



Chili aux pois cassés et haricots ronds blancs (chili copieux)

Rendement de la recette	Portion	Méthode de cuisson	Température de cuisson	Temps de cuisson
60 portions	180 ml	Mijoter	Sauter, bouillir, mijoter sur la cuisinière	60-90 minutes

Quantité d'ingrédients (métrique)	Mesures en tasses/pelles	Liste des ingrédients
1.05 Kg	7 tasses	Oignon en dés, décongelé
540 g	6 tasses	Céleri coupé en dés, décongelé
300 g	2 tasses	Poivron vert et rouge, grossièrement haché
57 g	4 cuillères à table	Ail
214 mL	¾ tasse	Pâte de tomates
150 mL	⅔ tasse	Huile d'olive extra vierge
Soupe		
1.05 Kg	7 tasses	Carotte en dés, décongelée
1.05 Kg	7 tasses	Patate douce, en petits dés, ½ chacun
1.05 Kg	7 tasses	Oignon en dés, décongelé
1.05 Kg	7 tasses	Courgette, décongelée
500 g	5 tasses	Chou frisé, haché fin
60 g	4 cuillères à table	Sel
4 L	16 tasses	Bouillon de légumes
900 g	3 ⅔ tasses	Pois cassés, secs, trempés toute la nuit
2 Kg	10 tasses	Haricots ronds blancs en conserve
180 g	2 tasses	Protéines végétales texturées
Épices		

30 g	1/3 tasse	Coriandre
18 g	2 cuillères à table	Poudre de chili
40 g	1/3 tasse	Poudre de poivre noir
40 g	1/3 tasse	Cumin
15 g	1/3 tasse	Origan
Haché et purée		
10.8 L	43 1/4 tasses	Chili copieux ND
3.6 L	14 1/3 tasses	Bouillon de légumes

Étape de préparation	Directives
1.	*SE LAVER LES MAINS avant de commencer la préparation et DÉINFECTER les surfaces et le matériel.
2.	2 JOURS AVANT LA CUISSON : <ul style="list-style-type: none"> ● Faire tremper les haricots blancs et les pois ronds cassés pendant une nuit, séparément, en les recouvrant complètement d'eau. ● RINCER LE JOUR SUIVANT AVANT DE LES UTILISER.
3.	Ajouter l'oignon, le céleri, les poivrons, la pâte de tomate et les gousses d'ail dans un robot culinaire ou un appareil Robot-Coupe. Réduire en purée jusqu'à obtention d'une texture lisse.
4.	Faire chauffer l'huile d'olive dans une casserole à feu moyen. Ajouter la purée dans la poêle chaude et faire cuire pendant 5 à 10 minutes ou jusqu'à ce que le mélange semble sec. Remuer fréquemment pour éviter de brûler.
5.	Ajouter le reste de l'huile dans la poêle et faire chauffer. Ajouter l'oignon en dés, les carottes, les épices et le sel et faire cuire pendant 5 à 10 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient translucides.
6.	Ajouter les pois cassés, les patates douces, les haricots ronds blancs et le bouillon. Porter à ébullition, réduire pour faire mijoter et laisser cuire à couvert pendant 35 à 40 minutes, ou jusqu'à ce que les pois cassés soient tendres. Point critique de maîtrise – cuire à une température interne de 165 °F/74 °C maintenue pendant au moins 15 secondes
7.	Ajouter le chou frisé, la courgette et les protéines végétales texturées. Laisser mijoter pendant 15 minutes.
8.	Goûter et rectifier les assaisonnements au besoin.

	<p>Point critique de maîtrise – maintenir : Produit maintenu à une température de plus de 140 °F/60 °C. La température doit être prise toutes les 2 heures pendant que le produit est réservé. *Le maintien à la bonne température ne présente aucun problème de salubrité alimentaire; le fait de maintenir la température élevée pendant une période prolongée peut avoir une incidence sur la qualité des aliments.</p> <p>Point critique de maîtrise – refroidir : Le produit doit atteindre une température de 140 °F/60 °C à 70 °F/21 °C en 2 heures et de 70 °F/21 °C à 40 °F/4 °C en 4 heures.</p> <p>Point critique de maîtrise – réchauffer : Jusqu'à ce que la température interne atteigne 165 °F/74 °C dans les 2 heures en réservant pendant au moins 15 secondes – une seule fois.</p>
	PRÉPARATION HACHÉE ET HUMIDE & EN PURÉE
1.	<p>Ajouter le produit préparé et le bouillon de légumes dans le robot culinaire ou le mélangeur. Mélanger jusqu'à l'obtention de la consistance souhaitée.</p> <p>Réchauffer jusqu'à une température interne de 165 °F/74 °C maintenue pendant au moins 15 secondes.</p>

Valeurs nutritives

Calories : ~ 150 kcal

Protéines : 5+ g

Fibres alimentaires : 5+ g

Remarque : La composition nutritionnelle fournie est approximative et peut varier selon les ingrédients utilisés et la quantité préparée. Les valeurs de la composition nutritionnelle ont été obtenues à l'aide de Synergy Tech Suite et arrondies aux 50 kcal les plus proches pour les calories et aux 10 mg les plus proches pour le sodium.