



## Quiche aux oignons et au miel

Fiche technique de fabrication N°2985

Pour  Part(s)

Catégorie :

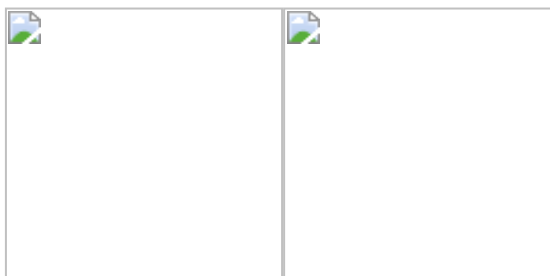
Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 0,518 €


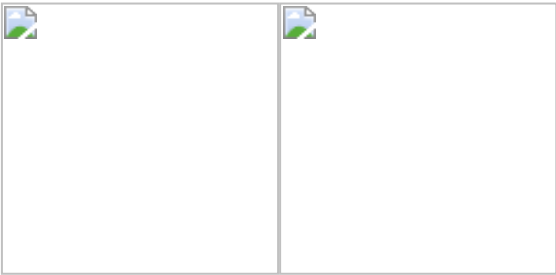
Prix de revient TTC Total : 4,146€


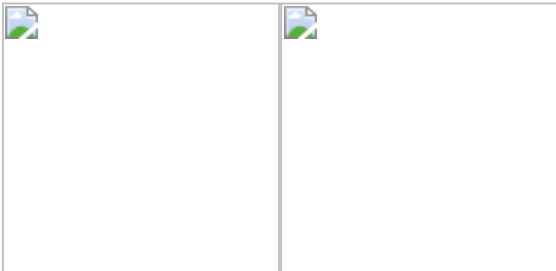
**Produit allergène : Lait, Lait, Oeuf,**






Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 961,399 KJ  
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
<b>Pâte</b>			<b>Base</b> Réaliser une pâte brisée Foncer et pincer deux cercles	00:20:00	
Beurre	kg	0,125			
Farine t45	kg	0,250			
Oeufs	Pièce	1,000			
Sel fin	kg	0,005	<b>Garniture</b> Eplucher, laver et émincer les oignons Préparer les bouquets de persil	00:10:00	
<b>Garniture</b>					
Beurre	kg	0,100			
Oignons	kg	0,500			
Miel 1 kg	kg	0,050			
Sel fin	kg	0,005	<b>Cuisson</b> Faire suer les oignons émincés au beurre et ajouter une cuillère de miel , faire caraméliser. Rassembler les oignons caramélisés et l'appareil dans les fonds de tarte et cuire au four 180 °C	00:05:00	00:40:00
<b>Appareil</b>					
Lait 1/2 écrémé	L	0,250			
Crème UHT 35%	L	0,250			
Oeufs	Pièce	4,000			
Sel fin	kg	0,005			
Muscade moulue	kg	0,005			
<b>Décors</b>			<b>Appareil</b> Réaliser un appareil à crème prise salé	00:05:00	
Persil botte	Botte	0,010			
			<b>Dressage</b> Sur plat rond avec carton et papier dentelle ou sur assiette	00:05:00	
Hygiène		Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation	

 <b>LP Marc Godrie</b> Lycée des métiers des arts du goût et des services à la personne		<h1 style="color: green;">Carbonade de Bœuf Flamande</h1>			
Fiche technique de fabrication N°1640 Pour <input type="text" value="6"/> Couvert(s) Catégorie : <input type="text" value="Viandes de boucherie"/> Sous-Catégorie : <input type="text" value="Boeuf"/> Auteur : <input type="text" value="- Choisissez un utilisateur"/>			 Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 1 712,921 KJ Descriptif, argumentation :		
Prix de revient TTC par unité : 4,243 € Prix de revient TTC Total : 25,457€					
Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
<b>Base</b>			<b>Base G.A et Braisage</b>		
Tranche grasse	kg	1,500	Parer et détailler la tranche grasse en steak un peu épais (en prévoir 2 par personne).		
Huile de tournesol	L	0,060	Eplucher, laver et émincer les légumes		
Poivre du moulin	kg	0,004	Faire sauter a la poêle les steaks, les mettre dans une cocotte sur une couche épaisse d'oignons émincés et légèrement sautés au saindoux.		
Sel fin	kg	0,023	Recouvrir avec une autre couche d'oignons, assaisonner.		
Saindoux	kg	0,075	Mouiller a la bière, ajouter le B.G, et le fond brun lié + mirepoix de carottes.		
<b>G.A. et braisage</b>			Couvrir et cuire au four lentement environ 2 heures.		
Carottes	kg	0,075			
Bouquet garni	Pièce	0,750			
Cassonade	kg	0,038	<b>Finition</b>		
Fond brun lié 750 g	kg	0,750	Au terme de la cuisson dégraisser et servir tel quel.		
Oignons	kg	0,375	Tourner des pommes "anglaise"		
<b>Garniture</b>			<b>Dressage</b>		
Pommes de terre B.F.15	kg	1,500	Disposer autour les pommes cuites a l'anglaise		
Hygiène		Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation	

 <b>LP Marc Godrie</b> Lycée des métiers des arts du goût et des services à la personne		<h1>POMMES PONT NEUF</h1>			
Fiche technique de fabrication N°225 Pour <input type="text" value="4"/> Part(s) Catégorie : <input type="text" value="Garnitures"/> Sous-Catégorie : <input type="text" value="Pommes de terre"/> Auteur : <input type="text" value="- Choisissez un utilisateur"/>		 Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 1 402,645 KJ Descriptif, argumentation :			
Prix de revient TTC par unité : 0,444 € Prix de revient TTC Total : 1,774€					
Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
<b>Base</b>			<b>BASE</b>		
Pommes de terre B.F.15	kg	1,200	1 Eplucher laver les pommes de terre	1899-12-30 00:10:00	
Sel fin	kg	0,002	2 Tailler en pont neuf	1899-12-30 00:15:00	
			3 Laver	1899-12-30 00:05:00	
			<b>CUISSON</b>		
			4 Frire une première fois (pocher) a 160°	1899-12-30 00:02:00	
			5 Saisir a 180°	1899-12-30 00:03:00	
			6 Egoutter et assaisonner	1899-12-30 00:05:00	
			<b>DRESSAGE</b>		
			7 Sur plat rond et papier gaufré	1899-12-30 00:05:00	
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation		

 <b>LP Marc Godrie</b> Lycée des métiers des arts du goût et des services à la personne		<h2>Poires Pochées au miel et gingembre</h2>			
Fiche technique de fabrication N°2444 Pour <input type="text" value="4"/> Part(s) Catégorie : <input type="text" value="Garnitures"/> Sous-Catégorie : <input type="text" value="Garnitures simples"/> Auteur : <input type="text" value="- Choisissez un utilisateur"/>		<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p style="text-align: center;">Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 37,142 KJ Descriptif, argumentation :</p>			
Prix de revient TTC par unité : 1,243 € Prix de revient TTC Total : 4,974€					
Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
<b>Base</b>			<b>base</b>		
Citrons	kg	0,050	eplucher laver et citronner les poires en gardant les queues		
Poire conférence	kg	1,000	<b>cuisson</b>		
<b>Cuisson</b>			pocher les poires dans le sirop (eau, miel, gingembre et vanille)		
Sucre en poudre	kg	0,200	les laisser refroidir dans le sirop		
Vanille gousse	Pièce	0,500	<b>dressage</b>		
Gingembre	kg	0,025	disposer les poires en assiettes ou coupes et napper de sirop		
Eau	L	0,500			
<b>Décors</b>					
Menthe fraîche	Botte	0,125			
Hygiène		Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation	