



## **Mise en œuvre des plats sous-vide.**

### **Tartiflette**

Dans un plat allant au four, vider, dans le fond, le sachet contenant les lardons et oignons ainsi que les pommes de terres.

Recouvrir avec le fromage soit en tranches normales, soit coupé dans sa hauteur

Mettre au four à **180°** jusqu'à obtention de la température souhaitée.

### **Vol au vent**

A la casserole : Vider le sachet dans la casserole et chauffer à feu doux environ 15-20 minutes. Mélanger régulièrement

Au four : Mettre dans un plat allant au four, **160°** jusqu'à obtention de la température souhaitée. Couvrir d'un alu

Au Bain-Marie : mettre le sachet fermé dans de l'eau frémissante jusqu'à obtention de la température souhaitée.

Dans des Vidés : Chauffer les vidés au four séparément (**170°**). Réchauffer le Vol au vent à la casserole ou au bain marie. Remplir les vidés au moment de servir.

### **Polpettes traditionnelles**

A la casserole : Vider le sachet dans la casserole et chauffer à feu doux. Mélanger régulièrement jusqu'à obtention de la température souhaitée.

Au four : Mettre dans un plat allant au four, **180°**. Couvrir d'un alu jusqu'à obtention de la température souhaitée.

Au Bain-Marie : mettre le sachet fermé dans de l'eau frémissante jusqu'à obtention de la température souhaitée.

### **Lasagne Bolognaise ou Lasagne aux 2 saumons**

Retirer de l'emballage plastique et /ou retirer le couvercle.

Mettre à four chaud **180°** 25 min la portion, 1h si grand plat

### **Nouilles sautées au poulet**

A la casserole : Vider le sachet dans la casserole et chauffer à feu doux environ 15-20 minutes. Mélanger régulièrement

Au four : Mettre dans un plat allant au four, **160°**. Couvrir d'un alu jusqu'à obtention de la température souhaitée.

Au Bain-Marie : mettre le sachet fermé dans de l'eau frémissante jusqu'à obtention de la température souhaitée.

### **Poulet Thaï et légumes croquants**

A la casserole : Vider le sachet dans la casserole et chauffer à feu doux. Mélanger régulièrement jusqu'à obtention de la température souhaitée.

Au four : Mettre dans un plat allant au four, **160°**. Couvrir d'un alu jusqu'à obtention de la température souhaitée.

Au Bain-Marie : mettre le sachet fermé dans de l'eau frémissante jusqu'à obtention de la température souhaitée.

### **Sauce Bolognaise**

A la casserole : Vider le sachet dans la casserole et chauffer à feu doux environ 15 minutes. Mélanger régulièrement

Au Bain-Marie : mettre le sachet fermé dans de l'eau frémissante environ 30 minutes

### **Riz**

A la casserole : Mettre un fond d'eau dans la casserole, vider le sachet de riz dessus et chauffer à feu doux.

Mélanger régulièrement jusqu'à obtention de la température souhaitée.

[www.lesdelicesdubeausite.be](http://www.lesdelicesdubeausite.be)

mail : [catherine@lesdelicesdubeausite.be](mailto:catherine@lesdelicesdubeausite.be)

Tél. : 0472 28 71 31

Au four : Mettre dans un plat allant au four, **160°**. Couvrir d'un alu jusqu'à obtention de la température souhaitée.  
Au Bain-Marie : mettre le sachet fermé dans de l'eau frémissante jusqu'à obtention de la température souhaitée.

## Hachis Parmentier

Retirer de l'emballage plastique et /ou retirer le couvercle.

Mettre à four chaud **180°** 25 min la portion, 1h si grand plat

## Tajine de poulet

A la casserole : Vider le sachet dans la casserole et chauffer à feu doux environ 15-20 minutes. Mélanger régulièrement

Au four : Mettre dans un plat allant au four, **160°** jusqu'à obtention de la température souhaitée. Couvrir d'un alu

Au Bain-Marie : mettre le sachet fermé dans de l'eau frémissante jusqu'à obtention de la température souhaitée.

## Semoule

A la casserole : Mettre un fond d'eau dans la casserole, vider le sachet de semoule dessus et chauffer à feu doux. Mélanger régulièrement jusqu'à obtention de la température souhaitée.

Au four : Mettre dans un plat allant au four, **160°**. Couvrir d'un alu jusqu'à obtention de la température souhaitée.

Au Bain-Marie : mettre le sachet fermé dans de l'eau frémissante jusqu'à obtention de la température souhaitée.

## Chili Con/Sin Carne – Fajitas

A la casserole : Vider le sachet dans la casserole et chauffer à feu doux. Mélanger régulièrement jusqu'à obtention de la température souhaitée.

Au four : Mettre dans un plat allant au four, **160°**. Couvrir d'un alu jusqu'à obtention de la température souhaitée.

Au Bain-Marie : mettre le sachet fermé dans de l'eau frémissante jusqu'à obtention de la température souhaitée.

## Blanquette de veau

A la casserole : Vider le sachet dans la casserole et chauffer à feu doux environ 15-20 minutes. Mélanger régulièrement

Au four : Mettre dans un plat allant au four, **160°** jusqu'à obtention de la température souhaitée. Couvrir d'un alu

Au Bain-Marie : mettre le sachet fermé dans de l'eau frémissante jusqu'à obtention de la température souhaitée.