

Bouillon de crevettes à la coriandre

Fiche technique de fabrication N°2938

Pour Part(s)

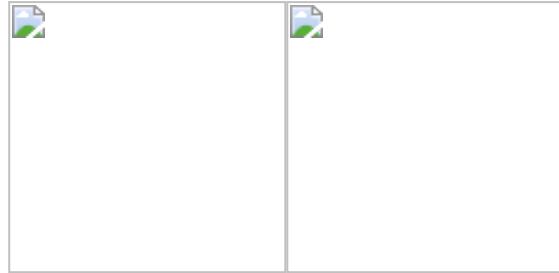
Catégorie :

Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 2,32 €

Prix de revient TTC Total : 9,30€



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 405,90 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Base					
Crevettes bouquet	kg	0,50	Base Laver les légumes.		
Citronnelle	botte	0,25			
Citrons vert pièce	Pièce	1,00	1 Décortiquer les crevettes en gardant l'extrémité de la queue.	00:15:00	
Gingembre	kg	0,05	Tailler le gingembre en tranche et la citronnelle en morceaux.		
Tomates cerise	kg	0,20			
Champignons de paris	kg	0,15	Le bouillon 2 mettre les carapaces et les têtes de crevette dans une russe; Ajouter la citronnelle, le gingembre, le citron vert, le nuoc mam et le piment d'espeltte. Mouiller avec de l'eau et laisser cuire 30 minutes à feu moyen.	00:10:00	00:30:00
Coriandre fraîche	Botte	1,00			
Sauce nuocnam	bouteil	0,01			
Sel fin	kg	0,01			
Piment d'espelette	pot	0,01			
			3 Effeuille la coriandre, émincer les champignons de Paris, couper les tomates cerises en deux et répartir les ingrédients dans les bols de service.	00:15:00	
			4 Filtrer le bouillon et le remettre dans la russe. Vérifier l'assaisonnement et reporter à ébullition. Ajouter les crevettes et dès qu'elles se raidissent couper le feu.	00:05:00	00:10:00
			Dressage 5 Verser le bouillon chaud sur les bols et disposer les crevettes. Décorer avec feuille de coriandre. servir aussitôt.	00:10:00	
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation		

Boeuf façon satay, wok de légumes, riz thai

Fiche technique de fabrication N°2902

Pour Part(s)

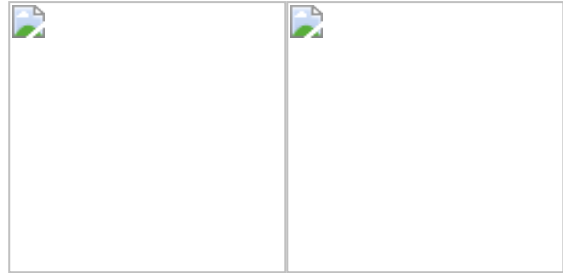
Catégorie :

Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 3,38 €

Prix de revient TTC Total : 13,53€



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 512,20 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Satay					
Echalotes	kg	0,03	1 Base	00:10:00	
Ail	kg	0,02	Habiller et parer le fauxfilet		
Gingembre	kg	0,01			
Citrons vert pièce	Pièce	1,00	2 Préparer la marinade et la verser sur le boeuf, filmer et mettre au frais	00:05:00	00:30:00
Piques brochette bois	poche	0,05			
Curcuma	kg	0,03			
Cassonade	kg	0,01	3 laver les légumes et les émincer.	00:15:00	
Cumin moulu	pot	0,00			
Huile d'arachide	bouteil	0,05			
Sauce soja	bouteil	0,01	4 Faire sauter les légumes à l'huile de sésame et les assaisonner avec la sauce soja. Les garder croquants.	00:10:00	
Sauce nuocnam	bouteil	0,05			
Faux filet	kg	0,75			
Wok de légumes					
Pois Gourmands	kg	0,05	5 Cuire le faux filet dans une poêle chauffée à blanc,, arroser de la marinade et continuer la cuisson en baissant le feu	00:05:00	00:10:00
Fenouil bulbes	kg	0,04			
Chou fleur frais	kg	0,05			
Brocolis	kg	0,04	6 Cuire le riz à l'asiatique	00:05:00	00:10:00
Carottes	kg	0,10			
Chou Chinois pak choï	pièce	0,03			
Sauce soja	bouteil	0,25	7 Dressage	00:10:00	
Riz thai					
Riz thai	kg	0,15	Mettre une timbale de riz au centre des assiettes,, détailler la viande en tranches fines et les disposer en étoile, mettre les légumes autour et arroser avec la sauce. décorer avec la coriandre fraîche.		
Décor					
Coriandre fraîche	Botte	0,25			
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation		

POT DE CREME VANILLE

Fiche technique de fabrication N°228

Pour Part(s)

Catégorie :

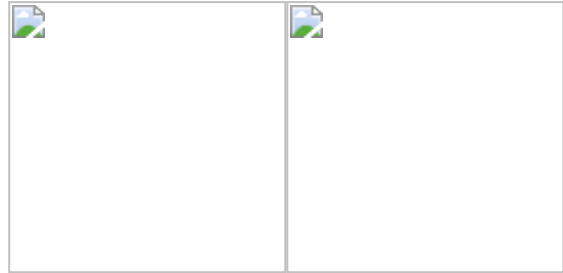
Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 0,38 €

Prix de revient TTC Total : 1,52€

Produit allergène : Lait, Oeuf,



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 288,77 KJ
 Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Appareil			APPAREIL		
Sucre en poudre	kg	0,10	1 Blanchir jaunes d'oeufs et sucre	00:05:00	
Vanille liquide	L	0,00			
Oeufs	Pièce	5,00	2 Ajouter le lait bouillant	00:05:00	00:10:00
Lait 1/2 écrémé	L	0,50			
			3 Bien mélanger et écumer, parfumer	00:05:00	
			4 Remplir les ramequins	00:05:00	
			CUISSON		
			5 Cuire au bain-marie et au four		00:30:00
			6 Refroidir et servir dans le ramequin de cuisson		
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation		

Financier au thé matcha

Fiche technique de fabrication N°2954

Pour Part(s)

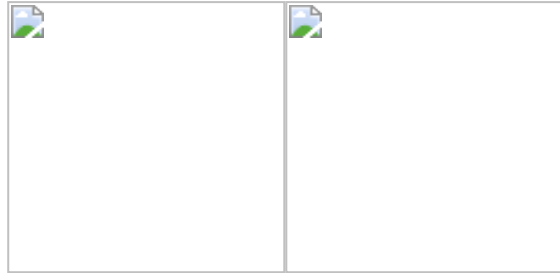
Catégorie :

Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 0,60 €

Prix de revient TTC Total : 12,07€



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 2 575,97 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Base			<p>Base</p> <p>Préchauffer le four à 180 °C.</p> <p>Faire cuire le beurre dans une casserole jusqu'à la couleur noisette (c'est-à-dire couleur rousse, attention à ne pas le brûler). Filtrer et laisser tiédir. Beurrer des petits moules individuels.</p> <p>Mélanger le sucre, la farine, la poudre d'amande, la poudre de thé vert (matcha) à l'aide d'une spatule. Ajouter les blancs d'oeufs, mélanger délicatement. Finir avec le beurre tiédi. Mouler les financiers. Sur le dessus, parsemer de fleur de sel et d'une pincée de graines de sésame torréfiées.</p> <p>Cuire au four pendant 15 à 20 min.</p>	00:10:00	00:20:00
Blancs d'oeufs litre	L	0,50			
Sucre glace	kg	0,58			
Farine t55	kg	1,75			
Amandes poudre	kg	0,25			
Thé MATCHA	Kg	0,02			
Fleur de sel	Boîte	0,02			
Graines de sésame	kg	0,02			
Beurre	kg	0,50			
Thé MATCHA	Kg	0,03			
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre		Maitrise des Points critique	Conservation	

