**Recette(s) autorisée(s) pour publications éventuelles sur un site web «**

**S.V.P. cochez la ou les Section(s) pour laquelle/lesquelles vous donnez l'autorisation de publication:**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Titre de la recette** |
| **Recette** | **Explosion de mangues énergisantes** |

**Merci de participer à la visibilité et à l'expertise des diététistes-nutritionnistes participant à l’implantation de la politique alimentaire**

|  |  |
| --- | --- |
| **Nom de la personne responsable: (en lettre d'imprimerie)** | Lucie Fillion Dt.P. M.Sc. |
| **Poste occupé:** | Responsable de travaux pratiques et de recherche |
| **Signature:** | Cliquez ici pour taper du texte. |
| **Date:** | 2014-02-28 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Équipe de création :** | **Anne-Sophie Plante, Cynthia Lehoux, Caroline Trahan, Frédérique Latraverse** | | | | | |
| **Date :** | **2014-04-15** | | | | | |
| **Titre de la recette :** | **Explosion de mangues énergisantes** | | | | | |
| **Texture :** | Purée  **X** | Hachée ☐ | | Molle ☐ | | Tendre ☐ |
| **Consistance :** | Nectar 16 cm/30 sec. à 22 °C | | Miel cm/30 sec. | | Pouding cm/30 sec | |

|  |  |
| --- | --- |
| **Grosseur de la portion :**  **250mL** | **Équipement de production :**  **Mélangeur électrique** |
| **Nombre de portions/Rendement :**  **3,5 portions** | **Température de service :**  **Froid (7oC)** |
| **Ustensile de service :**  Cliquez ici pour taper du texte. | **Casserole de service :**  Cliquez ici pour taper du texte. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Quantités :** | **Ingrédients :** |
| 383g / 549mL | Mangue congelée |
| 186g/ 180mL | Yogourt grec aux fraises 2% MG |
| 79g/ 100mL | Tofu soyeux mou |
| 29g/ 57ml | Lait en poudre écrémé |
| 200g/ 200mL | Œuf pasteurisé entier |
| 150g/ 150mL | Eau municipale |
| 100g/ 100mL | Jus d’orange |

|  |
| --- |
| **Préparation :**   * Dans un mélangeur électrique, broyer tous les aliments quelques minutes à intensité maximale.   **Commentaires :**  Il est important d’utiliser des œufs pasteurisés afin d’assurer l’innocuité du produit.  Conservation  Il est préférable de consommer le supplément énergétique dans les quelques heures après la préparation puisqu’il a tendance à épaissir lors de l’entreposage au réfrigérateur. Il est alors possible d’ajouter du jus d’orange pour obtenir la consistance désirée. |

**S.V.P. veuillez compléter la fiche de l’analyse nutritionnelle**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Valeurs nutritives (si disponibles)** |  | **% VQ** |
| **Calories** | **260kCal** | Cliquez ici pour taper du texte. |
| **Lipides** | **7g** | **11%** |
| **Saturés** | **2g** | **11%** |
| **+ Trans** | Cliquez ici pour taper du texte. | Cliquez ici pour taper du texte. |
| **Cholestérol** | **210mg** | Cliquez ici pour taper du texte. |
| **Sodium** | **120mg** | **5%** |
| **Glucides** | **27g** | **9%** |
| **Fibres** | **2g** | **8%** |
| **Sucres** | **24g** | Cliquez ici pour taper du texte. |
| **Protéines** | **16g** | Cliquez ici pour taper du texte. |
| **Vitamine A** |  | **25%** |
| **Vitamine C** |  | **80%** |
| **Calcium** |  | **15%** |
| **Fer** | Cliquez ici pour taper du texte. | **8%** |
| **Vitamine D** | Cliquez ici pour taper du texte. | Cliquez ici pour taper du texte. |

**Formulaire d’évaluation rhéologique des aliments servis à la clientèle dysphagique**

1. **Observation à température de service**

|  |  |
| --- | --- |
| **Présence de synérèse :** | |
| **Présence de particules :** | |
| **Homogénéité :** | **Hétérogénéité :** |
| **Texture monophase :** | **Textures multiphases :** |

1. **Évaluation des textures à température de service**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Très faible** | **Faible** | **Modérée** | **Élevée** |
| **Fermeté** |  |  |  |  |
| **Adhésion** |  |  |  |  |
| **Cohésion** |  |  |  |
| **Élasticité** |  |  |  |

1. **L’aliment est organoleptiquement**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Excellent** | **Bon** | **Acceptable** | **Passable** | **Médiocre** |
|  |  |  |  |  |  |

**Commentaires :**

**Veuillez insérer la photo de votre plat dans le cadre ci-dessous :**

**