

# FICHE DE RECETTE

## Sauce bolognaise légumes +++

Type de recette	Plat
Nombre de portions	10
Temps de préparation	30 MIN + 60 MIN
Prix / Portion (HT) :	1,35

### INGREDIENTS

PRODUIT	UNITÉ	QUANTITÉ
Haché	kg	0,4
Carottes	kg	0,4
Oignons	kg	1,5
Thym	kg	0,002
Laurier	Kg	0,002
Ail	L	0,1
Passata de tomate	Kg	0,7
Tomates concassées	Kg	0,05
Eau	L	0,5

Prix ingr      Prix/pers

8,7	0,348
1,49	0,0596
1,9	0,285
22,06	0,004412
87	0,0174
10,6	0,106
2,25	0,1575
4,22	0,0211
7	0,35

Laver et peler les légumes si nécessaire

Passer les légumes au cutter (hacher finement)

Faire revenir la viande dans l'huile d'olive, égrainer

Ajouter les légumes, faire revenir 10 minutes

Ajouter la passata, le concentré, de l'eau, le thym, le laurier

Laisser mijoter 1 heure à frémissement

### Les "+++ " pour la durabilité

Peu de déchets, utilisation viande locale, utilisation d'ingrédients bio, de légumes locaux et bio  
Diminution de moitié de la quantité de viande utilisée dans les recettes traditionnelles