



bel Foodservice



Pavé de Hoki et chou-fleur au lard fumé avec Kiri® Professionnel

●●● Ingrédients pour 70 enfants ou 50 ados

- 7,5 kg de pavé de Hoki
- 2 kg de fromage Kiri® Professionnel
- 5 kg de chou-fleur
- 1 kg d'oignons émincés
- 1 kg de lardons fumés
- 2 kg de tomates
- 50 cl de bouillon de légumes
- 20 cl d'huile d'olive
- Thym
- Sel, poivre

PRÉPARATION : 10 MINUTES

CUISSON : 45 MINUTES



●●● Progression de la recette

- Préchauffer le four à 170°C.
- Faire revenir les oignons dans l'huile d'olive 5 minutes, ajouter les lardons et cuire 5 minutes de plus. Ajouter les tomates coupées en gros cubes et laisser mijoter doucement pendant 15 minutes. Saler et poivrer.
- Cuire le chou-fleur au four vapeur et l'incorporer au dernier moment à la poêlée de tomates et lardons.
- Détendre les 2kg de fromage Kiri® Professionnel avec le bouillon et verser la moitié de la préparation sur le mélange de chou-fleur, tomates et lardons. Ajouter le thym, mélanger et réserver au chaud.
- Disposer les pavés de Hoki sur des plaques allant au four et les napper avec l'autre moitié du Kiri® détendu.
- Faire cuire au four pendant 10 à 12 minutes.



Vous pouvez remplacer le chou-fleur par du brocoli pour varier et apporter plus de couleurs au plat.

●●● Valeurs nutritionnelles

	Valeurs nutritionnelles / Portion	
	enfants	ados
Énergie	1170,2 KJ	1638,3 KJ
	281,3 Kcal	393,9 Kcal
Protéines	23,3 g	32,6 g
Lipides	18,2 g	25,4 g
Glucides	4,1 g	5,8 g
Calcium	17,1 mg	24 mg

Le + produit

Le fromage Kiri® forme un beau nappage sur votre poisson sans couler et adoucit le goût du chou-fleur.