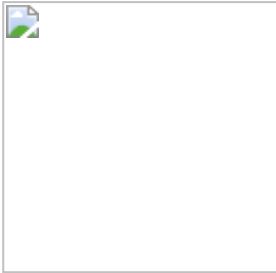
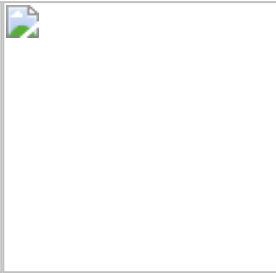
		<h1>Pierogi Polonais</h1>			
<p>Fiche technique de fabrication N°3149</p> <p>Pour <input type="text" value="4"/> Part(s)</p> <p>Catégorie : <input type="text" value="Plats régionaux"/></p> <p>Sous-Catégorie : <input type="text" value="Vide"/></p> <p>Auteur : <input type="text" value="FRANCK - BOURGOIN"/></p> <p>Prix de revient TTC par unité : 0,75 €</p> <p>Prix de revient TTC Total : 2,99€</p> <p>Produit allergène : Oeuf,</p>		<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 2 590,39 KJ</p> <p>Descriptif, argumentation :</p>			
Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Pâte			<p>Pâte</p> <p>Réaliser une pâte à nouille, remplacer le manque d'oeuf par de l'eau froide</p> <p>Laisser reposer 30 minute au frais</p> <p>Abaisser la pâte au rouleau ou au laminoir et détailler des cercles de 8 à 10 de diamètre.</p>		
Farine t45	kg	0,30			
Sel fin	kg	0,00			
Huile de tournesol	L	0,01			
Oeufs	Pièce	1,50			
Garniture			<p>Garniture</p> <p>Eplucher, laver et tailler les pommes de terres en cubes.</p> <p>Cuire à l'anglaise et rafraîchir en fin de cuisson.</p> <p>Ecraser à la fourchette et ajouter le fromage frais</p> <p>Assaisonner</p>		
Sel fin	kg	0,00			
Pommes de terre B.F.15	kg	0,40			
Saint Moret 300g	boite	0,25			
Gros sel	kg	0,03			
Poivre blanc	kg	0,00	<p>Montage et cuisson</p> <p>Garnir les cercles avec la farce et refermer.</p> <p>mettre les pierogi dans une casseroles d'eau bouillante et lorsqu'ils remontent à la surface les mettre dans de l'eau froide.</p> <p>Egoutter et faire sauter dans une poêle avec du beurre, colorer légèrement.</p>		
Accompagnement					
Sel fin	kg	0,00			
Huile de tournesol	L	0,02			
Roquette	kg	0,08			
Vinaigre de vin rouge	L	0,01	<p>Dressage</p> <p>Dresser sur assiette accompagnés d'une salade de roquette et d'une sauce vinaigrette.</p>		
Poivre blanc	kg	0,00			
Décors					
Persil botte	Botte	0,01			
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation		

Goulash

Fiche technique de fabrication N°2825

Pour Part(s)

Catégorie :

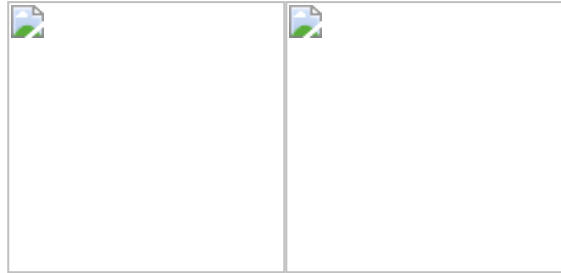
Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 3,94 €

Prix de revient TTC Total : 15,74€

Produit allergène : Lait,



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 1 698,71 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
base			Base		
Joue de bœuf fraîche	kg	0,80			
Bouquet garni	Pièce	0,50	Eplucher et laver les légumes	00:05:00	
Paprika moulu	kg	0,02			
Tomates	kg	0,25	Emincer les oignons et les poivrons		
Ail	kg	0,01			
Pommes de terre B.F.15	kg	0,50	Tourner les pommes de terre		
Oignons	kg	0,13			
Fond brun lié 750 g	kg	0,03	Détailler la viande en morceaux réguliers		
Poivrons rouges	kg	0,10			
sauce			Cuisson		
Crème UHT 35%	L	0,05	Faire colorer la viande dans un rondau, ajouter les oignons et les poivrons, suer, saupoudrer de paprika et mouiller avec le fond brun.		
décor					
Persil botte	Botte	0,13	Cuire au four à couvert		
			Ajouter les pommes de terre tournées dans les 20 dernière minutes de cuisson		
			Dressage		
			Dresser le ragout en légumier avec les pommes de terre et saupoudrer de paprika et de persil haché.		
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation		

Denrées			Unité	Quantité	Progression		Réa.	Sur.
Base					Base			
Lieu jaune	kg	0,60	Désarêter et datailler le poisson en morceau de 0.150gr		00:05:00			
laurier sec	kg	0,00						
Citrons	kg	0,03						
Garniture					Cuisson			
Beurre	kg	0,05	Pocher le poisson dans un court bouillon smple		00:10:00			
Oeufs	Pièce	1,50						
Persil botte	Botte	0,13						
decors					Garniture			
Persil botte	Botte	0,13	Cuire les oeufs dur					
					Rafraichir et écaler			
					Hacher les oeufs, façon mimosas			
					Hacher le persil			
					Sauce			
					Faire fondre le beurre sans coloration ajouter les oeufs hachés et un partie du persil			
					Dressage			
					Déposer le poisson égoutté sur une assiette ou un plat, arroser avec la sauce et décorer avec di citreon et du persil.			
Hygiène			Erreurs à ne pas commettre		Maitrise des Points critique	Conservation		



Filet de lieu à la Polonaise

Fiche technique de fabrication N°3150

Pour Part(s)

Catégorie :

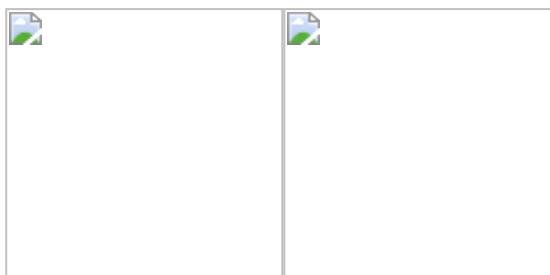
Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 4,29 €

Prix de revient TTC Total : 17,14€

Produit allergène : Oeuf,



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 261,98 KJ
Descriptif, argumentation :

PLEUROTES A LA CRÈME

Fiche technique de fabrication N°1139

Pour Part(s)

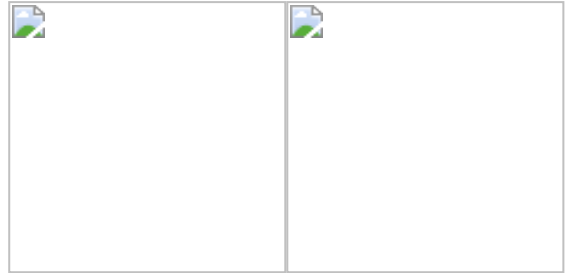
Catégorie :

Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 2,36 €

Prix de revient TTC Total : 9,45€



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 526,26 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Garniture			PRÉPARATION DES CHAMPIGNONS		
Cognac	Btelle	0,02	couper les pieds qui sont durs		
Champignons pleurotes	kg	0,80	laver soigneusement sans laisser tremper dans l'eau		
Citrons	kg	0,10	émincer en fines lamelles		
Crème épaisse	kg	0,20	faire revenir les pleurotes au beurre , flamber cognac		
Décor			assaisonner, arroser de jus de citron		
Ciboulette	Botte	0,50	cuire rapidement environ 15 mn		
			ajouter la crème fraîche et faire réduire		
			DRESSAGE		
			sur assiette,		
			saupoudrer de ciboulette finement hachée .		
			déguster aussitôt.		
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation		

Chou rouge aux pommes

Fiche technique de fabrication N°1730

Pour Part(s)

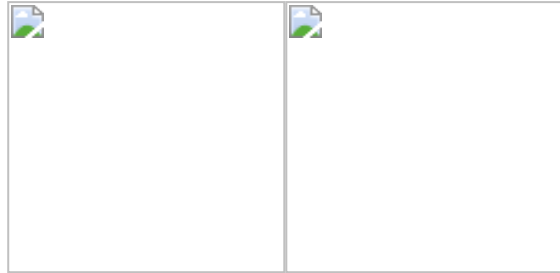
Catégorie :

Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 0,51 €

Prix de revient TTC Total : 2,03€



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 382,21 KJ
 Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Base			BASE		
Chou rouge	kg	0,40	1 Emincer les oignons		
Pommes Golden	kg	0,16			
Poitrine salée cuite	kg	0,08	2 Tailler et blanchir les lardons		
Huile d'olives	L	0,02			
Oignons	kg	0,12	3 Eplucher les pommes et les tailler en brunoise		
Jus de pomme	L	0,16			
			4 Suer les oignons, le lardons		
			5 Ajouter le chou, saler, et mouiller avec le jus de pommes		
			6 Cuire à feu doux		
			7 ajouter les pommes un quart d'heure avant la fin de cuisson		
			8 Rectifier l'assaisonnement et dresser en légumier		
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation		

Gâteau Potica (Slovénie)

Fiche technique de fabrication N°3151

Pour Part(s)

Catégorie :

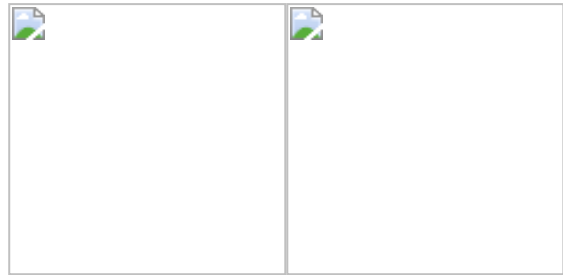
Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 0,78 €

Prix de revient TTC Total : 3,13€

Produit allergène : Lait, Oeuf,



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 1 495,02 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Pâte			<p>Pâte</p> <p>Faire tiédir le lait, y dissoudre le sucre et la levure. Laisser reposer 10 minutes jusqu'à ce que le mélange mousse légèrement.</p> <p>Dans un grand saladier, mélanger la farine et le sel. Dans un autre bol, fouetter les œufs avec le beurre fondu, l'extrait de vanille, le zeste de citron et le mélange de levure. Incorporer progressivement au mélange de farine jusqu'à obtention d'une pâte souple.</p> <p>Pétrir la pâte 8 à 10 minutes jusqu'à ce qu'elle soit lisse et élastique. Couvrir avec un torchon et laisser lever 1 heure dans un endroit chaud.</p>		
Lait 1/2 écrémé	L	0,10			
Oeufs	Pièce	1,20			
Beurre	kg	0,02			
Farine t45	kg	0,20			
Sel fin	kg	0,00			
Levure de boulangerie	kg	0,01			
Vanille liquide	L	0,00			
Sucre cristal fin	kg	0,02			
Citrons	kg	0,01			
Garniture					
Lait 1/2 écrémé	L	0,05			
Oeufs	Pièce	0,80			
Beurre	kg	0,02			
Cerneaux de noix	kg	0,16			
Vanille liquide	L	0,00			
Rhum pâtisserie	Btelle	0,01			
Sucre cristal fin	kg	0,04			
Cannelle poudre	kg	0,00			
Miel 1 kg	kg	0,01			
			<p>Montage</p> <p>Sur un plan fariné, abaisser la pâte en un rectangle d'environ 0,5 cm (¼ inch) d'épaisseur.</p> <p>Étaler uniformément la garniture refroidie en laissant une bordure d'1 cm (½ inch) sur les bords.</p> <p>Rouler la pâte sur elle-même en une spirale bien serrée. Pincer les extrémités et déposer délicatement dans un moule beurré en forme de couronne ou un moule à cake.</p> <p>Couvrir et laisser lever encore 45 minutes dans un endroit tiède.</p>		
			<p>Cuisson</p> <p>Préchauffer le four à 175 °C (350 °F). Dorer la potica à l'œuf battu. Cuire 55 à 60 minutes jusqu'à ce qu'elle soit bien dorée.</p> <p>Laisser reposer 10 minutes dans le moule, puis démouler et laisser refroidir complètement sur une grille avant de trancher.</p>		
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation		

