



177g



Moyen



15mn



20mn



Facile



S'AVE

Grammage du GEMRCN ADO

Jimbalaya Végétal

**Alternative végétale
inclusive**

Coût portion (prix 100%bio) :

0.95€ / 177g

VN portion

Kcal 249

Kjoules 1041

Protéines 23.4g

Glucides 25.2g

P/L 7.09

Mg 3.3g

Mg sat 0.7g



Ingédients

- Rôti végétal Origin+ Entier ou lardonné 60/70g 6kg
- carottes lavées sac 900g
- Eau 2.4lt
- Haricot rouges en 5/1 1 boîte
- Huile d'olive 33g
- Laurier 10g
- Oignons 440g
- Paprika doux 13g
- paprika fumé 13g
- Piment de cayenne 7g
- Poivron lanière 1.5kg
- Tomates concassées 5.1 1/2 boîte
- sel

Ingédients pour 100 convives

- 1** Couper le Rôti Végétal Bio Origin+ Entier en sauté. fin ou utilisé le directement le Lardonné.
Rissoler en sauteuse 1mn30 dans l'huile chaude, débarrasser, réserver
- 2** Suer les oignons, ajouter l'ail, et les épices, faire revenir. Ajouter les carottes, colorer, déglacer à l'eau puis cuire à couvert pendant 10mn
- 3** Ajouter les haricots rouges, la tomate. Laisser mijoter 10mn. Remettre les morceaux de Roti Végétal bio Origin+
- 4** Réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service. <2h