

ESCALOPE DE DINDE ET SA PURÉE DE POIS CASSÉS

AVEC



**LE +
DE CANTADOU®
PROFESSIONNEL CURRY**

Cantadou® Professionnel Curry apportera de douces notes épicées, pas trop prononcées pour plaire à tous !

ESCALOPE DE DINDE ET SA PURÉE DE POIS CASSÉS avec



Ingrédients pour 100 convives :



Progression de la recette

1. Faire tremper les pois cassés pendant 2 heures, puis les égoutter.
2. Cuire la purée de pois cassés avec les oignons, le thym et le laurier.
3. Porter à ébullition et cuire 1 heure à feu moyen.
4. Mixer la purée de pois cassés.
5. Faire suer les oignons dans l'huile.
6. Mouiller avec le bouillon de volaille et réduire de 5%.
7. Lier avec la féculé de maïs et incorporer le **Cantadou® Professionnel Curry**.
8. Poêler les escalopes de dinde dans l'huile.
9. En fin de cuisson, déglacer et faire un jus. Servir.

🕒 Temps de préparation : 30 min (hors trempage des pois cassés)

🕒 Temps de cuisson : 40 min

€ Coût moyen par portion : 0 ———— 1€



L'ASTUCE DU CHEF

Saler la purée de pois cassés uniquement en fin de cuisson.



Valeurs nutritionnelles pour 100 g

Valeurs énergétiques	752,5 kJ / 179 kcal
Matières grasses	4,8 g
dont acides gras saturés	1,5 g
Glucides	15,5 g
dont sucres	1,4 g
Protéines	16,3 g
Sel	0,4 g

