

# Fiche technique de fabrication N° : 1336

## TRUITE AU RIESLING

Poissons : 1

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S								
<b>Finition de la sauce</b>			<b>1</b>	<b>BASE</b> - Habiller les truites. Ciseler les échalotes. - Plaquer les truites pour un braisage à court mouillement. - Lorsque les truites seront cuites, retirer la peau (dépouiller)	30 '									
Beurre	kg	0,050			10 '									
Poivre du moulin	pm	Pm			15 '									
Sel fin	Pm	Pm												
Crème liquide UHT	L	0,15	<b>2</b>	<b>FUMET DE POISSON</b> - Préparer la garniture aromatique. - Marquer en cuisson le fumet de poisson avec les arêtes. Cuire le fumet. Puis, le passer au chinois.	10 '									
<b>Base</b>					<b>3</b>	<b>GARNITURE</b> - Abaisser la pâte feuilletée à 3mm d'épaisseur. Détailler 8 fleurons, dorer, marquer, cuire. - Tourner les têtes de champignons, les cuire à blanc.								
Echalotes	kg	0,020	<b>4</b>	<b>CUISSON ET FINITION DE LA SAUCE</b> - Mouiller les truites avec le fumet et le riesling. - Braiser à court mouillement. - Réaliser une sauce vin blanc par réduction.			15 '							
Beurre	kg	0,020					<b>5</b>	<b>DRESSAGE</b> - Disposer sur un plat ovale chaud les truites dépouillées, napper de sauce sauf la tête et la queue. - Placer sur chaque truite une tête de champignon tournée. - Disposer les fleurons sur les queues des truites.	10 '					
Truites portion (0,250 kg)	kg	0,800							<b>5</b>		05 '			
Poivre du moulin	pm	Pm												
Sel fin	Pm	Pm												
riesling 2009	Bouteill	0,10												
<b>Fumet</b>														
Carottes	kg	0,040												
Echalotes	kg	0,020												
Bouquet garni	Pièce	1												
Beurre	kg	0,020												
Arêtes pour fumet	kg	0,400												
Oignons	kg	0,040												
<b>Garniture</b>														
Champignons de paris	kg	0,150												
Beurre	kg	0,010												
Poivre du moulin	pm	Pm												
Sel fin	Pm	Pm												
Œufs (jaunes)	Pièce	1												
Pâte feuilletée	kg	0,080												
Estimation de temps					1h50									

Valeur alimentaire /U	485	K/cal	2029	Kjoule	Gr protéine/ U	33	Gr Lipide/ U	35	Gr Glucide/ U	10
PR total	10,39 €	PR unitaire	2,60 €	Coef	1,3	PVHT Total	13,51 €	PV U HT	3,38 €	

# Fiche technique de fabrication N° :299

## TARTE BOURDALOUE

Desserts : Pâte Brisée

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
<b>Finition</b>						
Nappage blond	kg	0,060	1	<b>BASE</b> - Réaliser une pâte Brisée sucrée - Foncer et pincer  <b>CREME D'AMANDES</b> - Crèmer le beurre et le sucre - Ajouter les oeufs et bien mélanger - Ajouter la poudre d'amandes et le parfum  <b>GARNITURE</b> - Ouvrir et égoutter les poires  <b>MONTAGE</b> - Garnir le fond de tarte de crème d'amandes - Disposer les demi poires sur la crème d'amandes - Cuire au four 180°  <b>FINITION ET DRESSAGE</b> - Napper et dresser sur plat rond avec papier dentelle	20 '	
			2		20 '	
<b>Pâte</b>						
Beurre	kg	0,063	3		10 '	
Sucre semoule	kg	0,030	4		02 '	
Farine t45	kg	0,125	5		03 '	
Œufs (jaunes)	Pièce	1				
<b>Crème d'amandes</b>						
Beurre	kg	0,050	6		05 '	
Œufs (entiers)	Pièce	1				
Amandes poudre	kg	0,050	7	02 '		
Sucre semoule	kg	0,050	8	03 '		
Rhum	Bouteill	0,01	9		30 '	
<b>Garniture</b>						
Poires au sirop 5,1	Boîte	0,13	10	15 '		
				Estimation de temps	1h20	0h30

Valeur alimentaire /U	516	K/cal	2161	Kjoule	Gr protéine/ U	8	Gr Lipide/ U	32	Gr Glucide/ U	52
PR total	2,63 €	PR unitaire	0,66 €	Coef	1,3	PVHT Total	3,42 €	PV U HT	0,86 €	

# Fiche technique de fabrication N° :405

## SOLE MEUNIÈRE

Poissons : 1

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
<b>Base</b>						
Beurre	kg	0,040	1	<b>BASE</b> - Habiller les soles	20 '	
Sole portion (0.250kg)	Pièce	1	2		- Sauter meunière	15 '
Huile de tournesol	L	0,04		<b>BEURRE MEUNIÈRE</b> - En fin de cuisson réaliser le beurre meunière		
Poivre du moulin	pm	Pm	3		05 '	
Sel fin	Pm	Pm				
Farine t45	kg	0,080		<b>DECOR ET DRESSAGE</b> - Dresser sur plat ovale, napper de beurre meunière	10 '	
			4			
			5	- Décorer avec citrons cannelés, citrons pelés à vif et persil haché.	10 '	
<b>Beurre meunière</b>						
Beurre	kg	0,080		Estimation de temps		
Poivre du moulin	pm	Pm				
Sel fin	Pm	Pm				
Citrons	kg	0,050				1h00
<b>Décor</b>						
Persil plat kilo	kg	0,020				
Citrons	kg	0,200				

Valeur alimentaire /U	491	K/cal	2055	Kjoule	Gr protéine/ U	22	Gr Lipide/ U	38	Gr Glucide/ U	17
PR total	13,78 €	PR unitaire	3,45 €	Coef	1,3	PVHT Total	17,92 €	PV U HT	4,48 €	

# Fiche technique de fabrication N° :253

## Riz Pilaf

Garnitures : Garnitures simples

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
<b>Base</b>						
Bouquet garni	Pièce	1	<b>1</b>	<b>BASE</b> - Ciseler finement les oignons - Préparer le bouquet garni - Nacrer le riz au beurre et le cuire à court mouillement au four avec sel et poivre blanc. - Egrener en fin de cuisson	05 '	20 '
Beurre	kg	0,040	<b>2</b>		05 '	
Riz long	kg	0,200	<b>3</b>		05 '	
Poivre en grain	kg	0,003	<b>4</b>		05 '	
Sel fin	Pm	Pm				
Oignons	kg	0,080				
<b>Finition</b>						
Beurre	kg	0,020		Estimation de temps	0h20	0h20

Valeur alimentaire /U	113	K/cal	471	Kjoule	Gr protéine/ U	0	Gr Lipide/ U	12	Gr Glucide/ U	0
PR total	1,36 €	PR unitaire	0,34 €	Coef	1,3	PVHT Total	1,77 €	PV U HT	0,44 €	

# Fiche technique de fabrication N° :1940

## Fondue de poireaux

Garnitures : 1

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
<b>Base</b>						
Poireaux	kg	1,000	1	- Préparer et laver les poireaux	05 '	
Beurre	kg	0,040	2	- Emincer les poireaux	10 '	
Sel fin	Pm	Pm		<b>Cuisson</b>		15 '
Crème liquide UHT	L	0,08	3	- Faire étuver doucement les poireaux au beurre sans coloration		
			4	- Crêmer en fin de cuisson	05 '	
				<b>Dressage</b>		
			5	- En légumier ou sur assiette.	05 '	
Estimation de temps					0h25	0h15

Valeur alimentaire /U	75	K/cal	314	Kjoule	Gr protéine/ U	0	Gr Lipide/ U	8	Gr Glucide/ U	0
PR total	2,04 €	PR unitaire	0,51 €	Coef	1	PVHT Total	2,04 €	PV U HT	0,51 €	

# Fiche technique de fabrication N° :1779

## Aspic de poisson, sauce chantilly aux herbes

Hors d'œuvre froids : 1

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
<b>Décor</b>				<p><b>base</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- réaliser une farce mousseline de poisson</li> </ul> <p><b>garniture</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ciseler les échalotes, suer au beurre et refroidir</li> <li>- équeuter les épinards, laver, blanchir et refroidir.</li> </ul> <p><b>moulage</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- beurrer les moules à aspics</li> <li>- garnir avec la farce et les crevettes , les épinards et les échalotes</li> </ul> <p><b>cuisson</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- four vapeur à couvert</li> </ul> <p><b> finition</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- refroidir , démouler</li> <li>- décorer et glacer les aspics</li> </ul> <p><b>sauce</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- réaliser une mayonnaise ajouter la crème fouettée et les fines herbes</li> </ul> <p><b>dressage</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sur plateau décor ou miroir .</li> </ul>		
Radis	Botte	0,1				
Aneth	Botte	0,1				
Gelée claire	L	0,38				
Olives noires 5/1	Boîte	0,01				
Concombres pièce	Pièce	0,1				
<b>Base</b>						
Beurre	kg	0,025				
Œufs (entiers)	Pièce	1				
Filet de merlan	kg	0,200				
Vodka	Bouteill	0,01				
Crème liquide UHT	L	0,20				
<b>Garniture</b>						
Echalotes	kg	0,010				
Epinards en branches frais	kg	0,025				
Crevettes roses décortiquées	Kg	0,050				
<b>Sauce</b>						
Cerfeuil	Botte	0,1				
Estragon	Botte	0,1				
Œufs (entiers)	Pièce	1				
Huile d'arachide	L	0,13				
Moutarde	kg	0,005				
Persil plat kilo	kg	0,050				
Crème épaisse	L	0,04				
			Estimation de temps			

Valeur alimentaire /U	766	K/cal	3207	Kjoule	Gr protéine/ U	93	Gr Lipide/ U	43	Gr Glucide/ U	2
PR total	13,67 €	PR unitaire	3,42 €	Coef	1,3	PVHT Total	17,76 €	PV U HT	4,44 €	