

# Légumes surgelés préblanchis

TECHNIQUES · INTÉGRATION DIRECTE · DLC &amp; ACCEPTABILITÉ

## PRODUITS

Petit pois, maïs, edamame

## STATUT INDUSTRIEL

Préblanchis

## OPTION A — UTILISATION DIRECTE (PRÉPARATIONS FROIDES)

- 1 Rincer à l'eau tiède 5-10 min.
- 2 Égoutter soigneusement.
- 3 Intégrer directement en salade, poké ou garniture froide sans autre cuisson.

## OPTION B — PRÉPARATION COURTE (RECOMMANDÉE · DLC ALLONGÉE)

- 1 Chauffer une poêle à feu moyen-vif avec un filet d'huile végétale.
- 2 Ajouter les légumes surgelés ou rincés. Cuire 2-3 min en remuant.
- 3 Légère coloration = meilleure acceptabilité sensorielle et profil aromatique amélioré.
- 4 Refroidir rapidement si destinés à une préparation froide. Conservation : 3-4 jours une fois préparés.

**Recommandation :** L'option B est recommandée pour les barras salade à fort roulement — la préparation courte allonge la durée de vie une fois l'ingrédient intégré dans la préparation et améliore l'acceptabilité auprès de la clientèle.