

Édition 2024



# Foodbuy

Le Calendrier des recettes



Avec plus de 17 ans  
recettes triées sur le volet auprès des  
fournisseurs partenaires de Foodbuy.



Plus de 400 fournisseurs de premier plan

36 000 UGS sous contrat

Pouvoir d'achat de 3 milliards

Foodbuy Canada a rassemblé une collection de recettes de nos principaux fournisseurs partenaires tout au long de l'année pour les partager avec vous. Elles sont délicieuses, faciles à réaliser, belles à servir et ne manqueront pas de plaire à vos invités.

Foodbuy est la plus grande organisation d'achat de services alimentaires en Amérique du Nord. Notre volume d'achat couvre les secteurs de l'accueil et des loisirs, des services alimentaires, de la santé et de l'éducation. Bien plus qu'une organisation d'achats groupés, nous vous aidons à réaliser des économies et des gains d'efficacité en augmentant votre volume d'achats et en l'exploitant pour vous faire gagner du temps et de l'argent.

Nous sommes déterminés à aider nos membres, nos secteurs d'activité et nos fournisseurs à prendre de l'expansion en leur offrant le plus haut niveau de valeur et d'expertise grâce à des solutions d'approvisionnement innovantes et flexibles.

Le calendrier présente une sélection de dix-sept recettes de nos partenaires fournisseurs de confiance dans l'industrie des services alimentaires, y compris quatre recettes en prime - dont une de l'équipe des solutions culinaires de Foodbuy. Des recettes supplémentaires, listées à la fin, complètent les recettes mensuelles dont les ingrédients sont marqués d'un astérisque, et qui peuvent servir d'accompagnement ou de plat.

**Foodbuy**



## Tremette au feta à la grecque

Temps de préparation : 15 Portions : 12

### Ingrédients

- 1,5 L (6 tasses) de yogourt grec nature Oikos
- 375 ml (1 ½ tasse) de concombre tranché finement
- 175 ml (¾ tasse) d'olives Kalamata dénoyautées
- 175 ml (¾ tasse) de fromage feta émietté
- 15 ml (1 c. à soupe) d'origan séché
- Huile d'olive extra-vierge
- Poivre noir fraîchement moulu
- Petites feuilles de menthe fraîches

### Préparation

- Répartir le yogourt dans 12 petits bols.
- Recouvrir le yogourt de concombre, d'olives et de fromage feta.
- Saupoudrer d'un peu d'origan.
- Arroser d'huile d'olive et saupoudrer de poivre.
- Garnir de quelques feuilles de menthe avant de servir.

Explorer les saveurs de la Grèce en garnissant le yogourt nature de concombre, d'origan, d'olives et de fromage feta. Savourer cette collation savoureuse idéale à tout moment de la journée!



## Biscuits à la noix de coco, aux bananes et à la noix de grenoble

Temps de préparation : 30 Portions : 24

### Ingrédients

- 6 bananes mûres
- 225 g (3 ¼ tasses) de flocons de noix de coco, râpés
- 105 g (¾ tasse) de morceaux de noix de grenoble

### Préparation

- Préchauffer le four à 180 °C (350 °F).
- Peler et écraser les bananes dans un bol de grosseur moyenne avec un pilon à purée ou une fourchette. Les bananes doivent être bien écrasées et il ne doit rester que de petits morceaux.
- Ajouter la noix de coco et les noix de Grenoble et bien mélanger.
- Tapisser une plaque de cuisson de papier parchemin ou d'un tapis de cuisson en silicone.
- Déposer des cuillerées de pâte sur la plaque de cuisson, puis former avec les doigts. (Comme biscuits ne s'étendent pas pendant la cuisson, les façonner à la largeur et à la hauteur désirées.)
- Cuire les biscuits au four pendant 20 minutes, jusqu'à ce que la noix de coco soit très légèrement dorée sur les pointes et que les biscuits soient fermes au toucher.
- Retirer du four, puis laisser refroidir.
- Conserver les biscuits préparés dans un contenant hermétique au réfrigérateur jusqu'à 5 jours.

Une gâterie saine et sucrée, facile à préparer, que tout le monde appréciera.

Novembre

di	lu	ma	me	je	ve	sa
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Janvier

di	lu	ma	me	je	ve	sa
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

# DÉCEMBRE 2023

DIMANCHE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

					1	2
3	4	5	6	7 Début de Hanoucca	8	9
10	11	12	13	14	15 Fin de Hanoucca	16
17	18	19	20	21 Premier jour de l'hiver	22	23
24 Veille de Noël	25	26	27	28	29	30
31 Veille du jour de l'An	Noël	Début de Kwanzaa Lendemain de Noël				

# Foodbuy

---



---



---



---



## Soupe au cari vert à la thaïlandaise avec un œuf frit croustillant

Temps de préparation : 40 Portions : 4

### Ingrédients

- 4 œufs Burnbrae Farms<sup>MC</sup>
- 500 ml (2 tasses) d'huile de canola pour la friture, divisée
- 450 g (1 livre) de lanières de cuisses de poulet désossées, sans peau
- 115 g (4 oz) de nouilles de riz (vermicelles ou plates), cuites
- 400 ml (14 oz) de lait de coco
- 250 ml (1 tasse) de bouillon de poulet
- 60 ml (4 c. à soupe) de pâte de cari vert au choix
- 1 (400 g) grosse carotte, tranchée
- 225 g (½ lb) de pois mange-tout
- 225 g (½ lb) de champignons creminis, nettoyés et tranchés
- Coriandre et basilic thaï, frais
- 2 limes, coupées en moitiés et en quartiers
- 15 ml (1 c. à soupe) de sauce de poisson
- 60 ml (¼ tasse) de céréales de riz soufflées

### Préparation

- Dans une casserole de grosseur moyenne, saisir le poulet jusqu'à ce qu'il soit uniformément doré. Ajouter la pâte de cari vert et cuire jusqu'à ce qu'elle dégage un parfum. Ajouter le lait de coco, le bouillon et la sauce de poisson (ou le sel et le poivre) au goût.
- Ajouter les carottes, couvrir et laisser mijoter pendant 5 minutes.
- Ajouter les champignons, les pois mange-tout et le jus d'une lime et bien mélanger. Laisser mijoter 3 minutes de plus.
- Recouvrir une poêle à frire à fond épais d'environ 2,5 cm (1 po) d'huile et chauffer à feu moyen. Casser chaque œuf individuellement dans un ramequin ou un petit plat et le glisser doucement dans l'huile chaude. Verser délicatement à la cuillère un peu d'huile chaude de la casserole autour du dessus des blancs, en évitant le jaune, et cuire jusqu'à ce que les bords soient dorés et croustillants et que les blancs soient opaques. Égoutter les œufs cuits sur un essuie-tout.
- Dans un bol à soupe peu profond, déposer les nouilles de riz cuites dans les nids au centre. Verser le bouillon de cari vert chaud autour des nouilles. Déposer l'œuf frit croustillant sur le nid de nouilles.
- Garnir d'herbes et de céréales de riz soufflé.
- Servir avec des quartiers de lime.

Un œuf frit croustillant, servi dans un nid de nouilles de riz avec du bouillon de cari vert parfumé à la noix de coco, du poulet effiloché et des légumes. Le plat réconfortant par excellence!







## Rouleaux croustillants au gâteau au fromage et au chocolat

Temps de préparation : 15 Portions : 12

### Ingrédients

- ½ plateau de gâteau au fromage à la crème française et au chocolat Sara Lee®, congelé
- Huile pour la friture
- 12 grands carrés de pâte à wonton (ou à egg rolls) de 15,24 cm x 15,24 cm (6 po x 6 po)
- 250 ml (1 tasse) de sucre
- 60 ml (¼ tasse) de cannelle
- 5 ml (1 c. à thé) de poivre de Cayenne
- Sirop au chocolat

### Préparation

- Couper le gâteau au fromage congelé en 12 tranches égales de 2,54 cm x 7,62 cm (1 po x 3 po).
- Déposer sur une plaque de cuisson recouverte de papier ciré et mettre au congélateur.
- Chauffer l'huile à 375 °F (190 °C).
- Dans un plat peu profond, mélanger le sucre, la cannelle et le poivre de Cayenne.
- Déposer une tranche de gâteau au fromage sur un carré de pâte à wonton, mouiller les bords avec de l'eau, replier les côtés et rouler.
- Placer les wonton dans l'huile chaude; faire frire jusqu'à ce qu'ils soient dorés, en les tournant pour qu'ils soient grillés de tous les côtés.
- Égoutter les wonton et les rouler dans le mélange de sucre.
- Verser du sirop au chocolat dans une assiette de service.
- Couper les wonton en deux en diagonale et les placer dans l'assiette sur le sirop.

Un dessert parfait à partager avec votre tendre moitié : des wontons dorés, croustillants remplis de gâteau au fromage au chocolat crémeux, recouvert de sucre épicé et garni d'un coulis au chocolat.



FROZEN BAKERY

Janvier

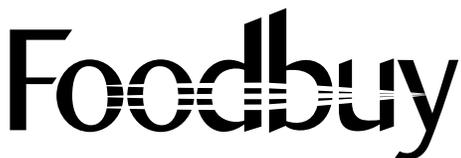
di	lu	ma	me	je	ve	sa
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Mars

di	lu	ma	me	je	ve	sa
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
						31

# FÉVRIER 2024

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
				1  Mois de l'histoire des Noirs	2  Jour de la marmotte	3
4	5	6	7	8	9	10  Nouvel An lunaire
11	12	13  Mardi gras Jour de l'agriculture canadienne	14  Mercredi des Cendres Saint-Valentin	15  Jour du drapeau national du Canada	16	17
18	19  Jour de la Famille	20	21	22	23  Journée du patrimoine du Yukon	24
25	26	27	28  Journée du chandail rose (journée de lutte contre l'intimidation)	29  Fin du Mois de l'histoire des Noirs		




---



---



---



---



## Cari de poulet au beurre improvisé

Temps de préparation : 20 Portions : 25

### Ingrédients

#### Poulet mariné aux fines herbes

- 4 kg (9 lb) de cuisses de poulet désossées et sans peau, coupées en cubes
- 1 L (4 tasses) de yogourt nature
- 125 ml (½ tasse) de purée d'ail
- 125 ml (½ tasse) de purée de gingembre
- 175 ml (¾ tasse) de tandoori masala
- 60 ml (¼ tasse) de garam masala
- 60 ml (¼ tasse) de cumin
- 60 ml (¼ tasse) d'huile végétale
- Sel et poivre noir au goût

#### Sauce

- 4 L (16 tasses) de sauce de style poulet au beurre ultime Richardson<sup>®/MD</sup>
- 125 ml (½ tasse) de fenugrec sec

#### Serve

- Riz basmati
  - Coriandre fraîche, hachée
  - Vinaigrette crémeuse au concombre
- KRAFT

### Préparation

- Mettre tous les ingrédients du Poulet mariné aux fines herbes dans un bol et bien mélanger.
- Couvrir et réfrigérer toute la nuit.
- Déposer le poulet mariné sur des plaques à pâtisserie en une seule couche et le faire rôtir à 218 °C (425 °F) jusqu'à ce qu'il soit entièrement cuit et légèrement noirci (18 à 20 minutes).
- Pendant la cuisson du poulet, mettre les ingrédients de la sauce dans une casserole et bien remuer.
- Ajouter le poulet cuit et tout le liquide accumulé sur les plaques à pâtisserie dans la sauce et bien remuer. Réfrigérer jusqu'au repas.
- Servir les portions sur un riz basmati.
- Garnir de coriandre et de cuillerées de vinaigrette.

Réchauffez vos consommateurs avec une délicieuse recette de poulet au beurre rapidement préparée qui plaira à vos clients.



®/MD

Février

di	lu	ma	me	je	ve	sa
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29		

Avril

di	lu	ma	me	je	ve	sa
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

# MARS 2024

DIMANCHE

LUNDI

MARDI

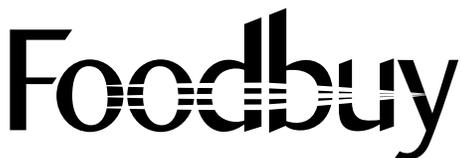
MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

					1	2
3	4	5	6	7	8 Journée internationale des femmes	9
10 Début du ramadan	11	12	13	14	15	16
17 Saint-Patrick	18	19	20 Premier jour du printemps Nowruz	21	22	23
24 Dimanche des Rameaux	25	26	27	28	29	30
31 Pâques					Vendredi saint	




---



---



---



---



## Mahi-mahi au piment poblano rôti et sofrito épicé

Temps de préparation : 35 Portions : 5

### Ingrédients

- 5 portions de 141 g (6 oz) de mahi-mahi, frais ou surgelé (décongelé)
- 113 g (4 oz) de Concentré d'arôme piment poblano grillé sur le feu Minor's® sans gluten
- 12 ml (2 ½ c. à thé) d'huile d'olive extra-vierge
- 560 ml (2 ¼ tasses) de sofrito épicé\*
- 500 ml (2 tasses) de riz infusé de tomates\*

### Préparation

- Sécher complètement le poisson.
- Préchauffer le gril à feu vif.
- Huiler légèrement le gril.
- Déposer le filet de mahi-mahi sur le gril et saisir les deux côtés.
- Mélanger l'huile d'olive et le concentré.
- Retirer le mahi-mahi saisi du gril et garnir de mélange le dessus du poisson.
- Cuire dans un four à convection à 350 °F (180 °C) jusqu'à ce que le poisson soit entièrement cuit, environ 7 à 9 minutes, ou jusqu'à ce que sa température interne atteigne 158 °F (70 °C).
- Placer le riz au centre d'une assiette, garnir de sofrito épicé et couvrir avec le poisson.
- Garnir de fines herbes de votre choix et d'un quartier de lime.

Cette recette comprend un filet de mahi-mahi grillé à point, rehaussé d'un concentré savoureux. Parfait pour ajouter les saveurs de la saison à un menu du souper!

Mars

di	lu	ma	me	je	ve	sa
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Mai

di	lu	ma	me	je	ve	sa
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

# AVRIL 2024

DIMANCHE

LUNDI

MARDI

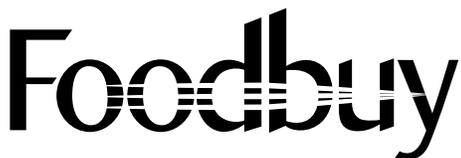
MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

	1  Premier avril Lundi de Pâques	2	3	4	5	6
7	8	9  Eid ul Fitr Fin du Ramadan	10	11	12	13  Vaisakhi
14	15	16	17	18	19	20
21	22  Début de la Pâque Jour de la Terre	23	24	25	26	27
28	29	30  Fin de la Pâque				




---



---



---



---



## Chilaquiles au poulet

Temps de préparation : 20 Portions : 12

### Ingrédients

- 270 g (9 ½ oz) de tortillas croustillantes
- 500 ml (2 tasses) de salsa Pace® avec de gros morceaux
- 500 ml (2 tasses) de poulet, cuit et effiloché
- 15 ml (1 c. à soupe) de fromage frais, émietté
- 30 ml (2 c. à soupe) de coriandre fraîche, hachée finement
- 2 avocats chacun, pelés et coupés en dés

### Préparation

- Placer une couche de croustilles de tortilla dans le fond d'un grand plat de cuisson et déposer une partie de la salsa sur les croustilles avec une cuillère.
- Placer ensuite une autre couche de croustilles, de salsa et de poulet.
- Répétez l'étape ci-dessus.
- Cuire au four à 163 °C (325 °F) pendant 10 minutes.
- Retirer du four et garnir de fromage frais, de coriandre et d'avocat.

Une excellente entrée pour se rassembler entre amis et avec la famille à tout moment de l'année, ce plat regorge de textures et de saveurs délicieuses.



Avril

di	lu	ma	me	je	ve	sa
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Juin

di	lu	ma	me	je	ve	sa
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

# MAI 2024

DIMANCHE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

			1	2	3	4
5  Cinco de Mayo Pâque orthodoxe	6	7	8	9	10	11
12  Fête des Mères	13	14	15  Journée du Vesak (anniversaire de Buddha)	16	17	18
19	20  Journée nationale des patriotes Fête de la Reine	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

# Foodbuy

---



---



---



---



## Pain doré aux protéines cuit au four

Temps de préparation : 60 Portions : 4

### Ingrédients

- 4 œufs
- 425 ml (1  $\frac{3}{4}$  tasse) de lait Natrel Plus 2 %
- 125 ml ( $\frac{1}{2}$  tasse) de sucre
- 15 ml (1 c. à soupe) d'extrait de vanille
- 2  $\frac{1}{2}$  ml ( $\frac{1}{2}$  c. à thé) de cannelle moulue
- 5 ml (1 c. à thé) de muscade moulue
- 8 tranches épaisses de pain blanc, légèrement grillées
- 500 ml (2 tasses) de framboises fraîches
- 60 ml ( $\frac{1}{4}$  tasse) de pacanes grillées, écrasées

### Préparation

- Beurrer un moule de 23 cm x 5 cm (9 po x 2 po). Réserver.
- Dans un bol, fouetter les œufs, le lait Natrel Plus 2 %, le sirop d'érable, la vanille, la cannelle et la muscade. Réserver.
- Placer le pain sur une plaque à pâtisserie en couche superposée. Verser le mélange d'œufs et bouger délicatement les tranches pour qu'elles soient bien enrobées. Recouvrir d'une feuille de papier d'aluminium.
- Placer la grille au milieu du four. Préchauffer le four à 350 °F (180 °C).
- Cuire au four pendant 20 minutes avec le papier d'aluminium. Retirer le papier d'aluminium et cuire pendant 25 minutes supplémentaires. Laisser refroidir 5 minutes.
- Ajouter les framboises et garnir de pacanes.
- Servir avec du miel ou du sirop d'érable.

Grâce à plat rempli de protéines, vous serez rassasié jusqu'à l'heure du dîner. Ajouter des framboises et du miel pour une touche sucrée et des pacanes grillées pour une texture croquante

**Mai**

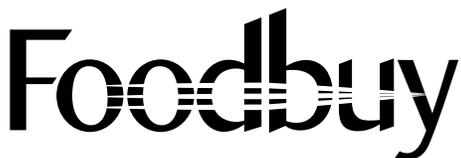
di	lu	ma	me	je	ve	sa
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

**Juillet**

di	lu	ma	me	je	ve	sa
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

# JUIN 2024

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
						1  Début du Mois de la fierté Début du Mois national de l'histoire autochtone
2	3	4	5	6  Journée mondiale de l'environnement	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16  Fête des Pères Début de l'Aid al-Adha	17	18	19  Fin de l'Aid al-Adha	20  Premier jour de l'été	21  Journée nationale des peuples autochtones	22
23	24	25	26	27	28	29
30 Fin du Mois de la fierté Fin du Mois national de l'histoire autochtone	Fête de Jean Baptiste					




---



---



---



---



## Muffins de maïs au piment Jalapeño et au fromage

Temps de préparation : 45 Portions : 12

### Ingrédients

- 1,7 L (6 tasses) de pâte à muffins à la farine de maïs Quaker®
- 250 ml (1 tasse) de fromage cheddar fort ou Monterey Jack, râpé
- 250 ml (1 tasse) de maïs en grains
- 125 ml (½ tasse) de piments jalapeño, hachés
- 125 ml (½ tasse) de piment rouge, haché

### Préparation

- Régler le four à 325 °F (163 °F).
- Déposer la pâte dans un bol de grosseur moyenne.
- Incorporer le reste des ingrédients.
- Verser la pâte dans des moules à muffins préparés à l'aide d'une louche n° 10.
- Cuire au four pendant 25 minutes.
- Garnir de piments jalapeño.

Servez une version méridionale d'un plat traditionnel avec ces muffins au maïs réconfortants aux piments jalapeño et au fromage.





## Frites en spirale noires et bleues

Temps de préparation : 15 Portions : 1-2

### Ingrédients

- 283 g (10 oz) de frites spirales avec pelure McCain® SureCrisp<sup>MC</sup>
- 75 ml (1/3 tasse) de poivrons rouges ou verts, en julienne
- 75 ml (1/3 tasse) d'oignons espagnols jaunes, en julienne
- 60 ml (1/4 de tasse) de champignons blancs, tranchés
- 75 ml (1/3 tasse) de viande pour cheese-steak Philly, coupée en tranches fines
- 30 ml (2 c. à soupe) de bacon, haché
- 2 1/2 ml (1/2 c. à thé) d'assaisonnement noirci au goût
- 60 ml (1/4 tasse) de fromage bleu, émietté
- 125 ml (1/2 tasse) de sauce au fromage bleu, divisée\*

### Préparation

- Faire sauter les poivrons et les champignons à feu moyen-vif pendant 3 à 4 minutes et réserver.
- Chauffer un filet d'huile dans un autre poêlon à feu moyen et faire sauter la viande pour cheese-steak Philly avec l'assaisonnement noirci et cuire jusqu'à ce qu'elle soit chaude.
- Pendant que la viande cuit, frire les frites à 350 °F (180 °C) de 2,5 à 3 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Éponger l'huile. Mettre dans un bol.
- Assaisonner avec du sel et la moitié des miettes de fromage bleu. Mélanger.
- Placer les frites sur un plateau, un panier tapissé de papier parchemin ou un contenant à emporter. Déposer la viande, puis les poivrons, les champignons, le bacon et le reste des miettes de fromage bleu.
- Terminer en versant la moitié de la sauce au fromage bleu sur le dessus.
- Servir le reste de la sauce en accompagnement pour la trempette.

Ces frites croustillantes et bien apprêtées sont un plat savoureux et appétissant, idéales comme repas ou à partager avec des amis.



SOLUTIONS POUR  
SERVICES ALIMENTAIRES



## Saucisse et trempette de 7 po pour chariot Oktoberfest

Temps de préparation : 10 Portions : 4-6

### Ingrédients

- 2 saucisses Oktoberfest de 7 po de Schneiders®
- 125 ml (½ tasse) de moutarde au miel\*
- 43 g (1,5 oz) de bretzels

### Préparation

- Décongeler la saucisse et couper des marques dans le boîtier.
- Écraser les bretzels à la main ou dans un mélangeur. Tamisez toute poudre restante.
- Chauffer les saucisses au four, sur le grill ou sur un dessus plat jusqu'à ce qu'elles atteignent une température interne de 74 °C (165 °F).
- Couper en biais en 10 à 12 morceaux.
- Assembler le plateau et servir.
- Pour déguster : tremper la saucisse dans la moutarde au miel et presser les bretzels sur le dessus pour une entrée unique.

La combinaison simple de textures et de saveurs en font un plat exclusif. Une saucisse traditionnelle de l'Oktoberfest combinée à une moutarde sucrée et des bretzels émiettés pour un plateau à partager savoureux et peu coûteux ou un plat de saucisse signature.



Juin

di	lu	ma	me	je	ve	sa
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Août

di	lu	ma	me	je	ve	sa
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

# JUILLET 2024

DIMANCHE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

	1  Fête du Canada	2	3	4	5	6
7  Muharram – Nouvel An islamique	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

# Foodbuy

---



---



---



---



## Hamburger torikatsu

Temps de préparation : 20 Portions : 4

### Ingrédients

- 8 morceaux de 113 g (4 oz) de poitrine de poulet panée Erie Meats
- 4 pains à hamburger
- 113 g (4 oz) de laitue Iceberg déchiquetée
- 16 morceaux de cornichons sucrés pour tartines
- 237 ml (1 tasse) de sauce katsu\*

### Préparation

- Préparer la poitrine de poulet panée selon les instructions. S'assurer que la température interne minimale de la poitrine de poulet atteigne 74 °C (165 °F).
- Faire griller les pains à hamburger.
- Déposer 1 oz (28 g) de laitue déchiquetée sur les petits pains du bas.
- Garnir chaque petit pain de 2 morceaux de cornichons sucrés pour tartines.
- Déposer une poitrine de poulet panée cuite sur le dessus et verser 30 ml (2 c. à soupe) de sauce katsu sur la viande, dans chaque hamburger.
- Garnir de deux autres morceaux de cornichons, ajouter la deuxième poitrine de poulet cuite, couvrir de 30 ml (2 c. à soupe) de sauce katsu et terminer avec les petits pains à hamburger du dessus.
- Servir avec une portion supplémentaire de sauce pour les trempettes et l'accompagnement de votre choix.

Avec cette escalope de poulet panée garnie de sauce katsu, les consommateurs peuvent découvrir de délicieuses saveurs japonaises!

**ErieMeats**  
EST 1977

Juillet

di	lu	ma	me	je	ve	sa
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Septembre

di	lu	ma	me	je	ve	sa
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

# AOÛT 2024

DIMANCHE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

				1  Journée de l'émancipation	2	3
4	5  Fête municipale	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

# Foodbuy

---



---



---



---



## Poivrons farcis avec mélange de haricots du jardin

Temps de préparation : 60 Portions : 25

### Ingrédients

- 800 g (7 tasses) de mélange de riz Pilaf Arctic Gardens®
- 1 sac (2 kg) de mélange de haricots du jardin Arctic Gardens®
- 25 poivrons, coupés en deux et épépinés
- 2,5 L (10 tasses) de sauce salsa
- 125 ml (½ tasse) de levure nutritive
- 30 ml (2 c. à soupe) de poudre de cumin
- 30 ml (2 c. à soupe) de poudre d'ail
- 30 ml (2 c. à soupe) de poudre de chili
- 2,5 L (10 tasses) de cheddar fort, râpé

### Préparation

- Mélanger le riz pilaf et le mélange de haricots du jardin. Cuire à la vapeur pendant 5 minutes et réserver.
- Préchauffer le four à 375 °F (190 °C).
- Dans un bol, mélanger le riz pilaf et le mélange de haricots du jardin avec la moitié de la salsa, la levure nutritionnelle et les épices. Ajuster l'assaisonnement au goût.
- Remplir généreusement les poivrons du mélange et les déposer sur une plaque à pâtisserie.
- Verser le reste de la salsa sur les poivrons et garnir de cheddar râpé.
- Cuire au four pendant 45 minutes.

Cette recette végétarienne de poivrons farcis est facile, satisfaisante et débordante d'ingrédients nutritifs et délicieux.

Août

di	lu	ma	me	je	ve	sa
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Octobre

di	lu	ma	me	je	ve	sa
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

# SEPTEMBRE 2024

DIMANCHE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

1	2 Fête du Travail	3	4	5	6	7 Ganesh Chaturthi
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22 Premier jour de l'automne	23	24	25	26	27	28
29	30 Journée nationale de la vérité et de la réconciliation					

# Foodbuy

---



---



---



---



## Bol de nouilles arc-en-ciel et morue bleue en croûte de sésame

Temps de préparation : 35 Portions : 4

### Ingrédients

- 4 filets de morue bleue High Liner<sup>MC</sup>
- 30 g (2 c. à soupe) de graines de sésame blanc
- 15 g (1 c. à soupe) de graines de sésame noir
- 20 g (4 c. à thé) de gingembre moulu
- 20 g (4 c. à thé) de sel kascher
- 15 g (1 c. à soupe) de grains de poivre blancs, moulus
- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile végétale
- 225 g (8 oz) de nouilles arc-en-ciel croustillantes\*
- 60 ml (¼ tasse) de sauce miso-teriyaki\*

### Préparation

- Réfrigérer la morue bleue pendant la nuit pour la décongeler.
- Éponger les filets avec une serviette propre ou un essuie-tout.
- Placer les graines de sésame, le gingembre, le sel et le poivre blanc moulu dans un petit bol. Bien mélanger.
- Presser le mélange de sésame sur le dessus de chaque filet pour créer une croûte.
- Chauffer l'huile dans un poêlon antiadhésif, à feu moyen vif.
- Placer la morue bleue dans le poêlon, côté croûte vers le bas. Cuire pendant une minute avant de baisser le feu à moyen. Poursuivre la cuisson pendant environ 2 à 3 minutes.
- Retourner les filets et cuire le dessous pendant une minute supplémentaire ou jusqu'à ce que la température interne du poisson atteigne 65 °C (145 °F).
- Garnir chaque bol de nouilles arc-en-ciel croustillantes d'un filet.
- Arroser de sauce miso-teriyaki ou la servir en accompagnement et garnir chaque bol d'oignons verts tranchés.

Cette version de ce populaire bol de nouilles ravira les gens qui cherchent un plat sain et savoureux et la texture d'un filet de morue bleue en croûte de sésame.

Septembre

di	lu	ma	me	je	ve	sa
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Novembre

di	lu	ma	me	je	ve	sa
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

# OCTOBRE 2024

DIMANCHE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

		1  Début du Mois de l'histoire des femmes	2  Début de Rosh Hashanah	3  Début de Navaratri	4  Fin de Rosh Hashanah	5
6	7	8	9	10	11	12  Yom Kippur Fin de Navaratri
13	14  Action de grâce	15	16  Journée mondiale de l'alimentation	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31  Halloween Début de Diwali Fin du Mois de l'histoire des femmes		

# Foodbuy

---



---



---



---



## Chou-fleur croustillant sur le gril à la mode de Kansas City

Temps de préparation : 45 Portions : 4

### Ingrédients

- 450 g (1 lb) de fleurons de chou-fleur, coupés en morceaux
- 250 ml (1 tasse) de farine de semoule
- 500 ml (2 tasses) de babeurre
- 30 ml (2 c. à soupe) d'épices à froter Texas Longhorn de Cattlemen's®
- 60 ml (¼ tasse) de sauce barbecue classique Kansas City de Cattlemen's®
- 60 ml (¼ tasse) de garniture croustillante oignons frits French's®
- Feuilles de céleri pour la garniture

### Préparation

- Régler le four à 230 °C (450 °F). Mélanger la farine, le babeurre et les épices à froter dans un bol, en fouettant jusqu'à ce que le tout soit bien mélangé.
- En travaillant par lots, ajouter les fleurons de chou-fleur à la pâte, en touillant pour bien les enrober. Retirer le chou-fleur et jeter l'excédent de pâte.
- Placer le chou-fleur enrobé sur une grille de cuisson placée sur une plaque à pâtisserie.
- Cuire au four pendant 20 minutes.
- Transférer dans un bol. Ajouter la sauce barbecue et touiller pour bien enrober. Remettre le chou-fleur sur la grille de cuisson.
- Cuire 10 minutes de plus.
- Placer dans une assiette et saupoudrer d'oignons croustillants et de feuilles de céleri.
- Servir chaud.

Avec leur extérieur assaisonné et croquant et les oignons croustillants avec des feuilles de céleri, ces « ailes » de chou-fleur garnies de sauce feront le bonheur de plus d'un cowboy.



Octobre

di	lu	ma	me	je	ve	sa
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Décembre

di	lu	ma	me	je	ve	sa
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

# NOVEMBRE 2024

DIMANCHE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

					1	2
3	4 Fin de Diwali	5	6	7	8 Journée des anciens combattants autochtones	9
10	11 Jour du Souvenir	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

**Foodbuy**

---



---



---



---



## Dinde héros gobbler

Temps de préparation : 25 Portions : 4

### Ingrédients

- 450 g (16 oz) de poitrine de dinde cuite Olymel<sup>MC</sup>, coupée en tranches fines
- 8 tranches de bacon OBP cuit ou de bacon à teneur réduite en sodium d'Olymel<sup>MC</sup>
- 4 pains artisanaux ou pain au levain
- 45 ml (3 c. à table) de beurre fondu
- 4 tranches de fromage provolone
- 100 ml (6 ½ c. à soupe) de mayonnaise
- 125 ml (½ tasse) de laitue frisée
- 250 ml (1 tasse) de sauce aux canneberges
- 250 ml (1 tasse) de farce préparée

### Préparation

- Trancher les petits pains en deux et les beurrer légèrement avec le beurre fondu. Griller les deux côtés et réserver.
- Beurrer les pains du bas de mayonnaise.
- Ajouter la laitue frisée, la farce, la poitrine de dinde cuite finement tranchée et 2 tranches de bacon cuit sur chaque sandwich.
- Garnir de sauce aux canneberges et de fromage provolone tranché.
- Ajouter le pain du dessus.

Éblouissez vos invités avec ce héros de dinde stellaire qui comprend toutes les garnitures qu'ils apprécieront sûrement pendant les Fêtes.



Novembre

di	lu	ma	me	je	ve	sa
				1	2	
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Janvier

di	lu	ma	me	je	ve	sa
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

# DÉCEMBRE 2024

DIMANCHE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
						Premier jour de l'hiver
22	23	24	25	26	27	28
		Veille de Noël	Noël Début de Hanoucca	Début de Kwanzaa Lendemain de Noël		
29	30	31				
		Veille du jour de l'An				

# Foodbuy

---



---



---



---



## Bœuf stroganoff copieux

Temps de préparation : 35 Portions : 4

### Ingrédients

- 450 g (1 lb) de bœuf, coupé en cubes ou en tranches
- 375 ml (1 ½ tasse) de bouillon de bœuf
- 60 ml (¼ tasse) d'huile d'olive extra vierge, divisée
- 227 g (8 oz) de champignons tranchés
- 1 petit oignon, coupé en tranches fines
- 45 ml (3 c. à thé) de farine tout usage
- 15 ml (1 c. à table) de beurre non salé
- 15 ml (1 c. à table) de sauce Worcestershire
- 60 ml (¼ tasse) de crème sure
- Sel et poivre noir au goût
- Fettucine ou nouilles aux œufs, cuites
- Persil frais pour garnir, (facultatif)

### Préparation

- Assaisonner le boeuf de sel et de poivre. Réserver.
- Dans un grand poêlon, chauffer 2 cuillères à soupe d'huile d'olive et faire sauter les champignons et les oignons jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Assaisonner de sel et de poivre. Retirer du poêlon et réserver.
- Chauffer les 2 autres cuillères à soupe d'huile d'olive dans le poêlon. Ajouter le bœuf dans le poêlon et faire brunir. Retirer le bœuf du poêlon et réserver.
- Dans le même poêlon, faire fondre doucement le beurre. Dès que le beurre fond, ajouter lentement la farine en remuant rapidement pour éviter les grumeaux.
- Incorporer le bouillon et la sauce Worcestershire. Gratter tout excédent de farine au fond du poêlon. Laisser mijoter à feu moyen jusqu'à ce que la sauce épaississe légèrement.
- Ajouter le bœuf, les champignons et les oignons dans le poêlon.
- Retirer le poêlon du feu et incorporer la crème sure.
- Servir sur des fettuccines ou des nouilles aux œufs.
- Garnir de persil, si désiré.

Ce plat classique réconfortant est apprécié toute l'année et s'intègre facilement à n'importe quel menu de service alimentaire. L'utilisation de coupes de bœuf de qualité supérieure au lieu du boeuf haché traditionnel permet de créer un stroganoff de qualité restaurant qui plaira à tous les clients.

**Foodbuy**

# Votre **recette** pour un programme vestimentaire réussi

ULTRA-SOUPLES



PERSONNEL DE CUISINE



PERSONNEL DE SERVICE



DURABLE



Avec des produits allant des tabliers aux couvre-chefs en passant par les chemises, les pantalons et les vestes, Chef Works dispose des ingrédients nécessaires pour créer un programme d'uniformes convenant à chaque rôle de votre entreprise.

Découvrez non seulement notre collection complète de vêtements en vogue et fonctionnels dans un vaste éventail de styles et de couleurs, mais aussi notre engagement à habiller votre équipe au bon prix.

1.888.640.2333 CHEFWORKS.CA [marketing@chefworks.ca](mailto:marketing@chefworks.ca)



**Chef Works**

**PARTENAIRE OFFICIEL DE VOS UNIFORMES**

**Foodbuy**



BRODERIE SUR PLACE



TRAITEMENT RAPIDE DES COMMANDES



PRIX EXCLUSIFS POUR LES MEMBRES



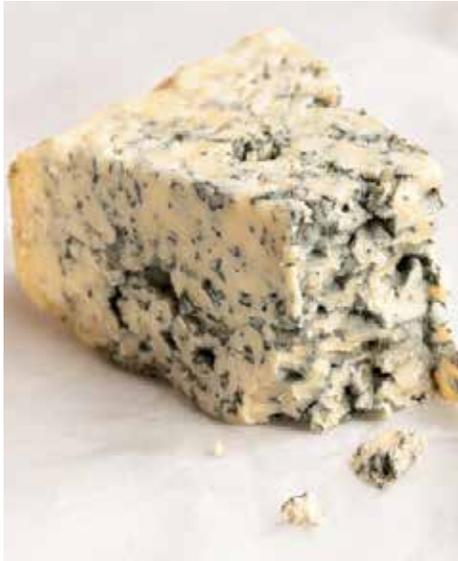
AUCUNE EXIGENCE DE COMMANDE MINIMALE



COMMANDE FACILE EN LIGNE

### Sauce au fromage bleu

- 15 ml (1 c. à soupe) de fromage bleu émietté
  - 125 ml (½ tasse) de sauce Alfredo
- Mélanger la sauce Alfredo avec le fromage bleu ou une combinaison de fromage bleu et de parmesan.



### Sauce aux canneberges

- 125 ml (½ tasse) de canneberges fraîches ou surgelées
  - 60 ml (¼ tasse) d'eau
  - 30 ml (2 c. à soupe) de jus d'orange
  - 30 ml (2 c. à soupe) de cassonade
  - 5 ml (1 c. à thé) de zeste d'orange, râpé
  - 5 ml (1 c. à thé) de cannelle,
- Porter à ébullition. Mélanger, baisser le feu et laisser mijoter. Cuire lentement jusqu'à ce que la sauce épaississe.



### Bol de nouilles arc-en-ciel

#### croustillantes

- 225 g (8 oz) de nouilles soba
- 60 g (2 oz) de carrés de pâte wonton, décongelés
- 250 ml (1 tasse) d'edamame en coquille
- 125 ml (½ tasse) de pois mange-tout
- 4 carottes arc-en-ciel, pelées en rubans
- 30 ml (2 c. à soupe) d'oignons verts, tranchés
- 10 ml (2 c. à thé) d'huile végétale, divisée
- Sel au goût

Préparer les nouilles soba al dente selon les instructions sur l'emballage. Rincer à l'eau froide, égoutter et touiller légèrement dans environ 5 ml (1 c. à thé) d'huile végétale. Trancher les carrés de pâte à wonton en lanières. Dans une petite casserole, porter 5 ml (1 c. à thé) d'huile végétale à environ 175 °C (350 °F). En procédant par lots si nécessaire, faire frire les lanières de wonton jusqu'à ce qu'elles soient dorées et croustillantes, environ 20 à 30 secondes. Retirer soigneusement les lanières de wonton de l'huile à l'aide d'une cuillère à égoutter. Sécher sur un essuie-tout propre et assaisonner de sel, si désiré. Préparer les bols en répartissant d'abord les nouilles soba également entre les quatre bols. Ajouter les lanières de wonton croustillantes et les légumes préparés sur le dessus.

### Moutarde au miel

- 60 ml (¼ tasse) + 30 ml (2 c. à soupe) de moutarde de Dijon
- 30 ml (2 c. à soupe) de miel
- 5 ml (1 c. à thé) d'huile d'olive extra-vierge
- Sel au goût

Mettre tous les ingrédients dans un petit bol. Fouetter ensemble jusqu'à l'obtention d'un mélange uniforme.





#### Sauce Katsu

- 125 ml (½ tasse) de ketchup
- 30 ml (2 c. à soupe) de sauce soya
- 15 ml (1 c. à soupe) de cassonade
- 15 ml (1 c. à soupe) de mirin (vin doux japonais)
- 7 ml (1 ½ c. à thé) de Sauce Worcestershire
- 5 g (1 c. à thé) de gingembre frais râpé
- 2 gousses d'ail, émincées

Combiner tous les ingrédients et bien mélanger. Réfrigérer jusqu'à ce que la sauce soit requise.

#### Sauce miso-teriyaki

- 60 ml (¼ tasse) de sauce soya
- 60 ml (¼ tasse) de pâte de miso
- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile végétale
- 30 ml (2 c. à soupe) de mirin
- 10 ml (2 c. à thé) de gingembre, émincé
- 10 ml (2 c. à thé) d'ail émincé
- 15 ml (1 c. à soupe) de cassonade légère, non tassée
- 15 ml (3 c. à thé) de miel

Mélanger tous les ingrédients dans une petite casserole et faire mijoter doucement à feu moyen. Fouetter la sauce de temps à autre et laisser mijoter pendant 2 minutes avant de la retirer du feu. Réserver pour le service.

#### Sofrito épice

- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive extra-vierge
- 310 ml (1 ¼ tasse) d'oignons, coupés en dés
- 125 ml (½ tasse) de céleri, coupé en dés
- 125 ml (½ tasse) de poivrons rouges, coupés en dés
- 30 ml (2 c. à soupe) de gousses d'ail fraîches, émincées
- 125 ml (½ tasse) de Concentré d'arôme piment poblano grillé sur le feu Minor's® sans gluten
- 250 ml (1 tasse) de haricots noirs, cuits
- 125 ml (½ tasse) de maïs

Ajouter l'huile dans une sauteuse sur un feu moyen-vif. Ajouter les oignons et faire sauter pendant 2 minutes. Ajouter le céleri, les poivrons et l'ail. Faire sauter pendant 3 minutes. Ajouter le concentré, les haricots noirs et le maïs. Faire sauter pendant 3 minutes de plus, en remuant fréquemment. Assaisonner au goût. Réserver et garder au chaud.

#### Riz infusé de tomates

- 10 ml (2 c. à thé) d'huile d'olive extra-vierge
- 250 ml (1 tasse) de riz non cuit
- 5 ml (1 c. à thé) de base de légumes sautés Minor's® sans gluten
- 375 ml (1 ½ tasse) d'eau chaude
- 125 ml (½ tasse) de purée de tomates égouttées (passata)

Ajouter l'huile dans une sauteuse sur un feu moyen-vif. Ajouter le riz, remuer et faire griller pendant 2 minutes. Ajouter la base de légumes, l'eau et la purée de tomates dans la sauteuse. Bien remuer pour combiner le tout et porter à ébullition. Couvrir. Baisser le feu et laisser mijoter à feu doux pendant 16 à 20 minutes. Remuer. Réserver et garder au chaud.



# Foodbuy

