

PORC RÔTI

avec haricots verts
et purée de pommes de terre

Préparation pour 10 portions

Porc rôti:

Porc rôti avec bouillons - réduisez en purée 5 minutes, ajoutez GELEA froid et laissez agir 20 secondes. Pour une plus belle apparence, le moule en silicone peut être utilisé pour le remplissage. Saupoudré de poudre de paprika. La purée avec l'aide d'un une poche à douille uniformément dans le moule en silicone répartir le «tranche de rôti" et couvrir avec le couvercle. Puis congelez. Alternativement: Versez la viande rôtie dans une boîte ou plat de cuisson allongé et congelez. Cette méthode est particulièrement adaptée lorsque des quantités plus importantes sont nécessaires. Le temps de régénération doit être prolongé en conséquence.

Haricots verts:

Les haricots avec cubes de bacon et bouillons - 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 «haricots" et couvrir avec le couvercle. Puis congelez. Alternativement: Versez le mélange dans une poche à douille avec une étoile ou une buse perforée et vaporisez des motifs décoratifs sur un plateau GN disposé et congelez.

Purée de pommes de terre:

Pommes de terre, lait, beurre et herbes - réduisez en purée 5 minutes, ajoutez GELEA froid et laissez agir 20 secondes Vaporiser le mélange dans la poche à douille de manière décorative sur un plateau GN et congeler.

Alternativement: Versez le mélange dans une poche à douille avec une étoile ou une buse perforée et vaporisez des motifs décoratifs sur un plateau GN disposé et congelez.

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	Porc rôti
700 g	rôti de porc, braisé
300 ml	bouillon de viande
40 g	GELEA froid
Ingrédients	Haricots verts
700 g	haricots verts, congelé
50 g	cubes de bacon rôti
250 ml	bouillon de légumes
40 g	GELEA froid
	fèves de haricots, sel, poivre
Ingrédients	Purée de pommes de terre
500 g	pommes de terre cuit
300 ml	lait froid
200 g	beurre liquide
40 g	GELEA froid
	muscade, sel, poivre

Tableau des valeurs nutritionnelles pour une assiette de environ 175 g:

Valeur calorifique/ Calories	1139 kJ/ 272 kcal
Lipides dont saturé	20,5 g 3,9 g
Glucides dont sucres	12 g 4,3 g
Fibres alimentaire	4,5 g
Protéines	8,3 g
Sel	0,5 g

