

# Fiche technique de fabrication N° :1152

## PILAF DE FRUITS DE MER

Coquillages et crustacés : 1

Quantité **4** Couvert(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
<b>Finition</b>						
Cerfeuil	Botte	0,1		<b>GARNITURE AROMATIQUES</b> - Préparer échalotes, carottes, oignons, b.garnis, tomates <b>FUMET DE POISSON</b> - Réaliser, réserver <b>GARNITURES</b> - St JACQUES : ouvrir, laver, escaloper, pocher avec eau, vin blanc, b.garni, réserver dans la cuisson - MOULES : gratter, laver, cuire "marinière", décortiquer, réserver dans la cuisson décantée - CREVETTES : décortiquer, réserver - LANGOUSTINES : pocher, égoutter, décortiquer la moitié des pièces - CHAMPIGNONS : escaloper, cuire dans un blanc <b>SAUCE AMERICAINE</b> - Réaliser, réserver <b>RIZ PILAF</b> - Marquer en cuisson, réserver <b>FINITION SAUCE</b> - Ajouter la cuisson des moules, coquilles, champignons, réduire, lier avec un roux, crémer, vérifier, passer, réserver <b>FINITION GARNITURE</b> - Faire étuver les garnitures au beurre. Ajouter les 3/4 de la sauce, réserver <b>DRESSAGE</b> - Riz en couronne (moule à savarin) garniture au centre, cordon de sauce autour du riz, langoustines troussées en bord de plat - Possibilité de dresser sur assiette	10 '	
Estragon	Botte	0,1			05 '	30 '
Beurre	kg	0,030			05 '	
Poivre du moulin	pm	Pm			15 '	05 '
Sel fin	Pm	Pm			05 '	10 '
Crème épaisse	L	0,10			05 '	10 '
<b>Base</b>						
Champignons de paris	kg	0,120				
Echalotes	kg	0,040				
Bouquet garni	Pièce	1				
Beurre	kg	0,040				
Moules de bouchot	kg	0,500				
Poivre du moulin	pm	Pm				
Sel fin	Pm	Pm				
Gros sel	kg	0,005				
Vinaigre blanc	Bouteill	0,01				
Vin blanc	Bouteill	0,20				
Crevettes bouquet	kg	16,000				
Arêtes pour fumet	kg	0,200				
Langoustines fraîches	kg	8,000				
Persil plat kilo	kg	0,010				
Coquille St-Jacques surgelées	kg	4,000				
Citrons	kg	0,500				
<b>Sauce Américaine</b>						
Carottes	kg	0,040				
Echalotes	kg	0,020				
Tomates garniture	kg	0,200				
Estragon	Botte	0,1				
Bouquet garni	Pièce	1				
Beurre	kg	0,030				
Etrilles	kg	0,400				
Huile de tournesol	L	0,01				
Poivre du moulin	pm	Pm				
Sel fin	Pm	Pm				
Farine t45	kg	0,020				
Vin blanc	Bouteill	0,01				
				Estimation de temps	1h05	1h35

Cognac	Bouteill	0,00
Arêtes pour fumet	kg	0,200
Ail	kg	0,005
Concentré de tomates 4/4	Boîte	0,02
Oignons	kg	0,040

### Riz Pilaf

Bouquet garni	Pièce	1
Beurre	kg	0,020
Riz long	kg	0,200
Sel fin	Pm	Pm
Oignons	kg	0,080

Valeur alimentaire /U	2857	K/cal	11957	Kjoule	Gr protéine/ U	506	Gr Lipide/ U	81	Gr Glucide/ U	14
-----------------------	------	-------	-------	--------	----------------	-----	--------------	----	---------------	----

PR total	396,17 €	PR unitaire	99,04 €	Coef	1,3	PVHT Total	515,02 €	PV U HT	128,76 €
----------	----------	-------------	---------	------	-----	------------	----------	---------	----------

# Fiche technique de fabrication N° :558

## Mille feuilles en bande

Desserts : Pâte feuilletée

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
<b>Pâte feuilletée</b>						
Margarine feuilletage	kg	0,150	1	<b>BASE</b> - Réaliser un feuilletage à 6 tours - Pour un mille feuilles de 8 personnes, abaisser 1 plaque de feuilletage d'environ 50 cm de long sur 40 de large - Cuire après repos	30 '	00 '
Sel fin	Pm	Pm	2		20 '	
Farine t45	kg	0,200	3			
Eau	L	0,10				
<b>Crème pâtissière</b>						
Sucre semoule	kg	0,063	4	<b>PATISSIERE</b> - Confectionner une crème pâtissière	15 '	
Vanille liquide	L	0,00				
Farine t45	kg	0,300	5	<b>MONTAGE</b> - Découper délicatement la plaque de feuilletage cuit en 3 bandes de 12 cm de large sur 50 de long	02 '	
Cointreau	Bouteill	0,01				
Œufs (jaunes)	Pièce	2	6	- Masquer la première bande avec la pâtissière	05 '	
Lait 1/2 écrémé	L	0,25				
<b>Finition</b>						
Couverture noire	kg	0,025	7	- Recouvrir avec une seconde bande de feuilletage, la masquer également de pâtissière	02 '	
Sucre glace	kg	0,050	8	- Recouvrir avec la dernière bande retournée	05 '	
			9	- Parer légèrement si nécessaire	01 '	
			10	- Glacer au Sucre glace	05 '	
			11	<b>DRESSAGE</b> - Sur plateau rectangulaire avec papier dentelle	05 '	
Estimation de temps					1h30	1h00

Valeur alimentaire /U	825	K/cal	3453	Kjoule	Gr protéine/ U	16	Gr Lipide/ U	38	Gr Glucide/ U	105
PR total	2,10 €	PR unitaire	0,53 €	Coef	1,3	PVHT Total	2,73 €	PV U HT	0,68 €	

# Fiche technique de fabrication N° :2374

## Croustillant de camembert et gelée de groseille

Entrées chaudes : Divers

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
<b>Décors</b>						
Ciboulette	Botte	0,1		<b>Base</b> - Détailler les camembert en 6 portions et enrouler chacunes d'elles dans un triangle de feuille de brick, préalablement beurré  - Trier et laver la salade - Ciseler la ciboulette  <b>Sauce</b> - Réaliser une sauce vinaigrette  <b>Cuisson</b> - Plaquer les croustillants de camembert et les cuire à four chaud jusqu'à coloration.  <b>Dressage</b> - Disposer la salade assaisonnée au fond des assiettes, déposer par-dessus un croustillant et terminer avec la gelée de groseille et la ciboulette	10 '	
Tomates cerise	kg	0,033			10 ' 05 '	
Gelée de groseilles	Bocal	0,03				
<b>Base</b>						
Camembert ordinaire	Pièce	1			05 '	
Feuilles de brick	Pièce	2				05 '
<b>Garniture</b>						
Salade de mesclun	kg	0,200				
<b>Sauce</b>						
Huile d'olives	L	0,13			10 '	
Sel fin	Pm	Pm				
Vinaigre balsamique	L	0,07				
				Estimation de temps	0h40	0h05

Valeur alimentaire /U    919    K/cal    3848    Kjoule    Gr protéine/ U    29    Gr Lipide/ U    88    Gr Glucide/ U    1

PR total    2,31 €    PR unitaire    0,58 €    Coef    1    PVHT Total    2,31 €    PV U HT    0,58 €

# Fiche technique de fabrication N° :33

## Brocolis au beurre

Garnitures : Garnitures simples

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
<b>Base</b>				<b>BASE</b>		
Gros sel	kg	0,002	<b>1</b>	- Nettoyer, laver	10 '	
Brocolis surgelés	kg	0,800	<b>2</b>	- Cuire à l'Anglaise		15 '
			<b>3</b>	- Étuver au beurre	05 '	
			<b>4</b>	- Dresser en bouquets	05 '	
<b>Finition</b>						
Beurre	kg	0,040				
Sel fin	Pm	Pm				
				Estimation de temps	0h20	0h15

Valeur alimentaire /U	75	K/cal	314	Kjoule	Gr protéine/ U	0	Gr Lipide/ U	8	Gr Glucide/ U	0
PR total	1,16 €	PR unitaire	0,29 €	Coef	1,3	PVHT Total	1,51 €	PV U HT	0,38 €	