

# Mousse d'avocats au crabe

Fiche technique de fabrication N°1383

Pour  Couvert(s)

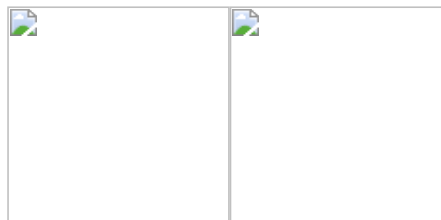
Catégorie :

Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 3,240 €

Prix de revient TTC Total : 12,959€



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 607,411 KJ  
Descriptif, argumentation :

| Denrées          | Unité                      | Quantité | Progression  | Réa.         | Sur. |
|------------------|----------------------------|----------|--|--------------|------|
| <b>Base</b>      |                            |          | <b>BASE</b>  |              |      |
| Laitue           | Pièce                      | 0,200    | Ouvrir les avocats en deux, retirer le noyau   | 00:05:00     |      |
| Poivre du moulin | kg                         | 0,005    |  |              |      |
| Sel fin          | kg                         | 0,005    | Décoller la chair  |              |      |
| Avocats pièce    | Pièce                      | 2,000    |  |              |      |
| Aneth            | Botte                      | 0,100    | Mixer la chair des avocats avec du jus de citron.  | 00:05:00     |      |
| Tomates cerise   | kg                         | 0,200    |  |              |      |
| Citrons          | kg                         | 0,500    | Ajouter la crème fraîche, les pluches d'aneth, assaisonner   |              |      |
| Crème épaisse    | kg                         | 0,100    | Dresser la mousse dans des verrines  | 00:05:00     |      |
| Chair de crabe   | kg                         | 0,250    |  |              |      |
| <b>Sauce</b>     |                            |          | <b>DRESSAGE</b>  |              |      |
| Poivre du moulin | kg                         | 0,005    | Emietter la chair de crabe   | 00:05:00     |      |
| Sel fin          | kg                         | 0,005    |  |              |      |
| Citrons          | kg                         | 0,500    | Couper les tomates cerises en 4  |              |      |
| Crème épaisse    | kg                         | 0,100    | répartir la crème acidulée sur la mousse d'avocats, décorer avec la chair de crabe les autres éléments de décors | 00:15:00     |      |
|                  |                            |          | Décorer de pluches d'aneth   |              |      |
| Hygiène          | Erreurs à ne pas commettre |          | Maitrise des Points critique   | Conservation |      |

# LONGE DE PORC POELEE AUX PRUNEAUX

Fiche technique de fabrication N°776

Pour  Part(s)

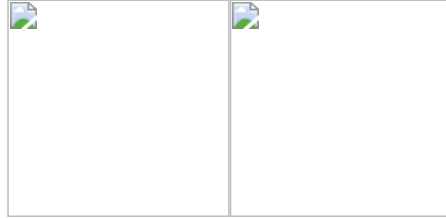
Catégorie :

Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 2,216 €

Prix de revient TTC Total : 8,862€



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 1 704,467 KJ  
Descriptif, argumentation :

| Denrées                | Unité                      | Quantité | Progression  | Réa.         | Sur.     |
|------------------------|----------------------------|----------|--|--------------|----------|
| <b>Base</b>            |                            |          | <b>BASE</b>  |              |          |
| Beurre                 | kg                         | 0,040    | 1 Parer et dégraisser la longe   | 00:10:00     |          |
| Huile de tournesol     | L                          | 0,040    |  |              |          |
| Poivre du moulin       | kg                         | 0,003    | 2 Ficeler  | 00:05:00     |          |
| Sel fin                | kg                         | 0,003    |  |              |          |
| Longe de porc          | kg                         | 0,800    |  |              |          |
| <b>Garnit. arom.</b>   |                            |          | <b>GARNITURE AROMATIQUE</b>  |              |          |
| Carottes               | kg                         | 0,100    | 3 Eplucher laver les légumes   | 00:10:00     |          |
| Bouquet garni          | Pièce                      | 0,500    |  |              |          |
| Tomates grosses        | kg                         | 0,050    | 4 Tailler en mirepoix  | 00:05:00     |          |
| Oignons                | kg                         | 0,100    |  |              |          |
| <b>Fond de poêlage</b> |                            |          | <b>CUISSON</b>   |              |          |
| Poivre du moulin       | kg                         | 0,003    | 5 Marquer en cuisson la longe poêlée et cuire au four a couvert                    | 00:10:00     | 00:60:00 |
| Sel fin                | kg                         | 0,003    |  |              |          |
| Vin blanc              | L                          | 0,040    | 6 En fin de cuisson réaliser le fond de poêlage et ajouter les pruneaux dénoyautés | 00:10:00     |          |
| Fond brun lié 750 g    | kg                         | 0,200    |  |              |          |
| <b>Garniture</b>       |                            |          | 7 Glacer   | 00:10:00     |          |
| Pruneaux               | kg                         | 0,060    |  |              |          |
| <b>Décor</b>           |                            |          | <b>DRESSAGE</b>  |              |          |
| Cresson botte          | Botte                      | 0,500    | 8 Entière sur plat ovale, cresson en décor et fond de poêlage a part               | 00:05:00     |          |
| Hygiène                | Erreurs à ne pas commettre |          | Maitrise des Points critique   | Conservation |          |

# GRATIN DE CHOUX FLEUR

Fiche technique de fabrication N°1744

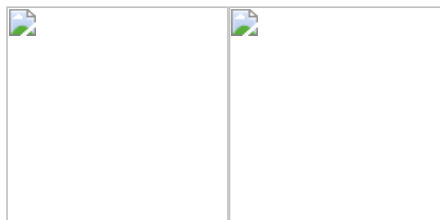
Pour  Couvert(s)

Catégorie :   
 Sous-Catégorie :   
 Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 1,212 €

Prix de revient TTC Total : 4,849€

**Produit allergène : Lait,**



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 860,436 KJ  
 Descriptif, argumentation :

| Denrées               | Unité                      | Quantité | Progression   | Réa.                   | Sur. |
|-----------------------|----------------------------|----------|---|------------------------|------|
| <b>Base</b>           |                            |          | <b>1 CHOUX FLEUR</b>  |                        |      |
| Choux fleur pièce     | kg                         | 1,000    | Parer, détailler en bouquet et mettre a tremper dans de l'eau vinaigré. Cuire le chou fleur a l'anglaise.                                       | 1899-12-30<br>00:10:00 |      |
| Gros sel              | kg                         | 0,050    |   |                        |      |
| <b>Sauce Béchamel</b> |                            |          | <b>2 SAUCE BECHAMEL</b>   | 1899-12-30<br>00:15:00 |      |
| Beurre                | kg                         | 0,050    | Réaliser un roux blanc et le faire refroidir  |                        |      |
| Sel fin               | kg                         | 0,010    | Monter le lait a ébullition avec un peu de noix de muscade ; verser le lait sur le roux sans arrêter de remuer.                                 |                        |      |
| Farine t45            | kg                         | 0,050    | Rectifier l'assaisonnement.   |                        |      |
| Sucre en poudre       | kg                         | 0,010    |   |                        |      |
| Poivre blanc          | kg                         | 0,010    |   |                        |      |
| Lait 1/2 écrémé       | L                          | 0,500    |   |                        |      |
| <b>Finition</b>       |                            |          | <b>3 MONTAGE</b>  |                        |      |
| Beurre                | kg                         | 0,050    | Beurrer un plat sabot. Déposer le chou fleur sur tout le plat par petits morceaux. Verser la béchamel dessus et recouvrir avec le gruyère râpé. | 1899-12-30<br>00:15:00 |      |
| Emmental entier       | kg                         | 0,150    |   |                        |      |
|                       |                            |          | Mettre au four environ 25 minutes a 180°C.  |                        |      |
| Hygiène               | Erreurs à ne pas commettre |          | Maitrise des Points critique  | Conservation           |      |

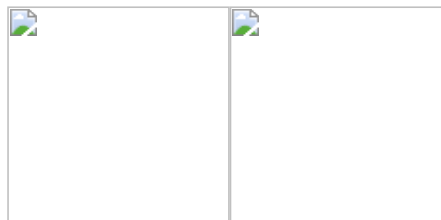
# Tarte fine aux pommes

Fiche technique de fabrication N°2065

Pour  Part(s)

Catégorie :   
 Sous-Catégorie :   
 Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 0,504 €  
 Prix de revient TTC Total : 2,018€



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 1 822,986 KJ  
 Descriptif, argumentation :

| Denrées                | Unité                      | Quantité | Progression   | Réa.                | Sur.                |
|------------------------|----------------------------|----------|---|---------------------|---------------------|
| <b>Pâte feuilletée</b> |                            |          | <b>PATE</b>   |                     |                     |
| Margarine feuilletage  | kg                         | 0,100    | 1 Réaliser une pâte feuilletée a 6 tours                | 1899-12-30 00:30:00 | 1899-12-30 01:00:00 |
| Sel fin                | kg                         | 0,003    |   |                     |                     |
| Farine t45             | kg                         | 0,150    | 2 Abaisser en disque de 10 cm                           | 1899-12-30 00:10:00 |                     |
| Eau                    | L                          | 0,075    |   |                     |                     |
| <b>Garniture</b>       |                            |          | 4 Garnir avec les pommes emincées et cuire a four chaud | 1899-12-30 00:10:00 |                     |
| Pommes Golden          | kg                         | 0,500    |   |                     |                     |
| Sucre en poudre        | kg                         | 0,103    |   |                     |                     |
| Citrons                | kg                         | 0,050    |   |                     |                     |
|                        |                            |          | <b>GARNITURE</b>  |                     |                     |
|                        |                            |          | 5 Eplucher, ouvrir, citronner, les pommes               | 1899-12-30 00:10:00 |                     |
|                        |                            |          | 6 Emincer, napper de beurre, soupoudrer de sucre        |                     |                     |
|                        |                            |          | <b>FINITION</b>   |                     |                     |
|                        |                            |          | 7 lustre beurre, ajouter boule de glace vaille          | 1899-12-30 00:05:00 |                     |
| Hygiène                | Erreurs à ne pas commettre |          | Maitrise des Points critique                            | Conservation        |                     |