

RECETTE CRUDITÉS



Temps de préparation :
15 à 35 minutes



Temps de cuisson :
N/A

Ingrédients

	12 portions (≈ 1,5L)	60 portions (≈ 7,5L)	80 portions(≈ 10 L)	100 portions(≈ 12,5L)
Exemples de combinaisons :				
Concombres anglais, en bâtonnets	1 ½ unités	7 unités	9 unités	12 unités
Carottes, en lanières minces	2 unités	10 unités	13 unités	16 unités
Ou				
Brocolis, en petits fleurons	½ unité	3 unités	4 unités	5 unités
Choux-fleurs, en petits fleurons	½ unité	3 unités	4 unités	5 unités
Poivrons, en lanières minces	1 unité	6 unités	8 unités	10 unités

Préparation

- 1 Rincer les légumes à l'eau froide.
- 2 Peler les légumes si nécessaire.
- 3 Couper les légumes tel qu'indiqué ci-haut.
- 4 Afin de diminuer le risque d'étouffement : blanchir les légumes fermes tels que les carottes, brocolis, choux-fleurs, etc.

Notes

Pour la pouponnière, remplacer les crudités par des légumes cuits.