g	herbes fraîches
	sel, muscade

#### Tableau des valeurs nutritionnelles pour une assiette de environ 220 g:

Valeur calorifique/ Calories	1239 kJ/ 296 kcal
Lipides dont saturé	21,9 g 11,2 g
Glucides dont sucres	15,1 g 4,8 g
Fibres alimentaire	4,1 g
Protéines	8,0 g
Sel	0,6 g

