

TABLEAU DES CUISSONS PAR PRODUIT

PRODUITS	CUISSON	
Fondues parmesan	10 min. à 350°F	
Pétoncles panés	7 min. à 400°F	
Escalopes de veau	8 min. à 375°F	
Pommes de terre boulangères	25 min. à 350°F	
Parmentier	25 min. à 350°F	Broil 2 min pour gratiner le fromage
Gratins	25 à 30 min. à 350°F	
Lasagnes	25 min. à 350°F	
Homard gratiné	10 min. à 350°F	
Coquille façon Saint- Jacques	20-25 min. à 425°F	Faire tenir la coquille sur du papier d'aluminium froissé, pour éviter qu'elle se renverse
Pâtés et tourtières (saumon, poulet, agneau)	30 min. à 350°F	
Quiche	20 min. à 350°F	
Poulet rôti	40 min. à 400°F	
Canette rôtie (sous-vide)	30 min. dans l'eau frémissante. Ouvrir le sac, placer dans le four à broil 8 minutes sur la grille du bas.	
Canette rôtie (en barquette)	30 min au four à 375°F	
Frites	10 à 15 min. à 375°F	
Poissons cuits	10 min. à 350°F	
Légumes (sous-vide)	7 min. dans l'eau frémissante	
Légumes (en barquette)	15 min. à 350°F	
Les Braisés (sous-vide)	15 à 20 min. dans l'eau frémissante	

Côtes-levées (sous-vide)	15 à 20 min. dans l'eau frémissante, puis griller sur le BBQ ou au four en badigeonnant de sauce.
Magret de canard (sous-vide)	8 à 10 min. dans l'eau frémissante. Ouvrir le sac, dorer le magret sur le gras, trancher. Réchauffer la sauce et verser sur la viande.
Cuisses de canard confites	Sortir du sac, retirer l'excédent de gras, enfourner à 350°F sur le côté peau 15 à 20 min.
Côte de bœuf	30 min. au four à 150°F, puis saisir dans une poêle très chaude (ou au BBQ) 2 à 3 min. de chaque cotés selon la cuisson désirée.
Selle et carré d'agneau	Dans une poêle à feu vif, commencer sur le gras, bien colorer, retourner la viande, cuire une minute de plus et enfourner à 350°F, 10-12 min puis laisser reposer 5min emballé dans du papier d'aluminium.
Bavettes	Saisir à la poêle ou au grill, des deux côtés selon la cuisson désirée.

Comment réchauffer vos plats cuisinés

Pour les plats vendus dans un contenant d'aluminium :

Les pâtés, les quiches, les lasagnes, les parmentiers et les gratins, nous vous conseillons de suivre les étapes suivantes :

1. Préchauffez votre four à 350° F.
2. Retirer le couvercle de plastique et enfournez la préparation.
3. Référez-vous au tableau ci-haut pour le temps de cuisson.
4. Retirer le mets du four lorsque le dessus est bien coloré. Vous pouvez terminer la cuisson en mode "broil" pour la lasagne et le gratin.
5. Laisser reposer 2 minutes et servir chaud.

Pour les préparations sous vides :

(Sauf pour les cuisses de canard)

Pour les mets sous vides, nous conseillons de procéder comme suit.

Référez-vous au tableau ci-haut pour le temps de cuissons de chaque produit.

1. Conserver le mets dans le sac scellé.
2. Porter une casserole d'eau à ébullition pouvant contenir le sac sous vide.
3. Retirer la casserole du feu.
4. Plonger le sac dans l'eau et le laisser selon le temps de cuisson recommandé pour le produit.
5. Retirer le sac de la casserole et l'ouvrir.
6. Pour les braisés, les blanquettes et les légumes du jour, vous pouvez mélanger les légumes avec les viandes en sauce.

Pour le poulet rôti :

1. Préchauffer le four à 400°F
2. Sortir le poulet du contenant et l'arroser d'un filet d'huile d'olive
3. Mettre le poulet dans une petite rôtissoire, ou un plat profond allant au four.
4. Réchauffer pendant 40 min, arroser 3 fois pendant les 10 dernières minutes.
5. Laisser reposer 5 min et déguster !

Tourte au canard et foie gras :

La tourte se mange très bien froid ou bien tempérée ! Si vous souhaitez le réchauffer, vous pouvez le tempérer 1h puis le mettre au four à 150°F, après l'avoir sorti du sac, pendant 20 min et monter à 350°F pour finir la cuisson entre 10 à 15 min.

Guédille au homard ou crevettes :

Beurrer le pain et le faire dorer légèrement dans la poêle, remplir avec la garniture.

Soupe à l'oignon :

Réchauffer votre soupe dans une casserole à feu moyen à fort et remuer de temps en temps. Lorsqu'elle commence à frémir, la mettre dans des bols qui vont dans le four, rajouter les croûtons et le fromage par-dessus. Enfourner à broil le temps de gratiner.

COOKING INSTRUCTIONS BY PRODUCT

PRODUCTS	Instructions	
Parmesan fondue	10 min. - 350°F	
Fried scallops	7 min. - 400°F	
Veal cutlet	8 min.- 375°F	
Boulangères's potatoes	25 min. - 350°F	
Sheperd's pie	25 min. - 350°F	Broil 2 min at the end.
Gratin	25 à 30 min. - 350°F	
Lasagnas	25 min.- 350°F	
Lobster au gratin	10 min. 350°F	
Saint-Jacques' style coquille	20-25 min. 425°F	Place the coquille on a sheet of crumbled aluminum paper so it doesn't roll in the oven
Fish pie and chicken pie	30 min. - 350°F	
Quiche	20 min. - 350°F	
Roasted chicken	40 min. 400°F	
Roasted duckling (vaccum sealed)	30 min. in simmering water. Open the bag, and place on the lower rack of the oven, broil for 8 minutes.	
Roasted duckling (in plastic tray)	30 min at 375°F.	
French fries	10 à 15 min. - 375°F	
Cooked fish	10 min. 350°F	
Vegetables (vaccum sealed)	7 min. in simmering water	
Vegetables (in aluminum tray)	15 min. - 350°F	
Braised (vaccum sealed)	15 to 20 min. in simmering water	
Ribs (vaccum sealed)	15 à 20 min in simmering water, then pour the sauce and grill them on the BBQ or in the oven.	

Restaurant | Épicerie

beau mont

| SIGNÉ TOUÉ |

Duck magret (vaccum sealed)	8 to 10 min. in simmering water. Open the bag, and heat on the fat. Slice it. Heat the sauce and pour it on the magret.
Duck leg	Remove from the bag, remove excess fat and place in the oven at 350°F on the skin side for 15 to 20 minutes.
Beef ribeye	30 min. in the oven at 150°F, then sear it in a very hot frying pan (or on the BBQ) for 2 to 3 minutes on each side depending on the desired cooking.
Lamb loin	In a high heated frying pan, start on the fat. Once it's nicely browned, turn the meat and cook one more minute. Put it in the oven at 350°F, 10 to 12min then let stand 5 min wrapped in aluminum foil.
Bavettes	Sear in a frying pan or on the grill, on both sides, according to the desired cooking.

How to heat your cooked meals

For meals in aluminum container:

Pies, quiche, lasagnas and gratin, follow these instructions:

- 1 Preheat your oven to 350 °F.
- 2 Remove the plastic top and put the preparation in the oven.
- 3 Refer to the table for the cooking time.
- 4 Remove the dish from the oven when the top is well colored. You can finish cooking in broil mode for lasagna and gratin.
- 5 Let stand 2 minutes and serve hot.

For vaccum packed preparations:

(Except duck legs) We recommend the following procedure. Check the table for the cooking time.

- 1 Keep the dish in the sealed bag.
- 2 Bring a pot of water that can hold the bag to boil.
- 3 Remove the pan from the fire.
- 4 Immerse the bag in the simmering water and leave it for the recommended cooking time for the product.
- 5 Remove the bag from the pot and open it.

- 6 For braised dishes, blanquette and vegetables of the day, you can mix the vegetables with the dish.

For roasted chicken:

- 1 Pre-heat the oven at 400°F.
- 2 Take out the chicken from its container and drizzle a little olive oil over it.
- 3 Place the chicken in a small roasting pan, or a deep ovenproof dish.
- 4 Reheat for 40 minutes, basting 3 times during the last 10 minutes.
- 5 Let stand for 5 minutes and enjoy!

Duck and foie gras pie:

The pie can be eaten cold or temperate! If you wish to reheat it, you can temper it for 1 hour, remove it from the bag, then put it in the oven at 150°F for 20 min and raise it to 350°F to finish cooking for 10 to 15 min.

Lobster or shrimp roll:

Lightly toast the buttered bread in a pan and garnish with the mix.

Onion soup:

Reheat your soup in a saucepan over medium to high heat and stir occasionally. When it starts to simmer, put it in ovenproof bowls, add the croutons and cheese on top. Put it in the oven to broil until the cheese gratinated.