

Fiche technique de fabrication N° : 886

POMMES PERSILLEES

Garnitures : Pommes de terre

Quantité **4** Couvert(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Base				BASE - Eplucher et tourner les pommes de terre. CUISSON - Cuire à l'anglaise. FINITION - Egoutter, arroser de beurre fondu, saupoudrer de persil haché. DRESSAGE - Dresser en légumier.	30 '	20 '
Pommes de terre B.F.15	kg	1,000				
Gros sel	kg	0,005				
Finition						
Beurre	kg	0,050			05 '	
Persil frisé kilo	kg	0,020				
				Estimation de temps	0h40	0h20

Valeur alimentaire /U	241	K/cal	1010	Kjoule	Gr protéine/ U	2	Gr Lipide/ U	11	Gr Glucide/ U	34
PR total	1,63 €	PR unitaire	0,41 €	Coef	1,3	PVHT Total	2,12 €	PV U HT	0,53 €	

Fiche technique de fabrication N° : 155

Longe de porc poêlée

Volailles : 1

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Base						
Huile de tournesol	L	0,04	1	BASE - Parer, dénervé, ficeler la longe de porc	20'	
Longe de porc	kg	1,000				
Garnit. aromat.			2	GARNITURE AROMATIQUE - Eplucher, laver et émincer les légumes	10'	
Carottes	kg	0,080				
Tomates garniture	kg	0,040	3	CUISSON - Marquer en cuisson la longe poêlée	10'	
Bouquet garni	Pièce	0,4	4	- Cuire		
Oignons	kg	0,080				
Sauce			5	FINITION ET SAUCE - Réaliser le fond de poêlage	10'	
Vin blanc	Bouteill	0,08	6	- Glacer sur la porte du four	10'	
Fond brun lié 750 g	Boîte	0,02				
			7	DRESSAGE - Sur plat ovale, napper de fond de poêlage	10'	
			8	- Saucière de fond à part	05'	
				Estimation de temps	1h15	

Valeur alimentaire /U 825 K/cal 3454 Kjoule Gr protéine/ U 54 Gr Lipide/ U 66 Gr Glucide/ U 1

PR total 6,68 € PR unitaire 1,67 € Coef 1,3 PVHT Total 8,69 € PV U HT 2,17 €

Fiche technique de fabrication N° : 1287

GATEAU AU FROMAGE BLANC

Desserts : 1

Quantité **8** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Base						
Beurre	kg	0,027		BASE - Clarifier les œufs - blanchir les jaunes avec le sucre, ajouter le fromage blanc - ajouter la crème avec la maïzena délayée avec un peu de jus de citron - monter les blancs en neige et incorporer à l'appareil délicatement - mouler dans un moule chemiser CUISSON - cuire au four 150 c° DRESSAGE - Démoulez après refroidissement et saupoudrez de sucre glace. - Servir avec la crème anglaise en saucière		
Œufs (entiers)	Pièce	5				
Sucre glace	kg	0,067				
Vanille liquide	L	0,00				
Fromage blanc	kg	0,667				
Sucre poudre	kg	0,200				
Maïzena	kg	0,067				
Crème liquide UHT	L	0,27				
				Estimation de temps		

Valeur alimentaire /U	216	K/cal	903	Kjoule	Gr protéine/ U	5	Gr Lipide/ U	6	Gr Glucide/ U	29
PR total	3,56 €	PR unitaire	0,45 €	Coef	1,3	PVHT Total	4,63 €	PV U HT	0,58 €	

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						
Beurre	kg	0,200				
Poitrine fumée	kg	0,200				
Poivre du moulin	pm	Pm				
Sel fin	Pm	Pm				
choux vert frisé	kg	1,000				

Valeur alimentaire /U	537	K/cal	2248	Kjoule	Gr protéine/ U	9	Gr Lipide/ U	52	Gr Glucide/ U	1
PR total	5,45 €	PR unitaire	1,36 €	Coef	1,3	PVHT Total	7,08 €	PV U HT	1,77 €	

Fiche technique de fabrication N° :82

Crème anglaise

Desserts : 1

Quantité **0,5** Litre(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Base				BASE		
Sucre semoule	kg	0,100	1	- Clarifier les oeufs	05'	
Vanille liquide	L	0,01	2	- Blanchir les jaunes et le sucre	10'	
Œufs (jaunes)	Pièce	4	3	- Ajouter le lait bouillant	02'	
Lait 1/2 écrémé	L	0,50	4	- Recuire à la nappe et débarrasser aussitôt	05'	
			5	- Refroidir en cellule	15'	
			6	- Parfumer	03'	
				Estimation de temps	0h40	

Valeur alimentaire /U	890	K/cal	3725	Kjoule	Gr protéine/ U	52	Gr Lipide/ U	56	Gr Glucide/ U	45
PR total	0,91 €	PR unitaire	1,82 €	Coef	1,3	PVHT Total	1,18 €	PV U HT	2,36 €	