

Sardines à l'escabèche

Fiche technique de fabrication N°3057

Pour Part(s)

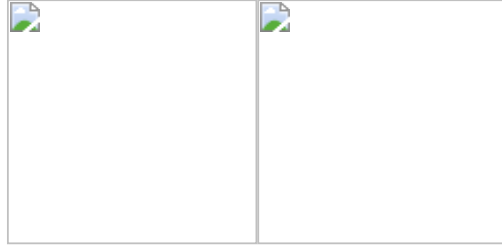
Catégorie : Entrées chaudes ▼

Sous-Catégorie : Vide ▼

Auteur : FRANCK - BOURGOIN ▼

Prix de revient TTC par unité : 0,46 €

Prix de revient TTC Total : 1,86€



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 400,84 KJ
 Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Base			Base Prenez les sardines étripées et bien nettoyées sans enlever l'arête centrale. Salez et poivrez les poissons et enrobez de farine pour les frire dans une poêle. Une fois les sardines dorées, retirez les du feu et réservez.		
Sardines	kg	0,50			
Huile d'olives	L	0,05			
Farine t45	kg	0,05			
Sel fin	kg	0,00			
Poivre blanc	kg	0,00	Garniture Tailler les oignons et les carottes en brunoise, les faire suer dans la même huile. Une fois dorées, ajouter les gousses d'ail émincées, saupoudrer de paprika.		
Garniture					
Oignons	kg	0,10			
Carottes	kg	0,10	Sauce Ajouter le vin et le vinaigre sur les légumes suées, laissez réduire un peu l'alcool pendant 15 min. Pour finir, mettre les sardines dans la poêle et la feuille de laurier et ajouter l'eau Rectifier l'assaisonnement et cuire doucement 15 minutes		
Ail	kg	0,01			
sauce					
Vin blanc	L	0,10			
Vinaigre blanc	bouteil	0,10			
Huile d'olives	L	0,05	Décors Servir chaud ou tiède, décorer avec citrons et un bouquet d'herbes fraîches		
Paprika moulu	kg	0,00			
laurier sec	kg	0,00			
Eau	L	0,08			
décors					
Citrons	kg	0,05			
Cerfeuil	Botte	0,10			
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre		Maitrise des Points critique	Conservation	

Cassoulet de Castelnaudary au confit de canard

Fiche technique de fabrication N°915

Pour couverts

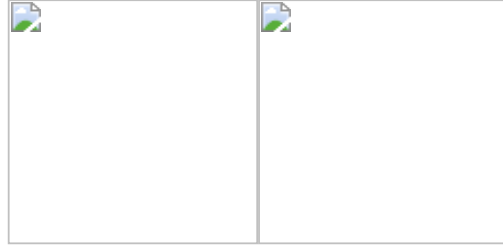
Catégorie :

Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 6,10 €

Prix de revient TTC Total : 24,42€



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 3 963,03 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Base			1 base		
Carottes	kg	0,10	Tremper les haricots 12 heures. Porter les haricots à ébullition, écumer, ajouter poitrine blanchie, la garniture aromatique et rouleau de couenne saler en fin de cuisson,		
Bouquet garni	Pièce	0,40			
Poitrine salée cuite	kg	0,20	2 garniture de viande:		
Haricots blancs secs	kg	0,40			
Ail	kg	0,01	3 Finition:		
Oignons	kg	0,10			
Clous de girofles	pot	0,00			
Couenne de porc	kg	0,16	Réchauffer le confit de canard, trancher le saucisson et la poitrine salée, sauter les saucisses à la graisse d'oie. Dresser les haricots, l'épaule, le confit, dans un plat en terre, disposer dessus les saucisses, les tranches de saucissons et la poitrine		
Garniture			Arroser de jus de cuisson du ragoût saupoudrer de chapelure et gratiner au four ou sous la salamandre.		
Tomates	kg	0,40			
Bouquet garni	Pièce	0,40			
Epaule de porc	kg	0,60			
Saucisson à cuire	kg	0,20			
Ail	kg	0,01			
Graisse d'oie	kg	0,04			
Concentré de tomates 4/4	Boite	0,20			
Oignons	kg	0,10			
Clous de girofles	pot	0,00			
Finition					
Mie de pain	kg	0,04			
Cuisse de canard confit	Pièce	4,00			
Saucisse de Toulouse	kg	0,40			
Graisse d'oie	kg	0,02			
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre		Maitrise des Points critique	Conservation	

Crème Catalane

Fiche technique de fabrication N°2479

Pour Part(s)

Catégorie :

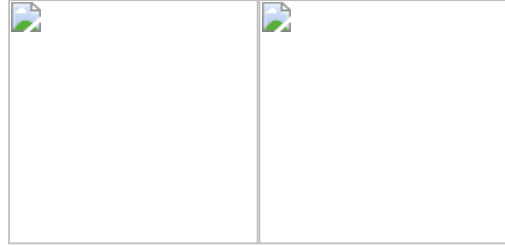
Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 0,61 €

Prix de revient TTC Total : 2,45€

Produit allergène : Lait, Lait, Oeuf,



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 353,77 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
base					
Sucre en poudre	kg	0,10	Base 1 Mélanger le lait la crème, la cannelle et la vanille et les écorces d'orange, porter à ébulltion et laisser iinfuser. Clarifier les oeufs, blanchir les jaunes avec le sucre, ajouter la maizena.	00:05:00	00:10:00
Oeufs	Pièce	4,00			
Citrons	kg	0,07			
Lait 1/2 écrémé	L	0,53			
Oranges	kg	0,07			
Maizena	kg	0,01			
Crème UHT 35%	L	0,13			
Vanille liquide	L	0,00			
Cannelle poudre	kg	0,00			
Finition					
Cassonade	kg	0,07	Finition 4 A l'envoie, saupoudrer de cassonade et passer au chalumeau ou sous la salamandre pour caraméliser	00:05:00	
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre		Maitrise des Points critique	Conservation	

