



KITCHERY

POUR 100 PERSONNES



REPÈRES



Prép. Cuisson Portion
30min 30 min 430g
à 1h20

DENRÉES / QUANTITÉS

Riz semi-complet ou complet	5 kg
Oignons émincés surgelés	1,7 kg
Chou blanc émincé 5mm	13 kg
Carottes émincées 2-3 mm	6,5 kg
Légumineuses au choix	4,2 kg
Ail haché surgelé	420 g
Huile de cuisson	650 ml
Gingembre frais épluché	350 g
Cardamome en poudre	25 g
Cumin en poudre	25 g
Coriandre en poudre	50 g
Curcuma en poudre	100 g
Bâton de cannelle	16 pièces
ou Cannelle en poudre	25 g
Sel	quantité suffisante
Poivre	quantité suffisante

MATÉRIEL

- 1 calotte
- 1 sauteuse
- 1 spatule de cuisson
- 4 bacs GN 1/1 H 250
- 4 couvercles GN 1/1

PRÉPARATION

1 Mise en place du poste de travail

- Vérifier les D.L.C., peser les denrées, sélectionner le matériel nécessaire.
- Laver et désinfecter le matériel et le poste de travail en suivant les protocoles.

2 Préparations préliminaires

- La veille, faire tremper les légumineuses au choix (haricots rouges, lentilles, pois chiches, ...)
- Déconditionner les oignons surgelés suivant la procédure. Couvrir et stocker au froid.
- Déconditionner les légumes selon la procédure. Réserver.
- Déconditionner le riz selon la procédure, le rincer et l'égoutter. Réserver.
- Préparer les épices et les réserver dans une calotte.

3 Préparer la cuisson du kitchery

- Dans une sauteuse, faire chauffer l'huile doucement.
- Ajouter les oignons et les faire cuire jusqu'à ce qu'ils soient translucides.
- Ajouter le chou et les carottes, bien mélanger. Laisser cuire 2-3 minutes.
- Ajouter les épices, mélanger et bien laisser cuire. Si elles accrochent, rajouter un peu d'eau.
- Lorsque les épices commencent à bien embaumer la pièce, ajouter le riz, les légumineuses, le sel et le poivre. Bien mélanger.
- Couvrir d'eau à hauteur.
- Laisser mijoter doucement en remuant de temps à autre pour vérifier la cuisson. Selon les légumineuses choisies, on cuira plus ou moins longtemps. Il faudra compter 30-40 minutes pour des lentilles, voire 1h-1h20 pour des légumineuses comme les pois chiches.
- Lorsque les légumineuses sont cuites, goûter et rectifier l'assaisonnement si besoin.
- Respecter la procédure de fin de cuisson.
- Débarrasser le kitchery dans 4 bacs GN 1/1 H 250.

4 Servir

- Dresser à l'assiette le kitchery et décorer avec de la coriandre hachée ou des noix de cajou grillées concassées.
- Pour ce plat, il est recommandé d'utiliser des légumes qui cuisent longtemps et qui ne se réduisent pas en purée, ou il faudra les ajouter plus tard dans la cuisson. On peut faire ce plat en fonction des saisons et avec les légumes que l'on a à disposition.