

BAUMANN

INSTRUCTIONS DE CUISSON DE LA BOÎTE ANTI-STRESS DE LA SEMAINE DU 17 OCTOBRE 2022

Pour une bonne conservation, à la réception de votre boîte, vérifier son contenu et réfrigérer (et congeler les items qui doivent l'être) le tout le plus rapidement possible.

Lire attentivement les instructions de chaque repas avant la préparation de ces derniers

Pour recommander : Rendez-vous sur notre site web au

www.restaurantbaumann.com

Pour toutes questions ou informations, vous pouvez nous joindre par courriel (serviceclient@restaurantbaumann.com) ou par téléphone au **819-340-8733!**

L'équipe Baumann vous remercie et vous souhaite :

BON APPÉTIT !!

MACARONIS AU PORC EFFILOCHÉ GRATINÉ, SAUCE AU MAÏS BBQ, SALADE VERTE

Ce repas comprend :

- Porc effiloché
- Sauce crémeuse maïs
- Fromage mozzarella
- Laitue mesclun
- Vinaigrette salade verte

INGRÉDIENTS :

Pâtes alimentaires, SAUCE MAÏS (oignons, maïs, sauce BBQ, miel, ail, ketchup, cassonade, crème, fécule de maïs, bouillon de poulet, base de poulet, sel, poivre), fromage mozzarella, laitue mesclun, VINAIGRETTE (huile de canola, moutarde de Dijon, vinaigre de vin rouge, sucre, el, poivre, basilic)

ALLERGIES :

LAIT (FROMAGE MOZZARELLA), BLÉ (PÂTES ALIMENTAIRES), MOUTARDE (VINAIGRETTE SALADE VERTE)

Préparation :

Dans un chaudron d'eau frémissante, réchauffer le sac de porc effiloché pendant 15 à 20 minutes.

Porter un chaudron d'eau à ébullition et ajouter une pincée de sel. Cuire les pâtes pendant 7 à 9 minutes.

Dans un chaudron, ou au four micro-ondes, réchauffer la sauce au maïs BBQ en remuant de temps en temps.

Dans un bol, mélanger la laitue mesclun et la vinaigrette à salade verte. Saler et poivrer au gout. Réserver.

Sortir le sac de porc effiloché de l'eau puis l'ouvrir (attention aux brûlures)

Égoutter les pâtes et les remettre dans le même chaudron. Ajouter la sauce crémeuse au maïs BBQ et le porc effiloché. Servir dans un plat de service ou dans les bols directement. Ajouter le fromage mozzarella puis enfourner quelques minutes pour faire gratiner le fromage.

Servir accompagné de salade verte.

Déguster!

***Note de congélation :** Le porc effiloché et la sauce crémeuse maïs BBQ se congèlent.

POULET AU BEURRE, RIZ BASMATI, HARICOTS VERTS ET PAINS NAANS

Ce repas comprend :

- Poulet
- Sauce « poulet au beurre »
- Riz basmati
- Haricots verts (GARDER CONGELÉ)
- Pains naans

Ingrédients:

Poulet de grains (sel, poivre), SAUCE AU BEURRE (poivrons rouges grillés, lait de coco, oignons, paprika, garam masala, tomates en dés, poivre de cayenne, coriandre moulue, cumin, curcuma, bouillon de poulet, beurre), haricots verts, riz basmati, pains naans

Allergies :

Blé (pains naans), lait (sauce au beurre)

Préparation :

Dans un chaudron d'eau frémissante (pas bouillante), réchauffer le sac de poulet pendant 15 minutes.

Dans un petit chaudron, ou au four micro-ondes, réchauffer la sauce au beurre en remuant de temps en temps.

Dans un chaudron, ou au four micro-ondes, réchauffer le riz en y ajoutant 2 cuillères à soupe d'eau. Remuer de temps en temps.

Dans une poêle avec un peu de beurre et d'huile, faire sauter les haricots verts. Saler et poivrer au goût. Réserver.

Sortir le sac de poulet de l'eau puis l'ouvrir (attention aux brûlures).

Servir le riz basmati dans des bols, ajouter le poulet puis la sauce au beurre. Accompagner d'haricots verts et de pains naans chauds (vous pouvez les réchauffer au four micro-ondes facilement et rapidement).

Déguster!

***Notes de congélation** : Le poulet, la sauce au beurre et les pains naans se congèlent.

BURGER FAÇON GUÉDILLE DE CREVETTES, MAYO ANETH ET CITRON, FRITES JULIENNES

Ce repas comprend :

- Pains burgers
- Crevettes (GARDER CONGELÉ) (décongeler au réfrigérateur 24 heures avant de faire la recette)
- Mayo aneth et citron
- Frites (GARDER CONGELÉ)
- Laitue iceberg

Ingrédients :

Pains burgers, crevettes nordiques, MAYO (mayonnaise, aneth, jus de citron, zeste de citron, ail, huile de canola), laitue iceberg, frites (fécule de pommes de terre)

Allergies :

Œufs (mayo aneth et citron), lait, œufs et blé (pains burgers), fruits de mer (crevettes)

Préparation :

Préchauffer le four à 425F.

Sur une plaque de cuisson, déposer les frites et les cuire pendant 18 à 22 minutes en les retournant à mi-cuisson (prolonger la cuisson au besoin). À la fin de la cuisson des frites, déposer les pains burgers sur la plaque pour les réchauffer un peu).

Dans un bol, mélanger les crevettes (décongelées et bien séchées) et un peu de mayo aneth et citron. Saler et poivrer au goût. Réserver.

Laver la laitue iceberg et la ciseler finement. Réserver.

Mettre le mélange de crevettes sur les bas de pain. Ajouter la laitue iceberg ciselée. Ajouter de la mayo aneth et citron sur les dessus de pain.

Servir les burgers guédilles accompagnés de frites.

Déguster!

Note de congélation : Les pains burgers se congèlent.

CASSEROLE D'AUTOMNE, NOUILLES AUX ŒUFS ET PANKO À L'AIL

Ce repas comprend:

- Casserole
- Nouilles aux œufs
- Panko à l'ail

Ingrédients :

Casserole (tomates en dés, haricots blancs, oignons, carottes, navets, céleris, panais, ail, huile de canola, bouillon de poulet, base de poulet, fécule de maïs, persil, vin blanc, saucisses italiennes douces, canard confit effiloché), nouilles aux œufs, panko à l'ail (huile de canola, ail, panko)

Allergies :

Blé (nouilles aux œufs et panko à l'ail)

Préparation :

Dans un chaudron d'eau frémissante (pas bouillante), réchauffer le sac de casserole pendant 15 à 20 minutes.

Porter un chaudron d'eau à ébullition et ajouter une pincée de sel. Cuire les nouilles aux œufs pendant 3 à 4 minutes. Égoutter et réserver.

Sortir le sac de casserole de l'eau puis l'ouvrir (attention au brûlures).

Servir la casserole accompagnée de nouilles aux œufs et ajouter la chapelure à l'ail sur le dessus.

Déguster!

***Note de congélation :** La casserole se congèle.

PÂTÉ CHINOIS CLASSIQUE ET SALADE CÉSAR

Ce repas comprend :

- Pâté chinois
- Laitue romaine
- Sauce César
- Croutons

INGRÉDIENTS :

Pâté chinois (porc, bœuf, oignons, sel, poivre, crème, beurre, maïs, pommes de terre déshydratées), laitue romaine, croutons, SAUCE CÉSAR (mayonnaise, crème sûre, câpres, ail, huile de canola, fleur d'ail, poivre, moutarde de Dijon)

ALLERGIES :

LAIT, ŒUFS ET MOUTARDE (SAUCE CÉSAR), LAIT (PÂTÉ CHINOIS)

PRÉPARATION :

Préchauffer le four à 425F

Sur une plaque de cuisson, déposer la barquette de pâté chinois et la réchauffer pendant 30 à 45 minutes. Vérifier la chaleur interne en piquant la pointe d'un couteau.

Déguster!

***Notes de congélation** : Le pâté chinois se congèle.

Si vous souhaitez cuire le pâté chinois une fois qu'il est congelé.

Préchauffer le four à 425F et réchauffer pendant 45 à 70 minutes (suivre les mêmes étapes de cuisson et vérifier la chaleur interne de la même façon également)