

## SERVICE DE PORTAGE DES REPAS A DOMICILE

# GUIDE PRATIQUE POUR REMISE EN TEMPERATURE

### COMMENT FAIRE POUR RECHAUFFER VOS PLATS ?

Voici quelques conseils pour réchauffer vos plats tout en conservant la qualité des produits.

**ATTENTION** : Il s'agit de réchauffer les plats et non de les cuire à nouveau

#### AU FOUR A MICRO-ONDES



**Ce mode de réchauffage est à privilégier car il est très rapide et il évite le dessèchement des aliments.**

Enlever totalement le film plastique qui recouvre la barquette

Pour les féculents, nous vous conseillons d'ajouter une cuillère à soupe d'eau afin de réhydrater le produit.

Disposer la barquette dans le four à micro-ondes et faire réchauffer selon le tableau suivant :

PUISSANCE DU FOUR A MICRO-ONDES	TEMPS DE RECHAUFFAGE
de 500 à 600 W	3 à 4 minutes
de 600 à 700 W	3 minutes
de 800 et plus	1,30 minute

**Nota** : pour connaître la puissance restituée de votre four à micro-ondes, vous pouvez vous reporter à la notice d'utilisation de votre appareil ou regarder au dos de celui-ci.

#### A LA POËLE OU A LA CASSEROLE



**Attention, le réchauffage doit être fait à feu très doux (à très basse température).**

Vider la barquette dans une poêle ou une casserole.

Recouvrir la poêle ou la casserole avec un couvercle adapté.

Remuer régulièrement. Laisser chauffer quelques minutes à peine.

#### AU BAIN MARIE



Plonger la barquette dans l'eau frémissante (85°) sans retirer le film plastique

Laisser chauffer pendant 20 à 30 minutes.

#### AU FOUR CLASSIQUE



**Attention à ne pas mettre les barquettes directement au four**

Vider la barquette dans un plat adapté à votre four

Recouvrir d'un papier aluminium et mettre au four.

Laisser chauffer pendant 30 à 45 minutes à 160°C.

