

FICHE RECETTE TAGINE-SEMOULE (pour 60 couverts, 450gr/pers)

TAGINE

Ingrédients :

Eau : 6Kg (à doser sur place en fonction de la consistance de la préparation)

Pommes de terre et/ou courgettes : 1,8Kg

Carottes : 1,8Kg

Pois chiches égouttés : 2,16Kg (soit 900g secs, ou 5 bocaux de 75cl)

Noisettes et noix de cajou : 600g

Abricots secs : 300g

Raisins secs : 300g

Baies de goji sèches : 150g

Olives vertes et noires : 600g

Curry en poudre : 150g

Coriandre en graines : 30g

Cumin en graines : 30g

Sel : 30g

Huile d'olive : 600g

Fécule de maïs : 150g

Préparation :

Réalisez en amont les bocaux de pois chiches

Couper en batonnets épais les carottes et les pommes de terre et/ou les courgettes

Cuire à la vapeur dans un bac perforé carottes et pommes de terre, et les autres ingrédients dans un bac adjacent. Lorsque les légumes sont cuits, remplacer les 2 contenants par un seul et mélanger le tout

NB 1 : la fécule de maïs doit être mélangée à de l'eau froide avant d'être incorporée

NB 2 : Les ingrédients séchés ainsi que les épices peuvent être pesés et mélangés avant l'évènement pour minimiser le travail sur place

Reconditionnement

Stérilisation

Ordre de prix des ingrédients (bio) : 72€

SEMOULE

Ingrédients :

Eau : 6Kg
Semoule : 4,5Kg
Huile d'olive : 600g
Sel : 75g

Préparation :

Faire chauffer l'eau, l'huile et le sel dans le bain-marie

10mn avant le service, verser la semoule, laisser couvert 5mn puis égrainer

Ordre de prix des ingrédients (bio) : 15€

Liste des ingrédients pour l'ensemble

Légumes frais :

Carottes : 1,8Kg
Pommes de terre et/ou courgettes : 1,8Kg
Olives vertes et noires : 600g

Ingrédients secs :

Pois chiches secs : 900g (A acheter en âmont pour réaliser 5 bocaux de 75cl)
Semoule : 4,5Kg
Noisettes et noix de cajou : 600g
Abricots secs : 300g
Raisins secs : 300g
Baies de goji sèches : 150g
Fécule de maïs : 150g

Epices :

Curry en poudre : 150g
Sel : 105g
Coriandre en graines : 30g
Cumin en graines : 30g

Huile :

Huile d'olive : 1,2Kg