

Fiche technique de fabrication N° :1184

Tarte antillaise coco bananes

Desserts : Pâte Brisée

Quantité **8** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Finition						
Nappage blond	kg	0,150	1	PATE BRISEE - réaliser une pâte Brisée sucrée - Foncer et pincer deux cercles GARNITURE - détailler les bananes en rondelles de 1/2 cm., arroser de jus de citron. CREME - Réaliser une crème d'amande en remplaçant la poudre d'amandes par la noix de coco râpée CUISSON - Foncer deux cercles de 20 cm de diamètre - Garnir avec la crème, ajouter les rondelles de bananes et cuire au four FINITION - garnir les fonds de tarte avec la crème, décorer avec les tranches d'ananas et les rondelles de banane. - lustrer au nappage blond aromatisé au rhum.	10 '	
Rhum	Bouteill	0,15	2		15 '	
Pâte			3		05 '	
Beurre	kg	0,125				
Sucre semoule	kg	0,025	4		10 '	
Farine t45	kg	0,250				
Farine t45 (pour fleurir)	kg	0,050				
Sel fin 0,5	kg	0,005	5		05 '	
Œufs	Pièce	1	6	10 '	30 '	
Eau	L	0,05				
Crème			7			
Beurre	kg	0,150				
Noix de coco râpée	kg	0,150				
Sucre semoule	kg	0,150	8			
Farine t45	kg	0,020				
Rhum	Bouteill	0,05				
Œufs	Pièce	3				
Garniture						
Citrons	kg	0,050				
Bananes pièces	Pièce	2				
				Estimation de temps	0h55	0h30

Valeur alimentaire /U	580	K/cal	2426	Kjoule	Gr protéine/ U	5	Gr Lipide/ U	41	Gr Glucide/ U	33
PR total	7,12 €	PR unitaire	0,89 €	Coef	1,3	PVHT Total	9,26 €	PV U HT	1,16 €	

Fiche technique de fabrication N° :254

Riz Madras

Garnitures : Garnitures composées

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Base						
Bouquet garni	Pièce	1	1	BASE - Hacher les oignons - Préparer le bouquet garni - Cuire le riz à court mouillement, en ajoutant en début de cuisson, l'ananas en brunoise et les raisins secs blanchis - Egrenier en fin de cuisson	10 '	
Ananas frais	Pièce	0,1	2		05 '	
Beurre	kg	0,040	3		10 '	
Riz long	kg	0,200	4		05 '	
Sel fin	Pm	Pm				
Raisins secs	kg	0,025		Estimation de temps	0h30	
Oignons	kg	0,080				
Finition						
Beurre	kg	0,020				

Valeur alimentaire /U	113	K/cal	471	Kjoule	Gr protéine/ U	0	Gr Lipide/ U	12	Gr Glucide/ U	0
PR total	1,55 €	PR unitaire	0,39 €	Coef	1,3	PVHT Total	2,02 €	PV U HT	0,50 €	

Fiche technique de fabrication N° : 1863

Colombo de porc

Viandes de boucherie : Porc

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Base				Base		
Thym	Pm	Pm		- Éplucher et laver les légumes	05 '	
Huile de tournesol	L	0,06		- Tailler l'oignon en mirepoix	05 '	
Epaule de porc	kg	0,800		- Détailler l'épaule de porc en morceaux	10 '	
Ail	kg	0,012		- Rissoler la viande et les oignons ensemble	10 '	
Persil plat kilo	kg	0,002		- saupoudrer de colombo, de persil haché, d'une pointe de piment, de thym et de laurier,		
Piment langue d'oiseau	Boîte	0,40		- Couvrir la viande de fond blanc et faire mijoter à couvert		45 '
Colombo	Bocal	0,08		Finition		
Oignons	kg	0,200		- Vérifier l'assaisonnement et la liaison de la sauce	05 '	
				Dressage		
				- Servir en légumier ou à l'assiette accompagné de riz	10 '	
				Estimation de temps	0h45	0h45

Valeur alimentaire /U	675	K/cal	2825	Kjoule	Gr protéine/ U	31	Gr Lipide/ U	60	Gr Glucide/ U	0
PR total	7,51 €	PR unitaire	1,88 €	Coef	1,3	PVHT Total	9,77 €	PV U HT	2,44 €	