

Fiche technique de fabrication N° : 330

TARTE A L'OIGNON

Hors d'œuvre froids : 1

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Finition						
Gruyère (morceau)	kg	0,050	1	PATE - Réaliser la pâte Brisée - Foncer pincer - Cuire à blanc PREPARER LA GARNITURE - Oignons émincés et gruyère râpé CUIRE GARNITURE ET APPAREIL - Etuver les oignons - Singer, ajouter le lait bouillant, cuire 5 minutes - Assaisonner CUISSON - Disposer la garniture dans le fond de tarte - Saupoudrer de gruyère - Cuire DRESSAGE - Sur plat rond et papier dentelle	20 '	
			2		20 '	
			3			
Pâte Brisée						
Beurre	kg	0,060				
Sel fin	Pm	Pm	4		10 '	
Farine t45	kg	0,120				
Œufs (jaunes)	Pièce	1				
Farine t45 (pour fleurir)	kg	0,012	5			
Eau	L	0,02	6		10 '	
			7		05 '	
Garniture						
Beurre	kg	0,025				
Sel fin	Pm	Pm	8	03 '		
Oignons	kg	0,300	9	02 '		
			10			
Appareil						
Beurre	kg	0,025				
Sel fin	Pm	Pm	11	05 '		
Farine t45	kg	0,025				
Noix de muscade Moulue	Pm	Pm				
Piment de Cayenne	Pm	Pm				
Lait 1/2 écrémé	L	0,25				
				Estimation de temps	1h15	

Valeur alimentaire /U	384	K/cal	1606	Kjoule	Gr protéine/ U	6	Gr Lipide/ U	25	Gr Glucide/ U	34
PR total	1,82 €	PR unitaire	0,46 €	Coef	1,3	PVHT Total	2,37 €	PV U HT	0,59 €	

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
Base						
Bouquet garni	Pièce	1	1	BASE - 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	2		05 '	
Riz long	kg	0,200	3		05 '	
Poivre en grain	kg	0,003	4		05 '	
Sel fin	Pm	Pm				
Oignons	kg	0,080				
Finition						
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° : 368

Mousse au Chocolat

Desserts : Chocolats et fruits déguisés

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Base						
Beurre	kg	0,050	1	BASE - Faire fondre la couverture au bain-marie - Incorporer le beurre en parcelle et mélanger jusqu'à consistance de pommade lisse - Ajouter les jaunes d'œufs hors du feu, dans le mélange tiède, terminer avec un peu de creme fraiche pour détendre. - Monter les blancs, les serrer avec le sucre semoule, et les incorporer au chocolat - Dresser aussitôt - Passer au froid CHANTILLY - Réaliser une crème chantilly, et décorer les coupes	05 '	
Couverture noire	kg	0,125	2			
Sucre semoule	kg	0,020	3			
Œufs (jaunes)	Pièce	2	4		10 '	
Œufs (blancs)	Pièce	3	5		05 '	
Crème liquide UHT	L	0,03	6			20 '
			7		05 '	
Chantilly						
Sucre glace	kg	0,013				
Vanille liquide	L	0,00				
Crème liquide UHT	L	0,10				
				Estimation de temps	0h25	0h20

Valeur alimentaire /U	308	K/cal	1290	Kjoule	Gr protéine/ U	7	Gr Lipide/ U	22	Gr Glucide/ U	20
PR total	2,17 €	PR unitaire	0,54 €	Coef	1,3	PVHT Total	2,81 €	PV U HT	0,70 €	

Fiche technique de fabrication N° :984

Blanquette de blanc de volaille

Volailles : Poulet

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Garniture				BASE		
Champignons de paris	kg	0,120		- Tailler les blancs de volaille en cubes	10 '	
Beurre	kg	0,020				
Citrons	kg	0,100	1	GARNITURE AROMATIQUE - Eplucher et laver les légumes	10 '	
Base				CUISSON		
Blanc de dinde	kg	0,800	2	- Marquer en cuisson les morceaux de volaille (poché)	15 '	
Garnit. Aromat.,			3	- Cuire		
Carottes	kg	0,100	4	- Décanter et passer le fond au chinois	10 '	
Céleri branche	kg	0,050				
Poireaux	kg	0,100				
Bouquet garni	Pièce	1	5	VELOUTE - Réaliser un velouté avec le fond de cuisson (0,5 l de fond pour 4 pers), crémer et crémer.	15 '	
Oignons	kg	0,100				
velouté				FINITION		
Beurre	kg	0,035	6	- Rassembler viande et velouté et garniture	10 '	
Farine t45	kg	0,035	7	- Réchauffer		
Crème épaisse	L	0,08				
			8	GARNITURE - Champignons escalopés et cuits à blanc	10 '	
			9	- Dresser dans un légumier	10 '	
				Estimation de temps	1h30	

Valeur alimentaire /U 506 K/cal 2119 Kjoule Gr protéine/ U 60 Gr Lipide/ U 25 Gr Glucide/ U 10

PR total 9,50 € PR unitaire 2,38 € Coef 1,3 PVHT Total 12,35 € PV U HT 3,09 €