

Fiche technique

# FALAFELS MENTHE CUMIN



## Description

Famille	PLATS PROTIDIQUES
Sous-famille	PP VEGETARIEN
Atelier	PREPARATION CHA...
Type	PLAT
Prix de revient (HT)	0.312 €



## Ingrédients (pour 350 parts)

Qté U PU HT

AIL HACHE SURG 250G	0.875	KG	3.06
CORIANDRE FRAICHE	10.5	BOTTE	0.79
CUMIN MOULU	PM	KG	5.92
FARINE	3.5	KG	0.60
MENTHE SURGELEE (250G)	0.4375	SACH	2.85
OIGNON JAUNE REG1	5.25	KG	1.36
POIS CHICHES	17.5	B5/1	4.99
SEL FIN 1KG	0.7	KG	0.37

Nombre d'ingrédients : 8

## Allergènes



Gluten

## Phases de fabrication

1) décontaminer les herbes et légumes selon protocole	0 KG AIL HACHE SURG 250G
2) déconditionner les boîtes selon protocole	0 BOTTE CORIANDRE FRAICHE
3) égoutter les pois chiches	0 KG CUMIN MOULU
4) les mixer au cutter en petites quantités, puis débarrasser dans un grand récipient	0 KG FARINE
5) hacher les oignons et les ajouter à la pâte de pois chiches	0 SACH MENTHE SURGELEE (250G)
6) ciseler la coriandre	0 KG OIGNON JAUNE REG1
7) assaisonner la pâte de pois chiches avec la coriandre, la menthe, l'ail, le sel, le cumin	0 KG POIS CHICHES BIO
8) rectifier la consistance avec la farine	0 KG SEL FIN 1KG
9) réaliser des boulettes de 20g environ	
10) disposer sur papier sulfurisé	
11) cuire au four à 200°C pendant 15 minutes	
13) réserver au chaud à +63°C minimum	