



170g



Eco



20mn



12mn



Facile



S'AVE

Steacky Provençal

Grammage du GEMRCN
ADO

**L'alternative véggie
street food pour
Burger. Rapide,
facile, savoureux.**

Coût portion (prix 100%bio) :

1.27€ / 170g

VN portion

Kcal 839

Kjoules 3512

Protéines 49g

Glucides 61.6g

P/L 1.17

Mg 41.9g

Mg sat. 20.8g



Ingrédients

- 5 kg Rôti végétal Provençal Entier moulé
- 100 buns
- Huile d'olive
- bouillon de légumes
- Sauce soja
- 100 tranches de tomates fraîches (env 2kg)
- 100 tranches de fromage burger
- 1kg d'oignons tranché en lamelles
- 400g de ketchup
- 300g de Moutarde
- 500g de salade lavée

Ingrédients pour 100 convives

- 1 Faire des tranches de 0.5cm de Rôti Végétal Provençal, et les faire mariner en début de journée dans $\frac{1}{2}$ huile $\frac{1}{2}$ de bouillon de légumes.
- 2 Pour le montage: Snacker les tranches de rôti sur la plancha avec l'huile d'olive env 1 à 2 min de chaque côté.
- 3 Poser une tranche de fromage sur chaque réserver
- 4 Toaster les buns 160°C sur les 2 faces (évite l'humidité, meilleure tenue), Etaler ketchup/moutarde chaud (pour collage)
- 5 Montage: base pain toastée/moutarde, ketchup, tranche de rôti/fromage, oignon, tomate laitue, refermer avec couvercle.
- 6 Liaison chaude: placer les burger sur plateau chauffant 63°C max 30mn