

Fiche technique de fabrication N° :1974

Huitres en trilogie

Coquillages et crustacés : Coquillages

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Base				base		
Echalotes	kg	0,020		- ouvrir les huitres	10 '	
Beurre	kg	0,120		- eplucher et laver les légumes	05 '	
Huîtres creuses ou claires n°3	Pièce	24		- hacher l'ail et le persil	05 '	
Poivre du moulin	pm	Pm		- ciseler les echalotes	05 '	
Sel fin	Pm	Pm		- réaliser un beurre d'escargot	05 '	
Gros sel	kg	0,080		sauce		
Pain de seigle (200gr)	Pièce	0,4		- Réaliser une sauce hollandaise	10 '	
Œufs	Pièce	1		cuisson		
Ail	kg	0,020		- etuver les épinards au beurre, assaisonner		10 '
Persil kilo	kg	0,100		Dressage		
Citrons	kg	0,040		- retirer l'huitre d'un coquille y déposer un lit d'épinards et napper de sauce hollandaise, un huitre nature et une autre avec une noix de beurre d'escargot.	10 '	
Epinards surgelés	kg	0,080		- passer les huitres chaudes à la salamandre avant de servir.		05 '
				Estimation de temps	0h50	0h15

Valeur alimentaire /U	756	K/cal	3166	Kjoule	Gr protéine/ U	62	Gr Lipide/ U	37	Gr Glucide/ U	41
PR total	16,99 €	PR unitaire	4,25 €	Coef	1	PVHT Total	16,99 €	PV U HT	4,25 €	

Fiche technique de fabrication N° :2457

Fondant au chocolat

Desserts : Entremets de cuisine

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Base				Base		
Beurre	kg	0,200		- faire fondre le chocolat au bain marie avec le beurre		05 '
Couverture noire	kg	0,200		- Blanchir les œufs entiers avec le sucre	05 '	
Sucre semoule	kg	0,100		- ajouter le chocolat dans les œufs et terminer par la farine	05 '	
Farine t45	kg	0,100		Cheimer les moules		
Œufs	Pièce	6		- Passer les moules au beurre fondu et à la farine	05 '	
Crème anglaise				Cuisson		
Sucre semoule	kg	0,050		- verser l'appareil dans les moules et mettre au four 8 minutes à 200°C	05 '	10 '
Œufs	Pièce	3		Crème anglaise		
Lait 1/2 écrémé	L	0,30		- Réaliser une crème anglaise	05 '	10 '
décors				Dressage		
Menthe fraîche	Botte	0,3		- Démouler les fondants dès la sortie du four, les mettre au centre de l'assiette et disposer un cordon de crème autour. Décorer avec les feuille de menthe et sucre glace.	10 '	
				Estimation de temps	0h35	0h25

Valeur alimentaire /U	775	K/cal	3241	Kjoule	Gr protéine/ U	8	Gr Lipide/ U	58	Gr Glucide/ U	56
PR total	4,77 €	PR unitaire	1,19 €	Coef	1	PVHT Total	4,77 €	PV U HT	1,19 €	

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				Base		
Beurre	kg	0,200		- Laver les feuilles de choux	05 '	
Poitrine fumée	kg	0,200		- Tailler les feuilles en lanières de 1cm de large	10 '	
Poivre du moulin	pm	Pm		- Tailler la poitrine en lardons	10 '	
Sel fin	Pm	Pm		Cuisson		30 '
Choux vert	kg	1,000		- Faire fondre le beurre dans un rondau, faire suer les lardons et ajouter progressivement les lanières de choux et laisser compoter.		
				- Surveiller la cuisson, le choux doit être moelleux avec un bon gout de beurre.	05 '	
				Estimation de temps	0h30	0h30

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° :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'	
			4	- Recuire à la nappe et débarrasser aussitôt	05'	
Lait 1/2 écrémé	L	0,50	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	1,04 €	PR unitaire	2,08 €	Coef	1,3	PVHT Total	1,35 €	PV U HT	2,70 €	

Fiche technique de fabrication N° :47

Carré d'agneau rôti aux herbes, pommes grand mère

Viandes de boucherie : Agneau

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S	
garniture							
Champignons de paris	kg	0,150	1	BASE - Habiller le carré	20 '		
Petits oignons garniture	kg	0,150	2		- Ficeler	05 '	
Pommes de terre B.F.15	kg	0,750	3		- Rôtir avec une garniture aromatique, thym et laurier	05 '	
Beurre	kg	0,250					
Poitrine fumée	kg	0,150	4		Jus de rôti - Réaliser un jus en fin de cuisson	05 '	
Huile de tournesol	L	0,04					
Sel fin	Pm	Pm					
Persil plat kilo	kg	0,010	5	Garniture - préparer la garniture grand mère avec les composants habituels	30 '		
Base					10 '		
Carottes	kg	0,025					
Thym	Pm	Pm	6	dressages - dresser le carré sur un plat ovale accompagné de sa garniture et un bouquet de cresson, saucière de jus à part	05 '		
Beurre	kg	0,020					
Carré d'agneau couvert	kg	1,000					
Huile de tournesol	L	0,02		Estimation de temps	1h20		
Poivre du moulin	pm	Pm					
Sel fin	Pm	Pm					
laurier sec	Pm	Pm					
Jus de rôti							
Thym	Pm	Pm					
Poivre du moulin	pm	Pm					
Sel fin	Pm	Pm					
Persil plat kilo	kg	0,003					
Herbes de Provence	Kg	0,005					
Oignons	kg	0,040					
laurier sec	Pm	Pm					
Finition							
Beurre	kg	0,020					
Ail	kg	0,025					
Persil plat kilo	kg	0,025					
Cresson botte	Pièce	0,3					

Valeur alimentaire /U	1143	K/cal	4784	Kjoule	Gr protéine/ U	26	Gr Lipide/ U	92	Gr Glucide/ U	30
PR total	25,32 €	PR unitaire	6,33 €	Coef	1,3	PVHT Total	32,92 €	PV U HT	8,23 €	