

Rouleaux d'agneau croustillants (recette Libanaise)

Fiche technique de fabrication N°2973

Pour Part(s)

Catégorie :

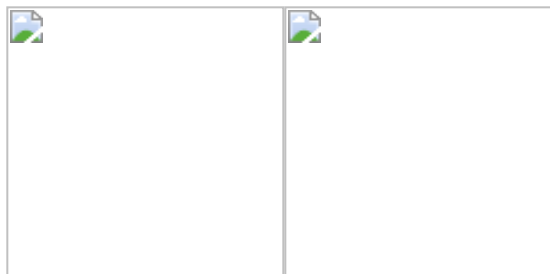
Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 1,240 €

Prix de revient TTC Total : 4,962€

Produit allergène : Lait,



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 506,385 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Base			Base		
Huile d'olives	L	0,033			
Pignons de pins	kg	0,050	Eplucher, laver et ciseler les oignons		
Raisins secs	kg	0,033			
Oignons	kg	0,050	Laver et ciseler la coriandre fraîche et la menthe		
Coriandre fraîche	Botte	0,167			
Menthe fraîche	Botte	0,167	Cuisson de la farce		
Poivre blanc	kg	0,002			
Epaule d'agneau désossée	kg	0,167	Faire suer les oignons ciselé à l'huile d'olive, ajouter les pignons de pin, puis la viande d'agneau hachée, cuire jusqu'à évaporation de l'eau. assaisonner.		
Emmental râpé	kg	0,050	Retirer du feu et laisser refroidir quelques minutes.	00:05:00	00:10:00
Feuilles de brick	poche	1,000	Ajouter les raisins secs, 2 CC de menthe et de coriandre hachées et le fromage rapé.		
Sauce			Montage		
Coriandre fraîche	Botte	0,167	Tailler des bande de pâte filo de 20cm de large.		
Concombres (kg)	kg	0,067	Badigeonner une feuille de beurre fondu, recouvrir d'une autre feuille badigeonnée elle aussi.		
yaourt nature	Pièce	0,667	Déposer une cuillère à soupe de farce en bas, replier les deux côtés sur la farce puis rouler comme un nem.		
			Badigeonner à nouveau de beurre fondu.		
			Cuisson des rouleaux		
			Déposer les rouleaux sur une plaque à pâtisserie et enfourner à four chaud jusqu'à ce que les rouleaux soient bien dorés.		00:15:00
			Sauce d'accompagnement		
			Peler et épépiner le concombre.		
			Emincer ou raper		
			Mélanger le concombre avec les yaourts, ajouter la coriandre hachée.		
			Assaisonner		

Hygiène	Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation
---------	----------------------------	------------------------------	--------------

Dorade au tahini pimenté (recette Libanaise)

Fiche technique de fabrication N°2974

Pour Part(s)

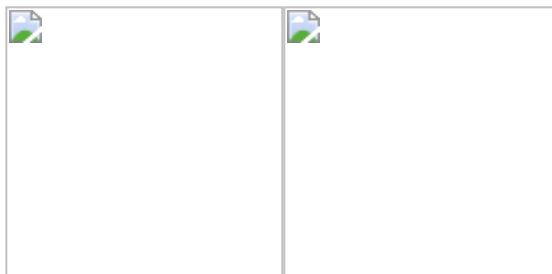
Catégorie :

Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 0,724 €

Prix de revient TTC Total : 2,897€



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 152,292 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Base			Base		
Gingembre	kg	0,050			
Daurade (400/600)	kg	1,000	Habiller, écailler et vider les dorades		
Paprika moulu	kg	0,020			
Oignons	kg	0,200	Eplucher et raper le gingembre		
Sauce			Eplucher, laver et émince les oignons		
Miel 1 kg	kg	0,040			
Tabasco	bouteil	0,010			
Pulco citron	btelle	0,100			
Sésame	kg	0,200			
Décors			Cuisson		
Citrons	kg	0,100	Déposer dans un plat huilé la moitié des oignons émincer, déposer les dorades, préalablement frottées avec le gingembre râpé et saupoudrées de paprika moulu.	00:05:00	00:30:00
Coriandre fraîche	Botte	0,250	Recouvrir avec le reste des oignons émincés.		
Piment doux	kg	0,100	Verser un verre d'eau au fond du plat Couvrir de papier aluminium Et cuire au four pendant environ 30 minutes.		
			Sauce		
			Réaliser le tahini En passant les graines de sésame torréfié Osculteur Jusqu'à l'obtention d'une pâte Souple.	00:05:00	00:05:00
			Mettre le tahini le miel le jus de citron l'eau et quelques gouttes de tabasco Dans une casserole Et chauffer doucement.		
			Dressage		
			Dresser les poissons sur plat ou sur assiette		
			Ajouter la sauce et décorer avec quartiers de citrons et feuilles de coriandre		
			Vous pouvez également accompagner le plat de petits piments doux		

Hygiène	Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation
---------	----------------------------	------------------------------	--------------

POMMES VAPEUR

Fiche technique de fabrication N°523

Pour Part(s)

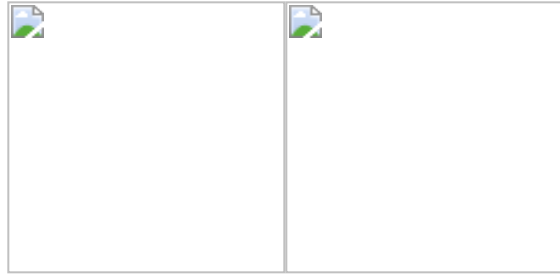
Catégorie :

Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 0,330 €

Prix de revient TTC Total : 1,320€



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 1 168,871 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Base			BASE		
Pommes de terre B.F.15	kg	1,000	1 Eplucher les pommes de terre	1899-12-30 00:15:00	
Gros sel	kg	0,003	2 Tourner les pommes de terre	1899-12-30 00:30:00	
			CUISSON		
			3 Cuire a la vapeur		1899-12-30 00:20:00
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation		

Crêpes libanaise à la fleur d'oranger

Fiche technique de fabrication N°2975

Pour Part(s)

Catégorie :

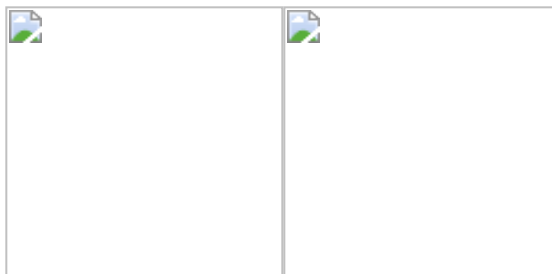
Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 0,348 €

Prix de revient TTC Total : 1,393€

Produit allergène : Lait, Oeuf,



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 2 487,983 KJ
 Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Pâte			Pâte		
Farine t45	kg	0,333	Tamiser la farine avec la levure et le sucre au-dessus d'une calotte Verser peu à peu le mélange de les d'oeuf et d'eau Délayer jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène couvrir et mettre au frais	00:10:00	00:20:00
Levure chimique	kg	0,003			
Lait 1/2 écrémé	L	0,250			
Oeufs	Pièce	0,667			
Huile de tournesol	L	0,013			
Sucre cristal fin	kg	0,020			
Eau	L	0,083			
Sirop			Cuisson		
Pulco citron	btelle	0,027	Faire des crêpes dans une poêle légèrement beurré	00:05:00	00:05:00
Eau de fleur d'oranger	bouteil	0,027			
Sucre cristal fin	kg	0,167			
Eau	L	0,167			
Décors			Sirop		
Oranges	kg	0,067	Dans une casserole réunir le sucre l'eau de fleur d'oranger et le jus de citron Laisser réduire jusqu'à l'obtention d'un sirop un peu épais		00:10:00
Menthe fraîche	Botte	0,167			
			Dressage		
			Servir les crêpes sur assiette arrosées de sirop à l'envoi. Décorer avec segments d'oranges, et des feuilles de menthe.		
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre		Maitrise des Points critique	Conservation	