



# Gratin de tofu aux deux purées

- © Nb de portions : 10 Adolescents / Adultes / Personnes âgées en portage à domicile
- 🍽️ Poids portion recommandé : 250 à 300g de plat composé
- 🕒 Temps de cuisson : 15 min • Temps de préparation : 25 min

## PROGRESSION

- Faire décongeler la purée de potiron.
- Réhydrater la purée de pommes de terre selon les recommandations emballage.
- Éplucher, laver et émincer l'oignon et l'ail, les faire revenir dans la sauteuse avec un peu d'huile de pépins de raisin, ajouter le tofu en lamelles, faire revenir encore quelques minutes.
- Dans un bac gastronorme GN1, disposer une couche de purée de pomme de terre puis le mélange oignon et tofu, terminer par une couche de purée de potiron.
- Faire gratiner au four à 200°C en chaleur sèche ventilée pendant environ 15 minutes.

## INGRÉDIENTS

- 1Kg Purée de potiron surgelée
- 150g Purée de pommes de terre déshydratée
- 50g Ail
- 1Kg Tofu nature SOJASUN
- 200g Oignons
- Huile de pépins de raisin QS



## Valeurs énergétiques et nutritionnelles

| Gratin de tofu aux deux purées | Protides | Lipides | Glucides | KJ    |
|--------------------------------|----------|---------|----------|-------|
| Valeurs pour 100g              | 6.1g     | 3.3g    | 5.7g     | 326.7 |
| Valeurs pour 1 portion de 300g | 18.4g    | 9.9g    | 17.2g    | 980.2 |