

Fiche technique de fabrication N° :523

POMMES VAPEUR

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	1	- Eplucher et laver les pommes de terre	15 '	
Gros sel	kg	0,003	2	- Tourner les pommes de terre	30 '	
			3	CUISSON - Cuire à la vapeur		20 '
				Estimation de temps	0h45	0h20

Valeur alimentaire /U	147	K/cal	615	Kjoule	Gr protéine/ U	2	Gr Lipide/ U	0	Gr Glucide/ U	34
PR total	0,38 €	PR unitaire	0,10 €	Coef	1,3	PVHT Total	0,50 €	PV U HT	0,12 €	

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° :822

DARNE DE SAUMON GRILLÉE AU BEURRE BLANC

Poissons : Saumon

Quantité **4** Part(s)

Denrées	U	Quantité	N° de phase	Phases techniques	R	S
Décor						
Persil plat kilo	kg	0,025	1	BASE - Habiller les saumons	10'	
Citrons	kg	0,200	2		- Détailler les darnes	10'
Base						
Darne de saumon	Pièce	4	3	MARINADE - Réaliser la marinade et mettre les darnes à mariner	10'	
Marinade instantanée						
Thym	Pm	Pm	4	CUISSON - Griller les darnes	10'	
Huile de tournesol	L	0,10				
Citrons	kg	0,050				
laurier sec	Pm	Pm	5	BEURRE BLANC - Réaliser un beurre blanc	10'	
Beurre blanc						
Echalotes	kg	0,075	6	DRESSAGE - Dresser les darnes sur plat ovale, citrons historiés et persil en branche en décor		
Beurre	kg	0,250		- Saucière de beurre blanc à part		
Sel fin	Pm	Pm				
Vin blanc de Bordeaux	Bouteill	0,15				
Piment de Cayenne	Pm	Pm				
				Estimation de temps	0h50	

Valeur alimentaire /U	732	K/cal	3064	Kjoule	Gr protéine/ U	2	Gr Lipide/ U	77	Gr Glucide/ U	4
PR total	31,70 €	PR unitaire	7,92 €	Coef	1,3	PVHT Total	41,20 €	PV U HT	10,30 €	