



L'EQUIPE MAM VOUS REMERCIE DE VOTRE COMMANDE !

NOS CONSEILS POUR RECHAUFFER VOS PLATS

Carte Hiver 2022

### APERITIFS

Pâté-croûte DLQ : *Sortir 10 minutes avant de déguster et dresser harmonieusement les pickles.*

Jambon ibérique, saucisson ibérique, chorizo ibérique, lomo ibérique : *Ouvrir le paquet 10 minutes avant de déguster.*

### ENTREES

6 très beaux escargots de Bourgogne : *Dresser dans un plat et laisser réchauffer 6 minutes four chaud à 180 degrés.*

Belle betterave confite, vinaigrette café et condiments : *Conserver au frais jusqu'à la dégustation.*

Céleri rémoulade au poivre de timmut : *Conserver au frais jusqu'à la dégustation.*

Coquille Saint Jacques Dieppoise : *Dans un four chaud à 180°, cuire 8 minutes dans un plat allant au four.*

Œuf bio en fine gelée, girolles, jambon à l'os : *Sortir 5 minutes avant de déguster.*

Petit pot de foie gras mi-cuit : *Sortir 5 minutes avant de déguster.*

Poireaux confits, vinaigrette moutarde aux herbes : *Conserver au frais jusqu'à la dégustation.*

Salade de haricots verts, vinaigrette à la noisette : *Conserver au frais jusqu'à la dégustation.*

Saumon Tataki au zaatar : *Conserver au frais jusqu'à la dégustation.*

Velouté de champignon, chantilly noisette : *transvaser dans un récipient allant au micro-ondes, réchauffer 1 minute 30 ; ou réchauffer à la casserole quelques minutes à feu doux, garnir de la chantilly.*

Velouté de butternut aux éclats de châtaigne : *transvaser dans un récipient allant au micro-ondes, réchauffer 1 minute 30 ; ou réchauffer à la casserole quelques minutes à feu doux, garnir des châtaignes.*

Velouté Dubarry (chou-fleur) : *transvaser dans un récipient allant au micro-ondes, réchauffer 1 minute 30 ; ou réchauffer à la casserole quelques minutes à feu doux.*

### PLATS

Aiguillette de volaille Nuggets 3 pièces : *Une fois décongelées, cuire à la poêle, dans deux cuillères d'huile à feu moyen, 5 minutes de chaque côté.*

Blanquette de veau infusée au café : *Ôter l'étiquette. Plonger le sac dans l'eau frémissante pendant 10 minutes.*

Croque-monsieur comté jambon Prince de Paris / vieux comté truffe noire : *Au four en chaleur tournante à 180° pendant 10 minutes, 1 minute sous le grill du four pour coloration.*

Confit de canard, pommes sarladaises : *Ôter l'étiquette. Plonger le sac dans l'eau frémissante pendant 10 minutes.*

Curry de Lieu : *Ôter l'étiquette. Plonger le sac dans l'eau frémissante pendant 8-10 minutes.*

Curry de légumes : *Ôter l'étiquette. Plonger le sac dans l'eau frémissante pendant 7-8 minute.*

Dos de Cabillaud au bouillon Thaï, pack choï : *Ôter l'étiquette. Plonger le sac dans l'eau frémissante pendant 8-10 minutes.*

Escalope Milanaise : *Dégeler dans un bain d'eau tiède. Dans une poêle, mettre beurre et huile, puis cuire 3-4 minutes de chaque côté.*

Pot au feu Traditionnel : *Ôter l'étiquette. Plonger le sac dans l'eau frémissante pendant 10 minutes.*



Paleron de bœuf Bourguignon : Ôter l'étiquette. Plonger le sac dans l'eau frémissante pendant 10 minutes.

Pavé de bœuf sauce au poivre, pommes paille : Ôter l'étiquette. Plonger le sac dans l'eau frémissante pendant 5 minutes pour un résultat bleu, 7 minutes pour saignant, 12 minutes à point. Servir les pommes paille à température, réchauffées 3-4 minutes au four à 120° en ventilation.

Suprême de volaille, carottes fondantes, miel et citron : Ôter l'étiquette. Plonger le sac dans l'eau frémissante pendant 10 min.

Tajine de légumes : Ôter l'étiquette. Plonger le sac dans l'eau frémissante pendant 6-7 minutes.

### PLATS A PARTAGER

Bar de ligne en papillote : Dans un four préchauffé à 160°, cuire la papillote 25-30 min. Dresser avec la sauce froide

Épaule d'agneau fermier confite au romarin, ratatouille : Ôter l'étiquette. Plonger le sac sous-vide dans l'eau frémissante pendant 25 minutes, ajouter la poche de ratatouille pendant les 5 dernières minutes.

Filet de veau en croute, sauce crémeuse aux truffes, pomme purée :

- Sauce aux cèpes : 2 minutes au bain-marie dans une casserole d'eau juste frémissante
- Pomme Purée : 2 minutes au micro-ondes
- Pour 2/3 personnes : Sortir 30 minutes au préalable. Dans un four chaud à 150° pendant 20 minutes
- Pour 4/6 personnes : Sortir 30 minutes au préalable. Dans un four chaud à 150° pendant 25 minutes
- Pour 6/8 personnes : Sortir 30 minutes au préalable. Dans un four chaud à 150° pendant 28 minutes

Poule au pot, riz : Ôter l'étiquette. Plonger tous les sacs dans l'eau frémissante pendant 8 minutes. Puis les laisser 15 min dans l'eau chaude feu éteint.

### ACCOMPAGNEMENTS

Chou-fleur rôti, sauce crémeuse au parmesan : Dans un plat au four chaud à 150° pendant 15 minutes. Réchauffer la sauce 3 minutes au bain-marie et verser.

Fricassée de légumes : Ôter l'étiquettes. Plonger le sac sous-vide dans l'eau frémissante pendant 3-4 minutes.

Pomme purée, riz coco, : 1 min 30 au minutes au micro-ondes

Pommes grenailles : Ôter l'étiquette. Plonger le sac sous-vide dans l'eau frémissante pendant 3-4 minutes ou réchauffer quelques minutes à la poêle dans de l'huile d'olive.

Pommes paille : Déguster les pommes paille à température ou réchauffer 3-4 minutes au four à 120° en four ventilation.

Pommes sarladaises : Ôter l'étiquettes. Plonger le sac sous-vide dans l'eau frémissante pendant 3-4 minutes.

### BOX

Brandade de lieu noir : réchauffer 1min30 au micro-ondes sans couvercle ou transvaser dans un plat allant au four et gratiner 5-6 minutes à 150°.

Emincé d'échine de cochon, riz blanc : réchauffer 1min30 à 2 min au micro-ondes sans couvercle.

Endives au jambon : réchauffer 1min30 au micro-ondes sans couvercle.

Lieu noir meunière, poireaux : réchauffer 1min30 au micro-ondes sans couvercle.

Mac and cheese : réchauffer 1min30 à 2 min au micro-ondes sans couvercle ou transvaser dans un plat allant au four et gratiner 5-6 minutes à 150°.

Parmentier de bœuf : réchauffer 2 min au micro-ondes sans couvercle.

Parmigiana d'aubergine : Dans un four chaud à 200° pendant 15 minutes si encore surgelé, 10 minutes dégelé.

Penne à la crème de truffe noire : réchauffer 1min30 au micro-ondes sans couvercle.