



BIO WALLONIE



BIO WALLONIE

NOM DE LA RECETTE : Potage aux choux de Bruxelles

NOMBRE DE COUVERTS : CVTS
 POIDS DE LA PORTION : MI
 PRIX PAR PORTION : EUROS
 TEMPS DE PREPARATION (facultatif) : MINUTES



INGRÉDIENTS	QUANTITÉ	UNITÉ	PRIX [€/kg]	COÛT	FOURNISSEUR
Choux de Bruxelles	4,00	kg	4,14	16,56	LOGCAL
Oignons	0,30	kg	1,35	0,41	Bel Go Bio
Ail	3,00	Gousses	5,00	0,23	Bel Go Bio
Pommes de terre (tendre)	0,15	kg	1,10	0,17	Bel Go Bio
Crème	0,20	L	7,15	1,43	MABIO
Beurre doux	0,10	kg	16,25	1,62	MABIO
Persil plat	1/2	Botte	1,32	0,66	LOGCAL
TOTAL				20,41	

ALLERGÈNES :**MODE DE PRÉPARATION :**

- 1) Faire suer les oignons et les choux de Bruxelles dans le beurre.
- 2) Ajouter les pdt, saler et mouiller à hauteur, laisser cuire.
- 3) Mixer, crémier et réserver.
- 4) Servir avec du persil haché.

Astuce :

Même en saison, le chou de Bruxelles n'est pas le légume le moins cher ! il a en revanche l'avantage d'avoir un goût prononcé ! Diminuer la quantité de choux de Bruxelles et compenser par du vert de poireaux (moins cher, de saison et plus facilement valorisable dans les potages) est une piste pour diminuer un peu le coût-dénrée sans trahir la promesse de retrouver le goût du chou de Bruxelles dans le potage.

