

Fiche technique de fabrication N° : 2309

Suprême de pintade aux morilles

Volailles : Pintade

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Base						
Beurre	kg	0,050	1	BASE - Parer les suprême de pintade	10 '	
Huile de tournesol	L	0,03				
Farine t45	kg	0,050	2	CUISSON ET SAUCE - Réhydrater les morilles, et emincer		15 '
Suprême de pintade surgelé	kg	0,950	3	- Ciseler les échalotes	05 '	
			4	- Marquer en cuisson un sauté déglacé	15 '	
			5	- Réaliser la sauce	15 '	
Sauce						
Echalotes	kg	0,050				
Beurre	kg	0,015				
Vin blanc	Bouteill	0,05	6	DRESSAGE - Poulet sur plat rond, nappés de sauce, estragon et cerfeuil haché en décor	10 '	
Cognac	Bouteill	0,03				
Morilles seches	kg	0,025				
Fond brun lié 750 g	Boîte	0,25				
Finition						
Cerfeuil	Botte	0,0				
Estragon	Botte	0,0				
Beurre	kg	0,025				
Décors						
Persil plat kilo	kg	0,003				
				Estimation de temps	0h55	0h15

Valeur alimentaire /U	300	K/cal	1257	Kjoule	Gr protéine/ U	2	Gr Lipide/ U	28	Gr Glucide/ U	19
PR total	17,44 €	PR unitaire	4,36 €	Coef	1,3	PVHT Total	22,67 €	PV U HT	5,67 €	

Fiche technique de fabrication N° :1147

Profiteroles au chocolat

Desserts : Assiettes composées

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Pâte à choux				PATE A CHOUX		
Beurre	kg	0,050		- Réaliser	15 '	
Œufs (entiers)	Pièce	3		- Coucher (4 petites pièces par personne)	10 '	
Sel fin	Pm	Pm		- Cuire		30 '
Farine t45	kg	0,075		SAUCE CHOCOLAT		
Eau	L	0,13		- Réaliser, réserver au chaud	10 '	
Garniture				DRESSAGE		
Glace vanille	L	0,15		- Garnir les choux de glace vanille, napper de sauce chocolat	15 '	
Sauce chocolat				- Dresser sur assiette nappée de sauce chocolat	05 '	
Beurre	kg	0,010		- Décorer l'assiette avec un marbrage		
Couverture noire	kg	0,075				
Crème liquide UHT	L	0,10				
				Estimation de temps	0h55	0h30

Valeur alimentaire /U	379	K/cal	1587	Kjoule	Gr protéine/ U	9	Gr Lipide/ U	23	Gr Glucide/ U	35
PR total	2,02 €	PR unitaire	0,51 €	Coef	1,3	PVHT Total	2,63 €	PV U HT	0,66 €	

Fiche technique de fabrication N° :224

Pommes noisettes

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	1,500	1	- Eplucher et laver les pommes de terre	10'	
Huile de tournesol	L	0,04	2	- Lever à la cuillère parisienne	10'	
			3	- Rissoler	10'	
Finition				FINITION		
Beurre	kg	0,020	4	- Passer au beurre frais		
Sel fin	Pm	Pm	5	- Saupoudrer de persil haché		
Persil plat kilo	kg	0,010				
				Estimation de temps	0h30	

Valeur alimentaire /U	348	K/cal	1456	Kjoule	Gr protéine/ U	3	Gr Lipide/ U	14	Gr Glucide/ U	51
PR total	0,82 €	PR unitaire	0,21 €	Coef	1,3	PVHT Total	1,07 €	PV U HT	0,27 €	

Fiche technique de fabrication N° : 1560

Embeurrée de choux

Garnitures : Garnitures simples

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Base				Base		
Beurre	kg	0,200		- Laver les feuilles de choux	05 '	
Poitrine fumée	kg	0,200		- Tailler les feuilles en lanières de 1cm de large	10 '	
Poivre du moulin	pm	Pm		- Tailler la poitrine en lardons	10 '	
Sel fin	Pm	Pm		Cuisson		30 '
Choux vert	kg	1,000		- Faire fondre le beurre dans un rondau, faire suer les lardons et ajouter progressivement les lanières de choux et laisser compoter.		
				- Surveiller la cuisson, le choux doit être moelleux avec un bon gout de beurre.	05 '	
				Estimation de temps	0h30	0h30

Valeur alimentaire /U	537	K/cal	2248	Kjoule	Gr protéine/ U	9	Gr Lipide/ U	52	Gr Glucide/ U	1
PR total	5,84 €	PR unitaire	1,46 €	Coef	1,3	PVHT Total	7,59 €	PV U HT	1,90 €	

Fiche technique de fabrication N° : 1065

Assiette de foie gras

Hors d'œuvre froids : 1

Quantité **4** Couvert(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Foie Gras				Base - trancher le foie gras à l'aide d'un couteau fin tremper dans de l'eau tiède (50gr par médaillon) - Dresser et ajouter les éléments de décors		
Poivre du moulin	pm	Pm				
Foie gras conserve	kg	0,160				
Fleur de sel	kg	0,080				
Décor				Estimation de temps		
Ciboulette	Botte	0,1				
Tomates cerise	kg	0,100				
Persil plat kilo	kg	0,040				

Valeur alimentaire /U	5	K/cal	22	Kjoule	Gr protéine/ U	0	Gr Lipide/ U	0	Gr Glucide/ U	1
PR total	8,27 €	PR unitaire	2,07 €	Coef	1,3	PVHT Total	10,76 €	PV U HT	2,69 €	