

Fiche technique de fabrication N° : 2309

Suprême de pintade aux morilles

Volailles : Pintade

Quantité **4** Part(s)

| Denrées | U | Quantité | Prix /U | Total | N° de phase | Phases techniques | R | S | |
|----------------------------|---------|----------|----------|---------|---------------------|---|--|---|------|
| Base | | | | | 1 | BASE - Parer les suprême de pintade | 10 ' | | |
| Beurre | kg | 0,050 | 9,00 € | 0,45 € | | 2 3 4 5 | CUISSON ET SAUCE - Réhydrater les morilles, et emincer | | 15 ' |
| Huile de tournesol | L | 0,03 | 1,49 € | 0,04 € | | | - Ciseler les échalotes | 05 ' | |
| Farine t45 | kg | 0,050 | 0,99 € | 0,05 € | | | - Marquer en cuisson un sauté déglacé | 15 ' | |
| Suprême de pintade surgelé | kg | 0,950 | 1,46 € | 1,39 € | | | - Réaliser la sauce | 15 ' | |
| Sauce | | | | | | | 6 | DRESSAGE - Poulet sur plat rond, nappés de sauce, estragon et cerfeuil haché en décor | 10 ' |
| Echalotes | kg | 0,050 | 1,49 € | 0,07 € | Estimation de temps | | | 0h55 | 0h15 |
| Beurre | kg | 0,015 | 9,00 € | 0,14 € | | | | | |
| Vin blanc | outeill | 0,05 | 1,89 € | 0,09 € | | | | | |
| Cognac | outeill | 0,03 | 15,76 € | 0,39 € | | | | | |
| Morilles seches | kg | 0,025 | 447,11 € | 11,18 € | | | | | |
| Fond brun lié 750 g | Boîte | 0,25 | 13,61 € | 3,40 € | | | | | |
| Finition | | | | | | | | | |
| Cerfeuil | Botte | 0,0 | 0,85 € | 0,00 € | | | | | |
| Estragon | Botte | 0,0 | 0,85 € | 0,00 € | | | | | |
| Beurre | kg | 0,025 | 9,00 € | 0,23 € | | | | | |
| Décors | | | | | | | | | |
| Persil plat kilo | kg | 0,003 | 0,94 € | 0,00 € | | | | | |

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° :224

Pommes noisettes

Garnitures : Pommes de terre

Quantité **4** Part(s)

| Denrées | U | Quantité | Prix /U | Total | N° de phase | Phases techniques | R | S | | | |
|------------------------|----|----------|---------|--------|-------------|--|------|---|---|----------------------------------|------|
| Base | | | | | 1 | BASE - Eplucher et laver les pommes de terre | 10 ' | | | | |
| Pommes de terre B.F.15 | kg | 1,500 | 0,38 € | 0,57 € | | | | | 2 | - Lever à la cuillère parisienne | 10 ' |
| Huile de tournesol | L | 0,04 | 1,49 € | 0,06 € | | | | | 3 | - Rissoler | 10 ' |
| Finition | | | | | 4 | FINITION - Passer au beurre frais | | | | | |
| Beurre | kg | 0,020 | 9,00 € | 0,18 € | | | | | 5 | - Saupoudrer de persil haché | |
| Sel fin | Pm | Pm | 0,50 € | 0,00 € | | | | | | | |
| Persil plat kilo | kg | 0,010 | 0,94 € | 0,01 € | | | | | | | |
| | | | | | | 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° :2179

Foie gras mi cuit et sa confiture d'oignons au pineau des charentes

Hors d'œuvre froids : Divers

Quantité **4** Part(s)

| Denrées | U | Quantité | Prix /U | Total | N° de phase | Phases techniques | R | S |
|---------------------------|---------|----------|---------|--------|-------------|--|------|------|
| Base | | | | | | base - Dénerver le foie gras - Mettre a tremper dans l'eau froide pendant deux heures au réfrigérateur - préparer le mélange d'épices (sel, sucre, poivre blanc, 4 épices) armagnac - égoutter le foie et le mettre à mariner avec les épices - mettre en terrine en tassant bien, filmer la terrine cuisson - allumer le four électrique à 90°c th 3 - mettre la terrine de foie gras dans un plat profond et verser une bouilloire d'eau bouillante. Maintenir au four pendant 40 minutes - 45 °C à cœur - sortir du four et de la plaque laisser refroidir vider la graisse et la garder. Mettre sous presse et recouvrir de graisse une fois froid. | | |
| Sel fin | Pm | Pm | 0,50 € | 0,00 € | | | 15 ' | |
| Sucre semoule | kg | 0,002 | 2,25 € | 0,00 € | | | | 00 ' |
| Noix de muscade Moulue | Pm | Pm | 0,00 € | 0,00 € | | | 05 ' | |
| Foie gras de canard frais | kg | 0,200 | 33,89 € | 6,78 € | | | | 00 ' |
| Poivre blanc | kg | 0,002 | 28,33 € | 0,06 € | | | | |
| Garniture | | | | | | | | |
| Beurre | kg | 0,040 | 9,00 € | 0,36 € | | | | |
| Pineau | outeill | 0,20 | 5,55 € | 1,11 € | | 05 ' | | |
| Oignons | kg | 0,400 | 0,79 € | 0,32 € | | | 45 ' | |
| Décors | | | | | | | | |
| Sel de Guérande | kg | 0,040 | 0,00 € | 0,00 € | | | | |
| | | | | | | | | |
| Estimation de temps | | | | | | | 0h35 | 3h45 |

| | | | | | | | | | | |
|-----------------------|--------|-------------|--------|--------|----------------|------------|--------------|---------|---------------|---|
| Valeur alimentaire /U | 362 | K/cal | 1515 | Kjoule | Gr protéine/ U | 4 | Gr Lipide/ U | 31 | Gr Glucide/ U | 6 |
| PR total | 8,63 € | PR unitaire | 2,16 € | Coef | 1 | PVHT Total | 8,63 € | PV U HT | 2,16 € | |

Fiche technique de fabrication N° : 1560

Embeurrée de chou

Garnitures : Garnitures simples

Quantité **4** Part(s)

| Denrées | U | Quantité | Prix /U | Total | N° de phase | Phases techniques | R | S |
|------------------|----|----------|---------|--------|-------------|---|---|---|
| Base | | | | | | | | |
| Beurre | kg | 0,200 | 9,00 € | 1,80 € | | Base - Laver les feuilles de chou - Blanchir les feuilles de chou - Tailler les feuilles en lanières de 1cm de large - Tailler la poitrine en lardons Cuisson - Faire fondre le beurre dans un rondou, faire suer les lardons et ajouter progressivement les lanières de chou et laisser compoter. - Surveiller la cuisson, le chou doit être moelleux avec un bon gout de beurre. | | |
| Poitrine fumée | kg | 0,200 | 7,88 € | 1,58 € | | | | |
| Poivre du moulin | pm | Pm | 21,00 € | 1,05 € | | | | |
| Sel fin | Pm | Pm | 0,50 € | 0,03 € | | | | |
| Choux vert | kg | 1,000 | 1,39 € | 1,39 € | | | | |
| | | | | | | Estimation de temps | | |

| | | | | | | | | | | |
|-----------------------|--------|-------------|--------|--------|----------------|------------|--------------|---------|---------------|---|
| 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° :507

Buche de Noël

Desserts : Buches

Quantité **8** Part(s)

| Denrées | U | Quantité | Prix /U | Total | N° de phase | Phases techniques | R | S |
|------------------------|-------|----------|---------|--------|-------------|--|------|---|
| Décor | | | | | 1 | BISCUIT - Réaliser un biscuit roulé | 20 ' | |
| Couverture noire | kg | 0,080 | 6,07 € | 0,49 € | | | | |
| Sucre glace | kg | 0,040 | 1,03 € | 0,04 € | | | | |
| Colorants alimentaires | | | | | 2 | CREME AU BEURRE - Réaliser une crème au beurre sur pâte à bombe et parfumer au chocolat | 20 ' | |
| | Boîte | 0,00 | 8,50 € | 0,03 € | | | | |
| biscuit | | | | | 3 | SIROP - Réaliser un sirop à 30° et parfumer | 10 ' | |
| Œufs (entiers) | Pièce | 4 | 0,10 € | 0,40 € | | | | |
| Sucre semoule | kg | 0,120 | 2,25 € | 0,27 € | | | | |
| Farine t45 | | | | | 4 | MONTAGE - Puncher copieusement le biscuit | 05 ' | |
| Crème au beurre | | | | | | | | |
| Beurre | kg | 0,200 | 9,00 € | 1,80 € | | | | |
| Cacao en poudre | kg | 0,024 | 6,86 € | 0,16 € | | | | |
| Sucre semoule | | | | | 5 | - Masquer de crème au beurre et rouler la bûche | 15 ' | |
| | kg | 0,160 | 2,25 € | 0,36 € | | | | |
| Vanille liquide | | | | | 6 | - Masquer et décorer avec la crème au beurre (façon faux bois) et une fourchette | 20 ' | |
| | L | 0,00 | 14,66 € | 0,06 € | | | | |
| Œufs (jaunes) | | | | | 7 | - Décorer à l'aide de sapins en chocolat, de crème au beurre colorée (décor au cornet), et saupoudrer de sucre glace | 30 ' | |
| | Pièce | 3 | 0,10 € | 0,32 € | | | | |
| Sirop | | | | | 8 | DRESSAGE - Sur plat long | 05 ' | |
| Sucre semoule | kg | 0,160 | 2,25 € | 0,36 € | | | | |
| Vanille liquide | L | 0,00 | 14,66 € | 0,06 € | | | | |
| Kirsch | L | 0,00 | 7,37 € | 0,03 € | | | | |
| Eau | | | | | | Estimation de temps | 2h05 | |

Valeur alimentaire /U 366 K/cal 1533 Kjoule Gr protéine/ U 7 Gr Lipide/ U 29 Gr Glucide/ U 19

PR total 4,50 € PR unitaire 0,56 € Coef 1,3 PVHT Total 5,85 € PV U HT 0,73 €