





MOINS DE TEMPS À COUPER, PLUS DE TEMPS À CRÉER.

Repas dans les résidences pour les personnes âgées et le secteur de la santé

RECUEIL DE RECETTES







Améliorer les repas dans les résidences pour les personnes âgées et le secteur de la santé grâce à Dole®

Les recettes **Dole®** contribuent à enrichir les programmes de restauration grâce à des solutions de menus mettant l'accent sur les fruits, qui fournissent un goût exceptionnel, une valeur nutritionnelle de qualité et un attrait universel.

Conçues pour les résidents, les patients, les visiteurs et le personnel, ces recettes polyvalentes allient confort, innovation et ingrédients sains afin d'offrir des expériences culinaires mémorables à tout moment de la journée.

Trouvez de l'inspiration pour vos menus, diversifiez vos menus et rendez chaque repas encore plus savoureux grâce aux bienfaits éprouvés de **Dole®**.





PLATS PRINCIPAUX

Salade de dinde à la pêche et à la coriandre avec vinaigrette ranch épicée 5

Pilons de poulet à la mandarine 7

Bouts de côtes de bœuf à l'ananas et au gochujang à la coréenne 9

Salade de pêches, de maïs et de concombre à la menthe avec saucisse au miel et à l'ail 11

DESSERTS

Biscuits à l'ananas et à l'avoine 13

DÉJEUNER

Scones aux épices et à la pêche 15

BOISSONS

Boisson fouettée au gingembre et à la mangue 17



Salade de dinde à la pêche et à la coriandre avec vinaigrette ranch épicée



25 portions

INGRÉDIENTS :

3 lb 5 oz	Dinde en dés, morceaux de poitrine de dinde entièrement cuite de ½ po	1,5 kg
3 lb 8 oz poids égoutté	**Pêches en dés DOLE® dans du jus**	1,6 kg poids égoutté
2 lb 3 oz	Mélange de salade de chou râpée, frais	1,0 kg
7 oz	Carottes en bâtonnets, fraîches	200 g
9 oz	Chou rouge, frais, tranché finement	250 g
7 oz	Poivron rouge, frais, en julienne	200 g
4,5 oz	Oignon rouge, frais, finement tranché	125 g
1 oz	Coriandre fraîche, hachée	25 g
3 oz	Amandes tranchées, grillées	85 g
3 tasses	Vinaigrette ranch épicée, prête à servir	750 mL
	Sel et poivre à volonté	

PRÉPARATION :

1. Décongeler la dinde en dés au réfrigérateur pendant une nuit à une température inférieure ou égale à 40 °F/4 °C.
2. Ouvrir la boîte de **pêches en dés DOLE® dans du jus** et l'égoutter dans une passoire; jeter le jus. Réserver les pêches pour l'étape suivante.
3. Préparer les légumes frais; ajouter le mélange de salade de chou, les carottes, le chou rouge, les poivrons rouges, les oignons rouges et les mettre dans un grand bol. Mélanger légèrement les légumes et ajouter la coriandre.
4. Griller les amandes tranchées. Préchauffer le four à convection à 325 °F/165 °C et recouvrir les plaques à pâtisserie de papier sulfurisé. Répartir les amandes en une seule couche uniforme et les cuire au four pendant environ 6 à 10 minutes. Remuer les amandes toutes les 3 minutes pour qu'elles brunissent uniformément. Retirer les amandes lorsqu'elles sont légèrement dorées et parfumées. Les transférer immédiatement sur une plaque froide pour arrêter la cuisson et les laisser refroidir complètement avant de les ajouter à la salade.
5. Ajouter la dinde en dés décongelée, les pêches égouttées, les amandes tranchées et la vinaigrette ranch épicée au mélange de légumes. Mélanger délicatement et assaisonner de sel et de poivre au goût. Couvrir d'un film et conserver à une température inférieure à 40 °F/4 °C jusqu'au moment de servir.

Suggestions de garniture et de présentation : Servir avec du pain à l'ail grillé ou un croissant; peut être garni d'oignons verts tranchés.

PCC : Réfrigérer la salade à une température inférieure à 40 °F/4 °C. Jeter après 3 jours.



Pilons de poulet à la mandarine

25 portions



INGRÉDIENTS :

25 (5 lb 8 oz)	Pilons de poulet, décongelés (1 = 100 g)	25 (2,5 kg)
1 lb 2 oz poids égoutté	**Mandarines DOLE® dans du jus**, égouttées	500 g poids égoutté
1-½ tasse	Sauce hoisin	375 mL
3 c. à soupe	Sauce soya à faible teneur en sodium	45 mL
2,5 oz	Cassonade	70 g
2 c. à thé	Gingembre, broyé	10 mL
2 c. à thé	Ail, haché/émincé	10 mL
1-⅔ c. à soupe	Huile de canola	25 mL
1 oz	Fécule de maïs	25 g

PRÉPARATION :

1. Deux jours avant, décongeler les pilons de poulet en les plaçant sur une ou des plaques à pâtisseries gardées au réfrigérateur à 40 °F/4 °C ou moins.
2. Préchauffer le four à convection à 375 °F/190 °C. Ouvrir la boîte de **mandarines Dole® dans du jus**. Égoutter complètement dans une passoire et jeter le jus. Préparer le glaçage : transférer les mandarines égouttées dans une casserole. Ajouter la sauce hoisin, la sauce soya, la cassonade, le gingembre, l'ail et l'huile de canola. À l'aide d'un mélangeur à immersion, mélanger jusqu'à l'obtention d'une consistance lisse. Chauffer à feu moyen jusqu'à ce que le mélange bouillonne doucement.
3. Incorporer la fécule de maïs à l'aide d'un fouet et mélanger jusqu'à l'obtention d'une consistance lisse. Poursuivre la cuisson à feu moyen pendant 4 à 6 minutes en remuant fréquemment jusqu'à ce que le glaçage épaississe.
4. Disposer les pilons de poulet décongelés en une seule couche sur des plaques à pâtisserie recouvertes d'une feuille d'aluminium. Badigeonner uniformément les pilons avec environ les deux tiers du glaçage. Rôtir au four préchauffé pendant 35 minutes.
5. Retirer les plaques du four et badigeonner les pilons avec le reste de la sauce. Remettre au four et poursuivre la cuisson pendant 10 minutes supplémentaires ou jusqu'à ce que le poulet soit doré, que le glaçage soit pris et que la température interne atteigne 165 °F/74 °C ou plus pendant au moins 15 secondes. Transférer les pilons cuits dans une cantine à couvercle et les garder à une température égale ou supérieure à 140 °F/60 °C jusqu'au moment de servir.

Suggestions de garniture et de présentation : Servir avec du riz cuit à la vapeur, du brocoli cuit à la vapeur; peut être garni avec des oignons verts émincés.

PC : Maintenir à une température supérieure à 140 °F/60 °C pendant un maximum de 4 heures. Les températures devraient être relevées toutes les 2 heures pendant la durée de maintien.

PC : REFROIDISSEMENT : Le produit doit passer de 140 °F/60 °C à 70 °F/21 °C dans les 2 heures et de 70 °F/21 °C à 40 °F/4 °C dans les 4 heures.

PC-RÉCHAUFFAGE : Jusqu'à une température interne de 165 °F/74 °C dans les 2 heures, maintenue pendant au moins 15 secondes, une seule fois.

REMARQUE : Consulter les règlements locaux ou régionaux en matière de santé publique pour obtenir les limites de durée de conservation des aliments chauds.



Bouts de côtes de bœuf à l'ananas et au gochujang à la coréenne



25 portions

INGRÉDIENTS :

25 (4 lb 11 oz)	Bouts de côtes de bœuf BBQ, cuites, décongelés (chacun = 85 g)	25 (2,125 kg)
32 oz	**Ananas broyés DOLE® dans du jus**	1 L
4,4 oz	Pâte de gochujang	125 g
7 oz	Cassonade	210 g
¼ tasse	Huile de sésame	60 mL
½ tasse	Sauce soya à teneur réduite en sodium	125 mL
¼ tasse	Vinaigre de vin de riz	60 mL
1-⅓ c. à soupe	Ail, haché/émincé	20 mL
1-⅓ c. à soupe	Gingembre, broyé	20 mL

PRÉPARATION :

1. Deux jours avant, décongeler les bouts de côte de bœuf BBQ (« beef ribettes ») en les plaçant sur des plaques à pâtisserie gardées au réfrigérateur à une température inférieure à 40 °F/4 °C.
2. Préchauffer le four à convection à 400 °F/200 °C. Ouvrir la boîte **d'ananas broyés DOLE® dans du jus**. Préparer le glaçage : Transférer l'ananas broyé dans une casserole. Ajouter la pâte de gochujang, la cassonade, l'huile de sésame, la sauce soya, le vinaigre de vin de riz, l'ail et le gingembre. À l'aide d'un mélangeur à immersion, mélanger jusqu'à l'obtention d'une consistance lisse. Chauffer à feu moyen jusqu'à ce que le mélange bouillonne doucement.
3. Sur une planche à découper, couper chaque bout de côte verticalement entre les arêtes en 4 morceaux égaux. Disposer les bouts de côtes en une seule couche sur des plats d'hôtel recouverts de papier sulfurisé. Répartir uniformément la sauce sur les bouts de côtes en veillant à ce que tous les morceaux soient bien enrobés.
4. Rôtir à découvert dans le four préchauffé pendant 25 minutes ou jusqu'à ce que les bouts de côtes atteignent une température interne supérieure à 165 °F/74 °C pendant au moins 15 secondes. Transférer les bouts de côtes cuits dans une cantine à couvercle et les garder à une température supérieure ou égale à 140 °F/60 °C jusqu'au moment de servir.

Suggestions de garniture et de présentation : Servir avec du riz cuit à la vapeur, du pak choy cuit à la vapeur; peut être garni d'oignons verts tranchés et de graines de sésame.

PC : Maintenir à une température supérieure à 140 °F/60 °C pendant un maximum de 4 heures. Les températures devraient être relevées toutes les 2 heures pendant la durée de maintien. Jeter les restes.

REMARQUE : Consulter les règlements locaux ou régionaux en matière de santé publique pour obtenir les limites de durée de conservation des aliments chauds.



Salade de pêches, de maïs et de concombre à la menthe avec saucisse au miel et à l'ail



25 portions

INGRÉDIENTS :

25 (5 lb 1 oz)	Saucisse au miel et à l'ail, cuite, 6 pouces 5/lb (chacune = 92 g/3,2 oz), décongelée	25 (2,3 kg)
2 lb 5 oz poids égoutté	**Pêches en dés DOLE® dans du jus**, égouttées	1,050 kg poids égoutté
1 lb 9 oz	Maïs en grains, surgelé	700 g
2 lb 5 oz	Concombres anglais, frais, pelés, coupés en deux dans le sens de la longueur puis coupés en tranches de 1 cm	1,050 kg
5,3 oz	Oignon rouge, frais, finement tranché	150 g
13 oz	Poivrons rouges, frais, coupés en cubes de 1 cm	375 g
1,2 oz	Menthe fraîche, hachée	35 g
3 tasses	Vinaigrette au cidre de pomme, prête à servir	750 mL

PRÉPARATION :

1. Décongeler les saucisses au miel et à l'ail sur une plaque à pâtisserie la veille au réfrigérateur à une température égale ou inférieure à 40 °F/4 °C.
2. Ouvrir la boîte de **pêches en dés DOLE® dans du jus** et l'égoutter dans une passoire; jeter le jus. Réserver les pêches pour l'étape suivante.
3. Préchauffer le four à convection à 325 °F/165 °C. Mettre du papier sulfurisé sur une ou des plaques à pâtisserie. Mettre le maïs congelé en une seule couche sur la ou les plaques à pâtisserie recouvertes de papier sulfurisé et mettre au four. Faire rôtir pendant environ 18-25 minutes, en remuant ou en retournant le maïs une fois à mi-cuisson pour favoriser un brunissement uniforme. Retirer du four et laisser refroidir.
4. Laver les légumes frais à l'eau courante fraîche. Préparer le concombre anglais, les oignons rouges et les poivrons rouges et les placer dans un grand bol à mélanger. Ajouter les pêches égouttées et le maïs refroidi et mélanger délicatement à l'aide d'une grande cuillère. Ajouter la menthe et mélanger délicatement. Ajouter la vinaigrette au cidre de pomme et mélanger délicatement la salade. Couvrir d'un film et conserver à une température inférieure ou égale à 40 °F/4 °C jusqu'au moment de servir.
5. Pendant que la salade refroidit, préparer les saucisses au miel et à l'ail. Faire cuire les saucisses selon votre méthode préférée, au four ou sur le gril. Préchauffer le four à convection à 325 °F/165 °C. Retirer les saucisses du sac, couper chaque saucisse en quatre morceaux sur la diagonale et les mettre en une seule couche sur une ou plusieurs plaques de cuisson recouvertes de papier sulfurisé. Cuire au four à découvert pendant environ 15 à 18 minutes, en retournant les saucisses à mi-cuisson, jusqu'à ce qu'elles atteignent une température interne minimale de 165 °F/74 °C pendant au moins 15 secondes. Transférer dans une ou des cantines et couvrir d'un couvercle. Garder à une température minimale de 140 °F/60 °C jusqu'au moment de servir.
6. Servir 180 mL de salade préparée à l'aide d'une cuillère à portion de 6 oz et placer 4 morceaux de saucisse (7 oz/204 g) à côté de la salade.

Suggestions de garniture et de présentation : Servir avec du pain croustillant ou du pain à l'ail; peut être garni d'oignons verts tranchés.

PC : Maintenir la saucisse à une température supérieure à 140 °F/60 °C pendant un maximum de 4 heures. Les températures devraient être relevées toutes les 2 heures pendant la durée de maintien. Jeter les produits non utilisés.

PCC : Réfrigérer la salade à une température inférieure ou égale à 40 °F/4 °C. Jeter après 3 jours.

REMARQUE : Consulter les règlements locaux ou régionaux en matière de santé publique pour obtenir les limites de durée de conservation des aliments chauds.



Biscuits à l'ananas et à l'avoine



144 portions

INGRÉDIENTS :

10 tasses	Flocons d'avoine à l'ancienne	0,8 kg
8 tasses	Farine tout usage	1 kg
1 c. à soupe + 2 c. à thé	Poudre à pâte	24 g
2-½ c. à thé	Sel	12,5 g
1 c. à soupe + 2 c. à thé	Cannelle moulue	14 g
5-½ tasses	Amandes tranchées grillées	875 g
5 tasses	Raisins secs	795 g
7-½ tasses	Cassonade tassée	1,46 kg
5 tasses	Beurre, ramolli	1,13 kg
5	Œufs	5
1 boîte	**Ananas broyés DOLE® dans du jus,** égouttés, réserver le jus	2,84 L

PRÉPARATION :

1. Mélanger les flocons d'avoine, la farine, la poudre à pâte, le sel, la cannelle, les amandes et les raisins secs; réserver.
2. Battre la cassonade et le beurre jusqu'à ce qu'ils soient crémeux.
3. Incorporer en battant les œufs, les **ananas broyés DOLE®** et le jus réservé.
4. Incorporer le mélange de farine.
5. Mettre la pâte dans un contenant fermé hermétiquement et la laisser refroidir pendant au moins 2 heures ou jusqu'au lendemain.
6. Utiliser une mesure n° 20 (jaune) ou n° 24 (rouge) pour déposer la pâte sur des plaques à pâtisserie graissées. Appuyer pour aplatir. Cuire au four à 350 °F/175 °C pendant 20 à 25 minutes ou jusqu'à ce que les biscuits soient dorés. Laisser refroidir sur une grille.



Scones aux épices et à la pêche

36 portions



INGRÉDIENTS :

6-¾ tasses	Farine tout usage	1,68 L
1 tasse + 3 c. à soupe	Sucre, divisé	250 mL + 45 mL
2 c. à soupe + ¾ c. à thé	Poudre à pâte	30 mL + 3-¾ mL
2 c. à soupe + ¾ c. à thé	Bicarbonate de soude	30 mL + 3-¾ mL
¾ c. à thé	Sel	3-¾ mL
1-½ tasse	Margarine, ramollie	375 mL
3 tasses	**Pêches en dés DOLE® dans du jus,** égouttées (jeter le jus)	750 mL
1-½ tasse	Lait faible en gras	375 mL
1 c. à soupe	Extrait de vanille	15 mL
½ tasse + 1 c. à soupe	Amandes hachées (facultatif)	135 mL
1-½ c. à thé	Cannelle moulue	7-½ mL
	Lait ou crème (pour badigeonner)	Selon les besoins

PRÉPARATION :

1. Mélanger la farine, 1 tasse de sucre, la poudre à pâte, le bicarbonate de soude et le sel dans un grand bol.
2. Incorporer la margarine ramollie jusqu'à ce que le mélange ressemble à de grosses miettes.
3. Incorporer les **pêches en dés DOLE®** égouttées. Mélanger le lait et la vanille, puis incorporer ce mélange à la préparation aux pêches jusqu'à obtenir une pâte.
4. Aplatir la pâte jusqu'à une épaisseur de ½ po (1,25 cm) sur une surface légèrement enfarinée. Découper des rondelles à l'aide d'un emporte-pièce de 2-½ po et les disposer sur des plaques de cuisson vaporisées d'aérosol de cuisson.
5. Mélanger les amandes hachées facultatives, 3 c. à soupe de sucre et la cannelle. Badigeonner le dessus des scones de lait ou de crème, puis les saupoudrer du mélange à la cannelle.
6. Cuire à 400 °F/204 °C pendant environ 15 minutes ou jusqu'à ce que les scones soient légèrement dorés. Servir tiède.

Pour une fournée de cette taille, vous aurez probablement besoin de 3 à 4 plaques de cuisson standard, selon la taille des scones et l'espacement entre eux.



Boisson fouettée au gingembre et à la mangue



12 portions

INGRÉDIENTS :

6 tasses	Lait d'amande à la vanille	1,5 L
6 tasses	**Jus d'ananas DOLE®**	1,5 L
1-½ tasse	Gingembre cristallisé (confit), haché	360 mL
2 c. à soupe	Gingembre moulu (facultatif – frais, haché)	30 mL
12 tasses	Morceaux de mangue, partiellement congelés	3 L

Remarque : Si vous utilisez un mélangeur domestique, vous devrez probablement préparer cette recette en 2 ou 3 fois, selon la capacité de votre mélangeur.

Substituts au gingembre
Si vous ne trouvez pas de gingembre cristallisé (confit), vous pouvez le remplacer par :

- Gingembre moulu : environ 1 c. à soupe + 1 c. à thé (environ 20 mL), à ajuster au goût.
- Pour obtenir une texture semblable, utiliser des abricots séchés hachés enrobés de gingembre moulu, ou préparer votre propre gingembre confit en enrobant de sucre des morceaux de gingembre séché.

PRÉPARATION :

1. Mettre le lait d'amande, le **jus d'ananas DOLE®**, le gingembre cristallisé et le gingembre moulu (et, facultativement, le gingembre frais) dans un mélangeur ou un robot culinaire.
2. Couvrir et mélanger (si vous utilisez du gingembre frais, mélanger jusqu'à ce qu'il soit finement haché).
3. Ajouter les morceaux de mangue partiellement congelés et mélanger jusqu'à l'obtention d'une consistance lisse. Au besoin, procéder en plusieurs fois pour éviter de trop remplir le mélangeur.
4. Servir immédiatement.