

Fiche technique de fabrication N° :313

Truite meunière

Poissons : 1

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Base						
Beurre	kg	0,040	1	BASE - Habiller les truites - Fariner et sauter les truites - Disposer sur plat ovale BEURRE MEUNIERE - Fondre le beurre - Ajouter le jus de citron, l'assaisonnement, et cuire noisette - Napper les truites aussitôt et envoyer DECOR - Persil haché, citrons historiés, citrons pelés à vif, citrons cannelés	20 '	
Truites portion (0,250 kg)	kg	1,000	2		20 '	
Huile de tournesol	L	0,04	3		05 '	
Farine t45	kg	0,080	4		03 '	
Beurre meunière			5		02 '	
Beurre	kg	0,080	6			
Citrons	kg	0,050	7		10 '	
Décor						
Persil plat kilo	kg	0,020				
Citrons	kg	0,250				
				Estimation de temps	1h00	

Valeur alimentaire /U	584	K/cal	2442	Kjoule	Gr protéine/ U	31	Gr Lipide/ U	44	Gr Glucide/ U	18
PR total	9,56 €	PR unitaire	2,39 €	Coef	1,3	PVHT Total	12,43 €	PV U HT	3,11 €	

Fiche technique de fabrication N° :278

Soufflé au Grand Marnier

Desserts : Entremets de cuisine

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Décor						
Sucre glace	kg	0,010	1	BASE - Réaliser une crème pâtissière - Débarrasser et refroidir	10 '	
			1		05 '	
Base						
Sucre semoule	kg	0,063	2	CHEMISAGE - Chemiser les moules	10 '	
Farine t45	kg	0,035				
Grand-marnier	Bouteill	0,02	3	FINITION - Parfumer la crème et terminer l'appareil à soufflé	10 '	
Œufs (jaunes)	Pièce	2				
Lait 1/2 écrémé	L	0,25	4	- Intercaler les biscuits à la cuillère et l'appareil dans les moules - Cuire	05 '	
Finition						
Biscuits à la cuillère	Pièce	0,0	5	DRESSAGE - Moule(s) sur plat(s) rond(s) avec papier(s) dentelle	05 '	
Grand-marnier	Bouteill	0,02				
Œufs (jaunes)	Pièce	1				
Œufs (blancs)	Pièce	5				
Chemisage						
Beurre	kg	0,020		Estimation de temps	0h45	
Sucre semoule	kg	0,020				

Valeur alimentaire /U	206	K/cal	863	Kjoule	Gr protéine/ U	11	Gr Lipide/ U	10	Gr Glucide/ U	16
PR total	2,22 €	PR unitaire	0,56 €	Coef	1,3	PVHT Total	2,89 €	PV U HT	0,72 €	

Fiche technique de fabrication N° : 2099

Purée de pommes de terre huile de noix

Garnitures : Pommes de terre

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Base				Base		
Pommes de terre B.F.15	kg	1,000		- Eplucher et laver les pommes de terre	10 '	
Gros sel	kg	0,005		- cuire à l'anglaise		45 '
 finition				Finition		
Sel fin	Pm	Pm		- Passer au moulin à légumes	10 '	
Huile de noix	L	0,01		- assaisonner et ajouter l'huile de noix	05 '	
Lait 1/2 écrémé	L	0,25		- maintenir au bain marie		
tamponner				Dresser		
Beurre	kg	0,010		- Dresser selon les indications du maitre d'hôtel	05 '	
Lait 1/2 écrémé	L	5,00				
				Estimation de temps	0h30	0h45

Valeur alimentaire /U	768	K/cal	3213	Kjoule	Gr protéine/ U	44	Gr Lipide/ U	24	Gr Glucide/ U	93
PR total	4,07 €	PR unitaire	1,02 €	Coef	1	PVHT Total	4,07 €	PV U HT	1,02 €	

Fiche technique de fabrication N° :418

Potage Esau

Potages : Liés

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Base				Base		
Poireaux	kg	0,080	1	- Eplucher et laver les légumes	05'	
Beurre	kg	0,040	2	- Tailler la poitrine en dès, blanchir.	10'	
Sel fin	Pm	Pm	3	- Blanchir les lentilles, écumer, égoutter, rafraîchir	10'	
Lentilles	kg	0,360	4	- Emincer les poireaux et les oignons	10'	
Poitrine demi sel	kg	0,040	5	- Suer les oignons et les poireaux, ajouter la poitrine, les pois cassés et mouiller d'eau (1/3 l par personne)	10'	
Ail	kg	0,008	6	- Ajouter l'ail et le bouquet garni et cuire à couvert au four à couvert	05'	
Oignons	kg	0,080	7	- Saler au 2/3 de la cuisson	02'	
Garniture			8	- En fin de cuisson, mixer et passer au chinois	05'	
Beurre	kg	0,020	9	- Remonter à ébullition, crémer et rectifier l'assaisonnement	03'	
Sel fin	Pm	Pm	10	GARNITURE		
Tranche de pain de mie	Pièce	4	13	- Dés de pain de mie sautés au beurre	05'	
Finition				DRESSAGE		
Cerfeuil	Botte	0,1		- Dresser en soupière, garniture dans le potage et pluches de cerfeuil au départ	05'	
Sel fin	Pm	Pm				
Crème UHT 35%	L	0,00				
Estimation de temps					1h10	

Valeur alimentaire /U	478	K/cal	2000	Kjoule	Gr protéine/ U	24	Gr Lipide/ U	14	Gr Glucide/ U	64
PR total	2,09 €	PR unitaire	0,52 €	Coef	1,3	PVHT Total	2,71 €	PV U HT	0,68 €	