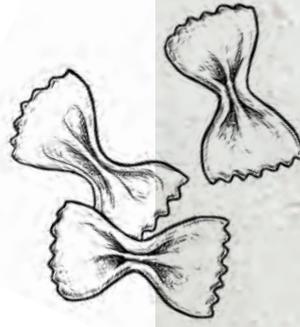




Accompagnement

Farfalles aux champignons et tomate

et Boursin® Cuisine



🕒 Préparation : 40 min. - Cuisson : 45 min.

€ Prix de revient unitaire HT estimé par portion produite : 0,53 €

Ingrédients

pour environ 100 adolescents ou 120 enfants en primaire

- 6 kg de pâtes farfalles
- 10 kg de tomates
- 5 kg de champignons de Paris émincés
- 500 ml d'huile végétale
- 2 kg de **Boursin® Cuisine**
- 10 g de poivre
- 10 g de sel

Progression de la recette

1. Cuire les farfalles dans une grande quantité d'eau bouillante salée.
2. Faire revenir les champignons dans l'huile.
3. Ajouter les tomates, coupées en quartiers, et laisser cuire pendant 10 min.
4. Incorporer le **Boursin® Cuisine** en remuant et laisser cuire 10 min.
5. Mélanger les farfalles au mix **Boursin®** et rectifier l'assaisonnement.
6. Servir bien chaud.



Astuce du chef

Transformez cet accompagnement en plat complet, en ajoutant à la recette 6 kg de lentilles, de fèves ou toute autre légumineuse.



Rations recommandées

Pour un enfant en primaire: 100g/pers.
Pour un adolescent en collège / lycée: 150g/pers.

Valeurs nutritionnelles pour 100 g

Valeurs énergétiques : 406 kJ / 97 kcal - Matières grasses : 5,9 g dont acides gras saturés : 2,6 g - Glucides : 8,4 g dont sucres : 2 g - Protéines : 2,7 g - Sel : 0,6 g - Calcium : 9 mg

Accompagnement

Non Végétarien Végétarien Non végétarien, pauvre en protéine

Apport en graisse

Qualité : Faible

Moyenne Intéressante

Quantité : Faible

Moyenne Importante

Apport en protéine à compléter avec les périphériques du menu

Pas nécessaire

Recommandé ...

> Pour compléter avec des protéines d'origine animale :

Œufs

Lait ou laitage

Fromage

L'un des 3, au choix

> Pour compléter avec des protéines d'origine végétale :

Céréales

Légumineuses

Graines