

# Fiche technique de fabrication N° : 1882

## TIRAMISU

Desserts : Divers

Quantité **4** Part(s)

| Denrées                | U     | Quantité | N° de phase | Phases techniques  | R    | S    |
|------------------------|-------|----------|-------------|--|------|------|
| <b>Base</b>            |       |          |             |  |      |      |
| Œufs (entiers)         | Pièce | 2        | 1           | - clarifier les œufs   | 05'  |      |
| Biscuits à la cuillère | Pièce | 12       | 2           | - monter les blancs en neige ferme, serrer avec le sucre en poudre   | 05'  |      |
| Sucre semoule          | kg    | 0,060    | 3           | - Fouetter le mascarpone et ajouter les jaunes d'œufs  | 05'  |      |
| Mascarpone             | kg    | 0,125    | 4           | - incorporer les blancs en neige bien serré, et mélanger délicatement  | 05'  |      |
| <b>sirop</b>           |       |          |             |  |      |      |
| Extrait de café        | L     | 0,00     | 5           | - réaliser un sirop avec l'eau le sucre, aromatiser avec l'extrait de café   |      | 10'  |
| Sucre semoule          | kg    | 0,060    |             |  |      |      |
| Eau                    | L     | 0,10     |             |  |      |      |
| <b>Finition</b>        |       |          |             |  |      |      |
| Cacao en poudre        | kg    | 0,003    | 6           | - imbiber les biscuits et les déposer dans le fond du récipient, couvrir de crème, remettre une couche de biscuit et couvrir de crème. | 10'  |      |
|                        |       |          | 7           | - passer au froid.   |      | 30'  |
|                        |       |          | 8           | - saupoudrer de chocolat en poudre au moment de servir   | 05'  |      |
|                        |       |          |             | Estimation de temps  | 0h35 | 0h40 |

|                       |        |             |        |        |                |            |              |         |               |      |
|-----------------------|--------|-------------|--------|--------|----------------|------------|--------------|---------|---------------|------|
| Valeur alimentaire /U | 7540   | K/cal       | 31553  | Kjoule | Gr protéine/ U | 94         | Gr Lipide/ U | 348     | Gr Glucide/ U | 1201 |
| PR total              | 4,46 € | PR unitaire | 1,11 € | Coef   | 1,5            | PVHT Total | 6,69 €       | PV U HT | 1,67 €        |      |

# Fiche technique de fabrication N° :853

## Ratatouille fine

Garnitures : Garnitures composées

Quantité **4** Part(s)

| Denrées          | U     | Quantité | N° de phase | Phases techniques  | R    | S    |
|------------------|-------|----------|-------------|--|------|------|
| <b>Base</b>      |       |          |             |  |      |      |
| Poivrons verts   | kg    | 0,100    | <b>1</b>    | <b>BASE</b><br>- Eplucher et laver les légumes<br>- peler les poivrons<br>- Tailler tous les légumes en brunoise régulière<br>- Sauter les brunnoises séparément<br>- Rassembler tous les légumes, ajouter le BG et cuire au four à couvert quelques minutes (tenir les légumes légèrement fermes) | 10 ' |      |
| Bouquet garni    | Pièce | 0,4      | <b>2</b>    |  | 10 ' |      |
| Huile d'olives   | L     | 0,10     | <b>3</b>    |  | 20 ' |      |
| Poivre du moulin | pm    | Pm       | <b>4</b>    |  | 15 ' |      |
| Aubergines       | kg    | 0,400    | <b>5</b>    |  | 05 ' | 10 ' |
| Sel de Guérande  | kg    | 0,004    |             |  |      |      |
| Courgettes       | kg    | 0,400    |             |  |      |      |
| Ail              | kg    | 0,008    |             |  |      |      |
| Oignons          | kg    | 0,200    |             |  |      |      |
| Tomates          | kg    | 0,400    | <b>6</b>    | <b>DRESSAGE</b><br>- En légumier ou à l'assiette   | 05 ' |      |
|                  |       |          |             | Estimation de temps  | 1h05 | 0h10 |

|                       |        |             |        |        |                |            |              |         |               |   |
|-----------------------|--------|-------------|--------|--------|----------------|------------|--------------|---------|---------------|---|
| Valeur alimentaire /U | 239    | K/cal       | 1000   | Kjoule | Gr protéine/ U | 0          | Gr Lipide/ U | 25      | Gr Glucide/ U | 2 |
| PR total              | 3,45 € | PR unitaire | 0,86 € | Coef   | 1,3            | PVHT Total | 4,48 €       | PV U HT | 1,12 €        |   |

# Fiche technique de fabrication N° : 1864

## Escalope de dinde panée

Volailles : Poulet

Quantité **4** Part(s)

| Denrées            | U     | Quantité | N° de phase | Phases techniques   | R | S |
|--------------------|-------|----------|-------------|---|---|---|
| <b>Base</b>        |       |          |             | <b>Base</b><br>- Bien battre les escalopes pour les rendre fine et large<br>- Les paner à l'anglaise<br><b>Anglaise</b><br>- Préparer une plaque de farine, une plaque d'œufs battus, et une plaque de chapelure<br><b>Cuisson</b><br>- Sauter les escalopes dans un mélange d'huile et de beurre chaud, cuire la première face puis retourner pour cuire l'autre face. Egoutter sur papier absorbant et terminer si besoin la cuisson au four.<br><b>Dressage</b><br>- Dresser sur assiette ou sur plat accompagné des éléments de décors. |   |   |
| Escalopes de dinde | Pièce | 4        |             |   |   |   |
| <b>Panure</b>      |       |          |             |   |   |   |
| Huile de tournesol | L     | 0,02     |             |   |   |   |
| Sel fin            | Pm    | Pm       |             |   |   |   |
| Chapelure          | kg    | 0,080    |             |   |   |   |
| Œufs               | Pièce | 1        |             |   |   |   |
| Poivre blanc       | kg    | 0,002    |             |   |   |   |
|                    |       |          |             | Estimation de temps   |   |   |

|                       |         |             |        |        |                |            |              |         |               |   |
|-----------------------|---------|-------------|--------|--------|----------------|------------|--------------|---------|---------------|---|
| Valeur alimentaire /U | 1545    | K/cal       | 6466   | Kjoule | Gr protéine/ U | 290        | Gr Lipide/ U | 43      | Gr Glucide/ U | 0 |
| PR total              | 34,03 € | PR unitaire | 8,51 € | Coef   | 1,3            | PVHT Total | 44,24 €      | PV U HT | 11,06 €       |   |

# Fiche technique de fabrication N° :527

## Asperges sauce mousseline

Entrées chaudes : 1

Quantité **4** Part(s)

| Denrées                 | U     | Quantité | N° de phase | Phases techniques   | R    | S    |      |
|-------------------------|-------|----------|-------------|---|------|------|------|
| <b>Base</b>             |       |          |             |   |      |      |      |
| Asperges blanches       | kg    | 1,000    | 1           | <b>BASE</b><br>- Eplucher et laver les asperges, les attacher en bottes<br>- Cuire à l'Anglaise<br>- En fin de cuisson, plonger les asperges dans l'eau très froide   | 20 ' |      |      |
| Gros sel                | kg    | 0,003    | 2           |   |      |      | 30 ' |
|                         |       |          | 3           |   |      | 05 ' |      |
| <b>Sauce mousseline</b> |       |          |             |   |      |      |      |
| Beurre                  | kg    | 0,125    |             | <b>SAUCE MOUSSELINE</b><br>- Clarifier le beurre<br>- Réaliser une sauce Hollandaise<br>- Fouetter la crème et l'incorporer dans la Hollandaise au dernier moment<br><br><b>DRESSAGE</b><br>- Sur plat ovale recouvert d'une serviette blanche pliée ; Sauce mousseline à part en saucière ; persil en décor. |      |      |      |
| Sel fin                 | Pm    | Pm       | 4           |   |      |      |      |
| Œufs (jaunes)           | Pièce | 2        | 5           |   |      | 15 ' |      |
| Piment de Cayenne       | Pm    | Pm       | 6           |   |      | 10 ' |      |
| Citrons                 | kg    | 0,025    |             |   |      |      |      |
| Crème liquide UHT       | L     | 0,03     |             |   |      |      |      |
| <b>Décor</b>            |       |          |             |   |      |      |      |
| Persil frisé kilo       | kg    | 0,010    | 7           |   | 10 ' |      |      |
|                         |       |          |             | Estimation de temps   | 1h00 | 0h30 |      |

|                       |        |             |        |        |                |            |              |         |               |   |
|-----------------------|--------|-------------|--------|--------|----------------|------------|--------------|---------|---------------|---|
| Valeur alimentaire /U | 307    | K/cal       | 1283   | Kjoule | Gr protéine/ U | 6          | Gr Lipide/ U | 29      | Gr Glucide/ U | 6 |
| PR total              | 7,20 € | PR unitaire | 1,80 € | Coef   | 1,3            | PVHT Total | 9,36 €       | PV U HT | 2,34 €        |   |