

Fiche technique de fabrication N° :2447

Papillote de saumon au beurre blanc

Poissons : Saumon

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Décors				Base - Désarêter et escaloper le filet de saumon - Éplucher, laver et tailler les carottes et les champignons en julienne - Ciseler les échalotes Montage - Réaliser les papillotes en papier sulfurisé et y mettre une escalope de saumon assaisonnée avec la julienne de légumes et un filet d'huile d'olive. Bien refermer les papillotes - Cuire à four chaud 180°C, envoyer dès la sortie du four Sauce - Réaliser un beurre blanc Dressage - Envoyer les papillotes sur plat ou à l'assiette, beurre blanc en saucière.		
Aneth	Botte	0,3			05 '	
Citrons	kg	0,050			10 '	
Base						
Beurre	kg	0,050			10 '	
Sel fin	Pm	Pm				
Poivre blanc	kg	0,003				
filet de saumon sans peau	kg	0,600			10 '	
Garniture						
Carottes	kg	0,050				
Champignons de paris	kg	0,050				
Echalotes	kg	0,050				
Poireaux	kg	0,050				
Sauce						
Echalotes	kg	0,050				
Beurre	kg	0,125				
Estimation de temps				0h45	0h10	

Valeur alimentaire /U	345	K/cal	1443	Kjoule	Gr protéine/ U	1	Gr Lipide/ U	36	Gr Glucide/ U	4
PR total	11,44 €	PR unitaire	2,86 €	Coef	1	PVHT Total	11,44 €	PV U HT	2,86 €	

Fiche technique de fabrication N° :397

FLAN D'EPINARDS

Garnitures : Garnitures simples

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Base				BASE		
Gros sel	kg	0,000	1	- Etuverr les épinards au beurre	10 '	
Epinards surgelés	kg	0,480	2	- Rafrâchir, égoutter, presser	10 '	
Appareil				APPAREIL À FLAN		
Œufs (entiers)	Pièce	1	3	- Réaliser un appareil à flan salé	10 '	
Sel fin	Pm	Pm				
Œufs (jaunes)	Pièce	1	4	CUISSON	05 '	
Piment de Cayenne	Pm	Pm	5	- Beurrer les moules	10 '	
Lait 1/2 écrémé	L	0,10	6	- Hacher les épinards si nécessaire et les mélanger à l'appareil à flan	10 '	
Crème liquide UHT	L	0,10	7	- Remplir les moules avec ce mélange	10 '	
				- Cuire au bain-marie		30 '
Cuisson				DRESSAGE		
Beurre	kg	0,020	8	- Démouler sur plat ou sur assiette	10 '	
				Estimation de temps	1h05	0h30

Valeur alimentaire /U	75	K/cal	313	Kjoule	Gr protéine/ U	3	Gr Lipide/ U	7	Gr Glucide/ U	1
PR total	1,33 €	PR unitaire	0,33 €	Coef	1,3	PVHT Total	1,73 €	PV U HT	0,43 €	

Fiche technique de fabrication N° : 1110

ENTREMET ALADIN

Desserts : Biscuits

Quantité **4** Pièce(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
mousse				<p>BASE</p> <ul style="list-style-type: none"> - réaliser un biscuit Joconde . <p>PATE A CIGARETTES</p> <ul style="list-style-type: none"> - mettre le beurre en pommade - ajouter le sucre glace - ajouter les blanc d'oeufs (non montés) et la farine, colorer avec le cacao ou autre colorant . <p>DRESSAGE ET CUISSON</p> <ul style="list-style-type: none"> - sur une feuille silpat ou de papier sulfurisé non beurré , faire le décor avec la pâte à cigarette - passer au congélateur pour durcir la pâte - étaler l'appareil à biscuit sur le décor - cuire four 200°. - tailler des bandes de biscuit de la moitié de la hauteur des cercles de montage, imbiber . - chemiser les cercles et disposer sur une plaque allant au congélateur <p>MOUSSE</p> <ul style="list-style-type: none"> - cuire le sucre à 121° - fouetter les œufs verser le sucre cuit dessus, diluer la gelée avec un peu de sirop et faire ramollir au micro ondes ou au bain marie verser sur les œufs chaud - fouetter jusqu'à refroidissement <p>APPAREIL B</p> <ul style="list-style-type: none"> - faire fondre le beurre ainsi que la couverture - mélanger les 2 ajouter le cacao - monter la crème ajouter la crème à la couverture <p>FINITION</p> <ul style="list-style-type: none"> - mélanger les deux appareils - mouler dans cercle de montage en intercalant le biscuit imbibé <p>OBSERVATIONS</p> <ul style="list-style-type: none"> - une cercle de montage de cm de diamètre correspond à 10 portions 		
Beurre	kg	0,030				
Œufs (entiers)	Pièce	2				
Cacao en poudre	kg	0,012				
Couverture noire	kg	0,098				
Sucre semoule	kg	0,060				
Gelée en poudre	kg	0,008				
Crème liquide UHT	L	0,15				
Biscuit						
Beurre	kg	0,003				
Œufs (entiers)	Pièce	1				
Amandes poudre	kg	0,018				
Sucre glace	kg	0,018				
Farine t45	kg	0,005				
Œufs (blancs)	Pièce	1				
pate à cigarette						
Beurre	kg	0,004				
Cacao en poudre	kg	0,003				
Sucre glace	kg	0,008				
Farine t45	kg	0,005				
Œufs (blancs)	Pièce	0,2				
sirop punchage						
Sucre semoule	kg	0,040				
Eau	L	0,04				
Estimation de temps						

Valeur alimentaire /U	313	K/cal	1309	Kjoule	Gr protéine/ U	11	Gr Lipide/ U	22	Gr Glucide/ U	21
PR total	2,30 €	PR unitaire	0,58 €	Coef	1,3	PVHT Total	2,99 €	PV U HT	0,75 €	

Fiche technique de fabrication N° :387

Avocat aux crevettes

Hors d'œuvre froids : Fruits de mer

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S	
Base							
Avocats pièce	Pièce	2	1	- Décortiquer les crevettes	45 '		
Crevettes roses décortiquées	Kg	0,200	2		- Ouvrir les avocats en ceux et retirer le noyau	10 '	
Citrons	kg	0,040					
Sauce cocktail							
Poivre du moulin	pm	Pm	3	- Réaliser la sauce mayonnaise et l'aromatiser pour faire la sauce cocktail	15 '		
Sauce anglaise	Bouteill	0,00					
Sel fin	Pm	Pm					
Cognac	Bouteill	0,01	4	- Mélanger les crevettes et la sauce cocktail, remplir les demi avocats	05 '		
Mayonnaise	kg	0,120	5				
Ketchup (flacon)	Flacon	0,01		- Poser sur assiette, décor avec tomate en quartier, crevette non décortiquée, laitue ciselée, persil en branche, cerfeuil et olives noires	10 '		
Décor							
Tomates garniture	kg	0,080		Estimation de temps	1h25		
Cerfeuil	Botte	0,2					
Olives noires dénoyautées	kg	0,040					
Persil plat kilo	kg	0,010					

Valeur alimentaire /U	291	K/cal	1220	Kjoule	Gr protéine/ U	13	Gr Lipide/ U	25	Gr Glucide/ U	1
PR total	5,35 €	PR unitaire	1,34 €	Coef	1,3	PVHT Total	6,96 €	PV U HT	1,74 €	