

FICHE DE RECETTE

Bisque de crevettes MSC

Type de recette	Potage
Nombre de portions	10
Temps de préparation	30MIN + 30 MIN
Prix / Portion (HT) :	1,87 €

INGREDIENTS

PRODUIT	UNITÉ	QUANTITÉ
Crevettes MSC	kg	0,8
Carottes Bio	kg	0,4
Blanc de poireau bio	kg	0,4
Oignons bio	Kg	0,4
Eau	l	2
Huile d'olive bio	l	0,1
Vin blanc bio	l	0,25
Tomates concassée bio	kg	0,4

Nettoyer les légumes, Décortiquer 1/3 des crevettes

Faire suer les crevettes (non décortiquées) et les carcasses dans l'huile d'olive + ajouter les légumes, faire suer

Ajouter l'eau et les tomates concassées - porter à frémissement (cuisson 30 min)

Mixer le potage, passer au chinois

Sauver les crevettes restantes pour la garniture

Les "+++ " pour la durabilité

Apport en légumes locaux et bio

Utilisation de crevettes MSC ne faisant pas partie de la liste des poissons en danger

16,51 €	1,3208
1,87 €	0,0746667
1,24 €	0,0496
1,35 €	0,054
	0
8,71 €	0,087125
8,00 €	0,2
2,15 €	0,086
	0
	0
	0