

FICHE DE RECETTE

Ballotine de volaille d'ardenne aux pommes

Type de recette	Plat
Nombre de portions	10
Temps de préparation	30MIN+15 min+ 15min
Prix / Portion (HT) :	4,05 €

INGREDIENTS

PRODUIT	UNITÉ	QUANTITÉ		
Filet de volaille Ardenne	kg	1,8	16	2,88
Fromage pâte lavée local	kg	0,3	15,28	0,4584
Jambon fumé d'ardenne	Kg	0,25	13,13	0,32825
Pommes bio	pièce	0,2	1,29	0,0258
Bière blance locale	l	0,2	7,52	0,1504
Concentré de tomate bio	Kg	0,2	7,08	0,1416
Carottes bio	Kg	0,3	2,16	0,0648
Oignons bio	Kg	0,3	2,54	0,0762
				0

Etaler et battre les filets de dinde

Déposer une portion de fromage et une portion de jambon

Rouler les filets (piquer avec un cure-dents)

Colorer et cuire les roulades (ou cuisson four) - 72°C à cœur

Emincer les légumes et couper la pommes en paysanne.

Faire revenir les légumes et la pomme dans la matière grasse. Déglaçer à la bière blanche

Ajouter l'eau et le concentré de tomate, laisser cuire 20 min à frémissement. Mixer, assaisonner, passer au chinois

Les "+++ " pour la durabilité

Peu de déchets, utilisation d'ingrédients bio
ou AOC



