

Fiche technique de fabrication N° :2330

Timbale de sole et st jacques

Poissons : Sole

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Garniture						
Beurre	kg	0,025				
Riz long	kg	0,200				
Sel fin	Pm	Pm				
Safran	Pm	Pm				
Poivre blanc	kg	0,003				
Oignons	kg	0,025				
2	kg	0,500				
Base						
Sel fin	Pm	Pm				
Poivre blanc	kg	0,003				
Noix de St Jacques fraiches	kg	0,100				
filet de saumon sans peau	kg	0,100				
filets soles	kg	0,500				
Sauce						
Beurre	kg	0,125				
Sel fin	Pm	Pm				
Pulco citron	Bouteill	0,00				
Œufs	Pièce	2				
Décors						
Ciboulette	Botte	0,1				
Tomates cerise	kg	0,063				

Valeur alimentaire /U	285	K/cal	1192	Kjoule	Gr protéine/ U	0	Gr Lipide/ U	31	Gr Glucide/ U	1
PR total	9,20 €	PR unitaire	2,30 €	Coef	1	PVHT Total	9,20 €	PV U HT	2,30 €	

Fiche technique de fabrication N° : 790

SELLE D'AGNEAU ROTIE

Viandes de boucherie : Agneau

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S	
Base							
Thym	Pm	Pm	1	BASE - Habiller la selle	20 '		
Beurre	kg	0,020	2		- Ficeler	05 '	
Selle d'agneau	kg	1,200	3		- Rôtir	05 '	
Huile de tournesol	L	0,02		JUS - Réaliser un jus en fin de cuisson			
Poivre du moulin	pm	Pm	4		05 '		
Sel fin	Pm	Pm					
laurier sec	Pm	Pm	5	DRESSAGE - Selle sur plat ovale, lustrer - Cresson en décor et saucière de jus à part	05 '		
			6		10 '		
Jus de rôti							
Thym	Pm	Pm		Estimation de temps	0h50		
Poivre du moulin	pm	Pm					
Sel fin	Pm	Pm					
laurier sec	Pm	Pm					
Eau	L	0,20					
Finition							
Beurre	kg	0,020					
Cresson botte	Pièce	0,3					

Valeur alimentaire /U	401	K/cal	1677	Kjoule	Gr protéine/ U	22	Gr Lipide/ U	35	Gr Glucide/ U	0
PR total	1,12 €	PR unitaire	0,28 €	Coef	1,3	PVHT Total	1,46 €	PV U HT	0,36 €	

Fiche technique de fabrication N° :337

POMMES COCOTTE

Garnitures : Pommes de terre

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Base				BASE		
Pommes de terre B.F.15	kg	1,200	1	- Eplucher les pommes de terre	10 '	
Huile de tournesol	L	0,10	2	- Tourner en cocotte	20 '	
Sel fin 0,5	kg	0,005	3	- Blanchir et rissoler	10 '	
			4	- Finir au four et assaisonner	10 '	
Finition				Estimation de temps	0h50	
Beurre	kg	0,050				

Valeur alimentaire /U	495	K/cal	2072	Kjoule	Gr protéine/ U	3	Gr Lipide/ U	36	Gr Glucide/ U	41
PR total	1,06 €	PR unitaire	0,26 €	Coef	1,3	PVHT Total	1,37 €	PV U HT	0,34 €	

Fiche technique de fabrication N° :2514

Pithiviers aux pistaches

Desserts : Pâte feuilletée

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
pate			101	crème amande pistache		
Feuilletage surgelé	kg	0,300		- Crémier beurre + sucre - ajouter œufs + pate pistache - terminer avec poudre amande et rhum	10 '	
crème pistache			102	détailler feuilletage		
Beurre	kg	0,040		- Détailler deux disques de feuilletage dont un de diamètre supérieur	10 '	
Sucre semoule	kg	0,050	103	garnir pithiviers		
Rhum	Bouteill	0,01		- dorer abaisse inférieure et garnir d'un dôme régulier de crème - recouvrir en soudant de l'abaisse supérieure	10 '	
Pistaches	kg	0,020	104	terminer montage		
Œufs	Pièce	1		- dorer - inciser en demi cercles - prévoir petite cheminée au centre pour évacuer la vapeur	05 '	
Amandes poudre grise 5kg	kg	0,040	105	cuire le pithiviers		
 finition				- cuire à 200°C puis 180 - glacer au sucre glace en fin de cuisson ou au sirop à 30 ° -	05 '	30 '
Sucre glace	kg	0,010	106	dresser le pithiviers		
Œufs	Pièce	1		- sur plat dentelle	05 '	
Estimation de temps					0h45	0h30

Valeur alimentaire /U	419	K/cal	1754	Kjoule	Gr protéine/ U	5	Gr Lipide/ U	32	Gr Glucide/ U	27
PR total	2,27 €	PR unitaire	0,57 €	Coef	1	PVHT Total	2,27 €	PV U HT	0,57 €	

Fiche technique de fabrication N° : 1976

Charlotte d'endives

Garnitures : Garnitures simples

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Base						
Beurre	kg	0,040		<p>Base</p> <ul style="list-style-type: none"> - effeuiller la moitié des endives et émincer l'autre moitié - faire suer les endives émincées au beurre et assaisonner d'ail haché - Blanchir rapidement les feuilles et les rafraichir <p>Montage</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chemiser des ramequins avec les feuilles d'endives blanchies et garnir avec les endives émincées, rabattre les feuilles. - cuire à four doux 15 minutes <p>Dressage</p> <ul style="list-style-type: none"> - démouler sur papier absorbant et déposer sur plat ou assiette 		
Sel fin	Pm	Pm				
Endives	kg	0,800				
Ail	kg	0,008				
Poivre blanc	kg	0,002				
Persil kilo	kg	0,020				
				Estimation de temps		

Valeur alimentaire /U	75	K/cal	314	Kjoule	Gr protéine/ U	0	Gr Lipide/ U	8	Gr Glucide/ U	0
PR total	1,55 €	PR unitaire	0,39 €	Coef	1	PVHT Total	1,55 €	PV U HT	0,39 €	