

SHOW PATATE

CAKE CANNELLE PATATE DOUCE



Quantités

(Kg et L) Ingrédients pour 10 portions

- 0.5 Patate douce crue (Ciqual 2017)
- 0.1 Farine de blé Type 55
- 0.09 Sucre blanc (Ciqual 2017)
- 0.06 Jaune d'oeuf cru (Ciqual 2013)
- 0.03 Huile de pépins de raisin (Ciqual 2020)
- 0.03 Rhum (Ciqual 2020)

Portion de 80g environ.

1. Eplucher les patates douces, les couper et les faire cuire.
2. Réduire les patates douces en purée.
3. Ajouter à la purée l'huile, le rhum, puis les jaunes d'oeufs les uns après les autres.
4. Ajouter le sucre et un sachet de sucre vanillé puis la farine progressivement.
5. Cuire au four pendant 35 min à 210°C.

Fréquence gemrcn



Catégorie gemrcn

Autres desserts ou fruits cuits
Desserts féculents
Dessert
Gouter

Allergènes

Oeuf
Gluten

SHOW PATATE

CAKE SALÉ À LA PATATE DOUCE



Quantités

(Kg et L) Ingrédients pour 10 portions

0.3	Patate douce crue (Ciqual 2017)
0.25	Carotte crue (Ciqual 2017)
0.19	Farine de blé Type 55
0.12	Sucre blanc (Ciqual 2017)
0.1	Feta AOP (Ciqual 2020)
0.06	Amande mondée émondée ou blanchie (Ciqual 2020)
0.06	Beurre doux (Ciqual 2013)
0.05	Oeuf entier liquide
0.02	Gingembre

Portion de 100g environ.

1. Eplucher et faire cuire les patates douces et les carottes. Les réduire en purée et y ajouter du beurre.
2. Fouetter un oeuf avec un peu de sucre puis ajouter le mélange patates douces / carottes.
3. Ajouter la farine, un demi sachet de levure chimique ainsi que du gingembre râpé.
4. Incorporer les amandes torréfiées et la feta.
5. Cuire au four pendant 1 h à 180°C.

Fréquence gemrcn



Catégorie gemrcn

Entrées Féculents
Entrée

Allergènes

Gluten
Lait
Fruit à coque
Oeuf

SHOW PATATE



CRUMBLE PATATE DOUCE/COURGETTES

Quantités

(Kg et L) Ingrédients pour 100 portions

12	Patate douce crue (Ciqual 2017)
8.5	Courgette pulpe et peau crue (Ciqual 2017)
2	Tomate crue (Ciqual 2017)
0.9	Parmesan (Ciqual 2020)
0.9	Farine de blé Type 55
0.9	Beurre doux (Ciqual 2013)
0.5	Oignon cru (Ciqual 2017)
0.3	Crème de lait >= 30% MG fluide rayon frais (Ciqual 2013)

Portion de 250g environ.

1. Eplucher et couper les patates douces et les courgettes en cubes.
2. Faire cuire séparément dans de l'eau salée ou au four vapeur.
3. Faire revenir les oignons, y ajouter les tomates.
4. Ajouter les légumes cuits.
5. Ajouter la crème, le sel et le poivre et mélanger le tout.
6. Verser cette préparation dans plusieurs bacs gastro.
7. Préparer le crumble : mélanger le beurre, le parmesan et la farine.
8. Parsemer les plats de crumble.
9. Cuire en four sec à 220°C jusqu'à obtenir une belle coloration.

Fréquence gemrcn



Catégorie gemrcn

Légumes secs, féculents ou céréales, seuls, ou en mélange contenant au moins 50% de légumes secs, féculents ou céréales
Produits ou recettes contenant plus de 120mg de calcium par portion
Accompagnement

Allergènes

Lait
Gluten

SHOW PATATE



DOUCIFLETTE

Quantités

(Kg et L) Ingrédients pour 10 portions

- 1.75 Patate douce crue (Ciqual 2017)
- 0.45 Saucisse fumée à cuire (Ciqual 2020)
- 0.45 Oignon cru (Ciqual 2017)
- 0.25 Vin blanc (sec) (Ciqual 2020)
- 0.45 Morbier (Ciqual 2020)
- 0.2 Crème fraîche \geq 30% MG épaisse rayon frais (Ciqual 2013)

Portion env 250-300g

1. Peler et couper les patates en rondelles.
2. Les cuire 10min environ au vapeur.
3. Découper les saucisses en cubes.
4. Faire rissoler les oignons et cubes de saucisses ensemble.
5. Déglacer au vin blanc et réduire.
6. Réserver.
7. Dans des bacs gastro : déposer une couche de patate douce.
8. Déposer un peu de crème fraîche.
9. Déposer un peu de saucisse et oignons.
10. Renouveler les opérations.
11. Finir par une couche de tranches de morbier.
12. Cuire à 160°C jusqu'à avoir une belle coloration.

Fréquence gemrcn



Catégorie gemrcn

Plats protidiques ayant un rapport P/L
Produits ou recettes contenant plus
de 120mg de calcium par portion
Plat

Allergènes

Sulfite
Lait

SHOW PATATE



GALETTE DE PATATES DOUCES

Quantités

(Kg et L) Ingrédients pour 10 portions

- 1 Patate douce crue (Ciqual 2017)
- 0.3 Oeuf cru (Ciqual 2020)
- 0.1 Farine de maïs (Ciqual 2017)
- 0.05 Herbes aromatiques fraîches (aliment moyen) (Ciqual 2020)
- 0.004 Sel marin gris non iodé non fluoré (Ciqual 2020)
- 0.001 Poivre noir poudre (Ciqual 2020)

Portion de 140g

1. Râper les patates douces, débarrasser dans un grand bac gastro.
2. Ciseler les herbes fraîches.
3. Dans un cul de poule, mélanger les oeufs, les herbes, la maïzena, le sel et le poivre.
4. Ajouter ce mélange aux patates douces.
5. Former des boules de patates douces.
- 6.) Les marquer en sauteuse, et les débarrasser dans des bacs gastro (avec du papier sulfurisé).
7. Finir au four à 160°C.

Servir avec un poisson grillé en croûte de chorizo et une sauce curry coco.

Fréquence gemrcn

Catégorie gemrcn

Allergènes



Légumes secs, féculents ou céréales, seuls,
ou en mélange contenant au moins
50% de légumes secs, féculents ou
céréales
Pommes de terre, pâtes, riz, semoule
(ou blé en grains et légumes secs à partir
de 15 - 18 mois)
Accompagnement

Oeuf

SHOW PATATE



GRATIN DE PATATES DOUCES CHEVRE MIEL

Quantités

(Kg et L) Ingrédients pour 10 portions

1.4	Patate douce crue (Ciqual 2017)
0.2	Pois chiche appertisé égoutté (Ciqual 2020)
0.2	Boulgour de blé cuit non salé (Ciqual 2020)
0.05	Noix séchée cerneaux (Ciqual 2020)
0.3	Fromage de chèvre bûche (Ciqual 2017)
0.05	Miel (Ciqual 2020)

Portion de 150g environ

1. Peler et découper les patates en rondelles.
2. Les cuire au four vapeur 10 min environ.
3. Les disposer dans des bacs gastro (sans trous).
4. Préparer le crumble au robot pâtissier à la feuille (mélanger les cerneaux de noix, les pois chiches, le boulgour, le miel, sel et poivre).
5. Sur les patates douces, répartir des dés ou tranches de fromages de chèvre,
- 6) Ajouter le crumble.
7. Le cuire à 200°C jusqu'à avoir une belle coloration.

Fréquence gemrcn

Catégorie gemrcn

Allergènes



Légumes secs, féculents ou céréales, seuls,
ou en mélange contenant au moins 50%
de légumes secs, féculents ou céréales
Pommes de terre, pâtes, riz, semoule
(ou blé en grains et légumes secs à partir
de 15 - 18 mois)
Produits ou recettes contenant plus de 80mg
de calcium par portion
Accompagnement

Gluten
Fruit à coque

SHOW PATATE



PARMENTIER DE CANARD À LA PATATE DOUCE

Quantités

(Kg et L) Ingrédients pour 100 portions

20	Patate douce crue (Ciqual 2017)
10	Confit de canard (Ciqual 2020)
3	Crème de lait >= 30% MG fluide rayon frais (Ciqual 2013)
0.5	Beurre doux (Ciqual 2013)
0.25	Ail frais (Ciqual 2013)
0.25	Persil frais (Ciqual 2017)

Portion de 300 g environ.

1. Eplucher les patates douces et les cuire au four vapeur ou dans l'eau bouillante.
2. Une fois cuites, réaliser une purée en ajoutant la crème et le beurre.
3. Rectifier l'assaisonnement : saler et poivrer.
4. Egoutter les confits ou enlever la maximum de graisse
5. Retirer la peau et les os des cuisses puis émietter la chair grossièrement.
6. Hacher l'ail et le persil puis les ajouter au canard confit.
7. Dresser en alternant une couche de purée / une couche de canard et ainsi de suite.
8. Terminer par une couche de purée et y ajouter éventuellement de la chapelure.
9. Mettre au four à 200°C pendant 20min.

Fréquence gemrcn

Catégorie gemrcn

Allergènes



Plats protidiques ayant un rapport P/L
Produits ou recettes contenant plus de 100mg
de calcium par portion
Plat

Lait

SHOW PATATE



ROUGAIL SAUCISSE/PATATES DOUCES

Quantités

(Kg et L) Ingrédients pour 10 portions

0.9	Saucisse fumée à cuire (Ciqual 2020)
0.3	Patate douce crue (Ciqual 2017)
0.3	Courge doubeurre (butternut) pulpe crue (Ciqual 2020)
0.3	Navet pelé cru (Ciqual 2020)
0.2	Oignon rouge cru (Ciqual 2020)
0.6	Tomate pulpe appertisée (Ciqual 2017)
0.15	Lentille corail sèche (Ciqual 2017)
0.15	Riz blanc cru (Ciqual 2017)
0.05	Huile d'olive vierge (Ciqual 2013)

PORTION : Saucisse env 80g / Apports de protéines complémentaire par un mélange de Riz et Lentilles corail :

1. Cuire les lentilles corail au four vapeur. Cuire le riz.
Associer et assaisonner les deux et réserver.
2. Couper les tomates en petits morceaux, les oignons, le gingembre.
Couper les patates, les courges, et les navets.
3. Couper les saucisses. Dans une sauteuse, faire chauffer de l'huile.
Faire revenir les morceaux de saucisses et les débarrasser.
4. Faire revenir les légumes 15 min environ, les débarrasser.
5. Faire revenir les oignons, puis les épices. Ajouter les tomates, bien mélanger.
6. Rajouter les saucisses et les légumes.
7. Couvrir et laisser mijoter pendant 20 minutes.
Servir le rougail avec le riz aux lentilles.

Fréquence gemrcn



Catégorie gemrcn

Plats protidiques ayant un rapport P/L
Viandes hachées contenant plus
de 10% de lipides
Plat

Allergènes

SHOW PATATE



SAUTÉ DE PORC À L'ORIENTALE

Quantités

(Kg et L) Ingrédients pour 10 portions

0.8	Porc échine crue (Ciqual 2017)
1.5	Patate douce crue (Ciqual 2017)
0.3	Pois chiche appertisé égoutté (Ciqual 2020)
0.15	Semoule de blé dur crue (Ciqual 2020)
0.2	Vin blanc (sec) (Ciqual 2020)
0.05	Carotte crue (Ciqual 2017)
0.05	Oignon cru (Ciqual 2017)
0.1	Huile d'olive vierge (Ciqual 2013)
0.05	Raisin sec (Ciqual 2017)
0.04	Miel (Ciqual 2017)
0.008	Epice (aliment moyen) (Ciqual 2020)
0.015	Farine de maïs (Ciqual 2020)

PORTION : Porc : 70g / Pois chiche : 30g / Semoule : 30g / Patates douces : 120g

1. Verser la moitié de l'huile dans la sauteuse, ajouter la moitié des épices.
 2. Faire revenir les patates douces 10 à 20 min (jusqu'à obtenir une belle coloration).
 3. Dans la même sauteuse, ajouter le reste d'huile.
 4. Faire fortement revenir la carotte et l'oignon puis ajouter les épices puis le miel.
 5. Déglacer avec le vin blanc, puis la même quantité d'eau.
 6. Ajouter le sauté, et le cuire à petit frémissement avec le couvercle.
 7. Vers la fin rajouter les pois chiches, et les raisins secs.
 - 8) Ajuster la texture de la sauce avec de la maïzena.
- Servir avec une semoulé de blé

Fréquence gemrcn



Catégorie gemrcn

Plats protidiques ayant un rapport P/L
Produits ou recettes contenant plus de 80mg
de calcium par portion
Plat

Allergènes

Gluten
Sulfite

SHOW PATATE

SMOOTHIE À LA PATATE DOUCE



Quantités

(Kg et L) Ingrédients pour 100 portions

8	Raisin noir frais (Ciqual 2013)
5	Patate douce crue (Ciqual 2017)
4	Pomme pulpe crue (Ciqual 2020)
3	Jus d'orange pur jus (Ciqual 2020)
0.2	Datte pulpe et peau sèche (Ciqual 2020)

Portion de 200g environ.

1. Eplucher, couper en cubes et faire cuire les patates douces.
2. Eplucher et couper les pommes.
3. Disposer l'ensemble des ingrédients dans un blender ou à défaut mixeur.
4. Ajouter des glaçons dans le bol du blender.
5. Mixer jusqu'à obtenir la texture désirée.

Fréquence gemrcn



Catégorie gemrcn

Desserts ou laitages (produits laitiers frais, desserts lactés) contenant plus de 20g de glucides simples totaux par portion et moins de 15% de lipides

Dessert

Gôûter à base de fruit

Allergènes

Lait
Oeuf
NC
Gluten

SHOW PATATE



TARTE À LA PATATE DOUCE ET AUX NOIX DE PÉCAN

Quantités

(Kg et L) Ingrédients pour 100 portions

4	Fond de tarte brisée pur beurre
4	Patate douce crue (Ciqual 2017)
1	Oeuf entier liquide
1	Crème de lait >= 30% MG fluide rayon frais (Ciqual 2013)
1	Noix de pécan (Ciqual 2020)
0.5	Sirop d'érable (Ciqual 2017)

Portion de 100g environ

1. Disposer les fonds de tarte dans des moules à tarte.
2. Eplucher et découper les patates douces en dés.
3. Faire cuire les patates douces à l'étouffée avec le sirop d'érable et de la cannelle.
4. Une fois cuites, mixer les patates douces avec les oeufs et la crème.
5. Déposer le mélange sur les fonds de tarte.
6. Tremper les noix de pécan dans le sirop d'érable et les disposer sur les tartes.
7. Faire cuire au four pendant 20 min à 200°C.

Fréquence gemrcn



Catégorie gemrcn

Desserts contenant plus de 15% de lipides
Desserts féculents
Dessert
Goûter à base de céréales

Allergènes

Oeuf
Lait
Gluten
Fruit à coque

SHOW PATATE



TATIN DE PATATE DOUCE

Quantités

(Kg et L) Ingrédients pour 30 portions

1.5	Patate douce crue (Ciqual 2017)
1.5	Pomme pulpe crue (Ciqual 2020)
1	Sucre roux (Ciqual 2020)
0.7	Plaque feuilletée beurre 2,8 mm (format gastronorme)

Portion de 100g environ

1. Réaliser un caramel et verser le caramel dans une plaque gastro.
2. Eplucher les pommes et les patates douces et couper les en lamelles.
3. Disposer les lamelles sur le caramel en alternant pommes et patates douces.
4. Recouvrir de pâte feuilletée.
5. Faire cuire à 160°C pendant 45 min.
6. Refroidir et découper la tarte.

Fréquence gemrcn



Catégorie gemrcn

Desserts ou laitages (produits laitiers frais, desserts lactés) contenant plus de 20g de glucides simples totaux par portion et moins de 15% de lipides
Desserts féculents
Dessert
Gouter à base de céréales
Gouter à base de fruit

Allergènes

Lait
Gluten

SHOW PATATE



VELOUTÉ DE PATATES DOUCES COCO CURRY

Quantités

(Kg et L) Ingrédients pour 100 portions

3	Patate douce crue (Ciqual 2017)
3	Lait de coco
1	Lentille corail sèche (Ciqual 2017)
0.5	Oignon cru (Ciqual 2017)
0.1	Ail frais (Ciqual 2013)

Portion de 100g environ

1. Eplucher les légumes. Couper les patates douces en cubes, émincer l'oignon et l'ail.
2. Faire chauffer de l'huile dans une sauteuse, faire revenir l'oignon, l'ail. Saler.
3. Ajouter le curry et bien mélanger.
4. Placer les cubes de patate douce dans la sauteuse, poursuivre la cuisson pendant 5 min en remuant régulièrement. Saler et couvrir d'eau à hauteur. Ajouter les lentilles corail. Laisser cuire à feu moyen.
5. Une fois la cuisson terminée, égoutter puis mixer en ajoutant le lait de coco et un peu de jus de cuisson.
6. Rectifier l'assaisonnement en sel, en poivre et en curry.
7. Servir dans des petits bols en ajoutant un peu de graines de sésame pour le dressage

Fréquence gemrcn



Catégorie gemrcn

Entrées Féculents
Entrée

Allergènes

SHOW PATATE



VERRINE PATATE DOUCE, THON ET POIS CHICHE

Quantités

(Kg et L) Ingrédients pour 100 portions

5	Patate douce crue (Ciqual 2017)
2	Thon au naturel appertisé égoutté (Ciqual 2017)
2.5	Crème de lait >= 30% MG fluide rayon frais (Ciqual 2013)
1.5	Mayonnaise (70% MG min.) (Ciqual 2017)
1	Pois chiche sec (Ciqual 2017)
1	Beurre doux (Ciqual 2013)

Au préalable, mettre les pois chiches à tremper du jour pour le lendemain.

1. Cuire les patates douces au four vapeur et les pois chiches à l'eau.
2. Egoutter le thon. Mixer le thon et les pois chiches refroidis, passer au tamis. Mélanger la préparation avec du beurre, du sel et du poivre afin d'obtenir une rilette.
3. Mixer la patate douce. Ajouter de la mayonnaise
4. Monter de la crème en crème fouettée et l'incorporer la purée de patate douce doucement à la maryse. Rectifier l'assaisonnement (sel / poivre).
5. Dresser en verrine :
 - Déposer la mousse de patate douce à la poche au fond de la verrine.
 - Déposer la rilette de thon / pois chiche sur la mousse de patate douce.
 - Mettre une rosace de crème fouettée, saler, poivrer et zester un citron vert.
 - Ajouter des petits croûtons aillés pour le dressage.

Fréquence gemrcn



Catégorie gemrcn

Entrées contenant plus de 15% de lipides
Entrée

Allergènes

Poisson
Lait
Oeuf