



Assiette de mezzé

Fiche technique de fabrication N°2609

Pour Part(s)

Catégorie :

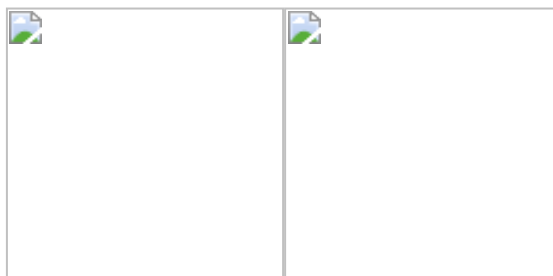
Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 0,783 €

Prix de revient TTC Total : 7,826€

Produit allergène : Lait, Oeuf,



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 1 103,718 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
houmous			Houmous		
Huile d'olives	L	0,100	mixer ensemble les pois chiches, le pulco, l'ail et l'huile d'olive. Ajouter le sel fin		
Persil frisé kilo	kg	0,010			
Pulco citron	btelle	0,100	Tzatziki		
Pois chiche 4/4	boîte	0,250	éplucher, vider et rapper les concombres, faire dégorger au sel fin dans un chinois		
Ail	kg	0,010	Eplucher, dégermer et hacher l'ail.		
tzatziki			Assaisonner le fromage blanc avec l'ail haché, le sel fin et l'huile d'olive. Mélanger le concombre préalablement rincé à l'eau et pressé.		
Huile d'olives	L	0,100			
Persil frisé kilo	kg	0,010			
Fromage blanc	kg	0,300	Caviar d'aubergines		
Ail	kg	0,010	Faire griller les aubergines sur la plaque du fourneau, jusqu'à ce qu'elle soit noire et molle.		
Concombres pièce	Pièce	1,000	Laisser refroidir et ouvrir en deux retirer la pulpe délicatement. Concasser au couteau.		
caviar d'aubergines			éplucher, laver et ciseler un oignon et le faire dégorger au sel fin dans un chinois.		
Oeufs	Pièce	1,000	Mélanger la pulpe d'aubergines avec la mayonnaise et terminer avec l'oignon ciseler dégorgé et rincé.		
Aubergines	kg	0,500			
Persil frisé kilo	kg	0,010			
Oignons	kg	0,050			
Huile de tournesol	L	0,100	feuilleté au fromage		
Moutarde	kg	0,010	Réaliser une sauce mornay en remplaçant le gruyère par de la féta.		
feuilletés fromage			partager les feuilles de brick en deux, les badigeonner à l'huile d'olive et garnir avec une cuillère à soupe de sauce refroidie.		
Oeufs	Pièce	1,000	plier en triangle et faire dorer rapidement à la poêle.		
Beurre	kg	0,020			
Huile d'olives	L	0,100			
Farine t45	kg	0,020	Pain pitta		
Persil frisé kilo	kg	0,010	Réaliser une pâte à pain, laisser pousser une fois		
Feuilles de brick	poche	1,000	rabattre et détailler des boules de pâtes de 50 grammes.		
Lait 1/2 écrémé	L	0,200	abaissier au rouleau en cercle de la taille d'une crêpe		
Feta	kg	0,050	faire cuire directement sur la plaque chaude du piano 1 minute sur chaque face. C'est bon lorsque ça commence à gonfler		
Pitta					
Farine t45	kg	0,300			
Levure de boulangerie	kg	0,050			
Eau	L	0,180			
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre		Maitrise des Points critique	Conservation	



Calamars farcis

Fiche technique de fabrication N°38

Pour Part(s)

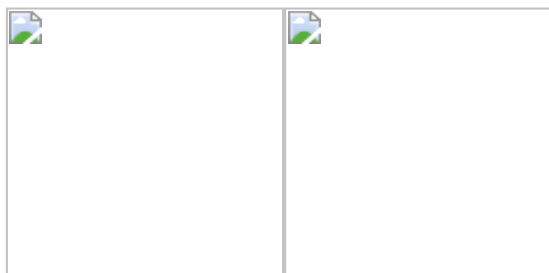
Catégorie :

Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 4,983 €

Prix de revient TTC Total : 29,896€



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 572,550 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Base			BASE		
Blancs d'encornet	kg	1,080	1 Habiller et nettoyer les calamars en les gardant entiers afin de les farcir	1899-12-30 00:10:00	
Farce			FARCE		
Bouquet garni	Pièce	0,600	2 Éplucher et hacher les oignons	1899-12-30 00:05:00	
Beurre	kg	0,030	3 Faire suer les oignons, ajouter les steak hachés, préalablement décongelés.	1899-12-30 00:10:00	
Sucre en poudre	kg	0,012	4 Assaisonner avec muscade, cannelle, sel, poivre, pointe de sucre en poudre, ajouter le concentrée de tomate et un verre d'eau.	1899-12-30 00:02:00	
Poivre du moulin	kg	0,003	5 Laisser cuire 10 minutes et ajouter les pignons de pin	1899-12-30 00:02:00	1899-12-30 00:10:00
Sel fin	kg	0,003	6 Laisser refroidir et farcir les calamars, refermer le bout à l'aide de cure dents	1899-12-30 00:10:00	
Vin blanc	L	0,060	7	1899-12-30 00:02:00	
Piment de Cayenne	pièce	0,003	CUISSON		
Pignons de pins	kg	0,120	9 Cuire les calamars dans la sauce américaine		1899-12-30 00:15:00
Ail	kg	0,006		1899-12-30 00:10:00	
Concentré de tomates 4/4	Boite	0,030	AMERICAINE		
Oignons	kg	0,120	12 Saisir les étrilles, flamber au cognac, ajouter la garniture aromatique taillée en brunoise, mouiller au fumet	1899-12-30 00:10:00	
Muscade moulue	kg	0,012	13 Cuire au four à couvert		1899-12-30 00:30:00
Steaks hachés surgelés	kg	0,600	14 Passer au chinois	1899-12-30 00:10:00	
Américaine			FINITION AMERICAINE		
Carottes	kg	0,060			
Echalotes	kg	0,015			
Estragon	Botte	0,150			
Bouquet garni	Pièce	0,600			
Etrilles	kg	0,300			
Huile de tournesol	L	0,060			
Sel fin	kg	0,003			
Vin blanc	L	0,060			
Fumet de poisson 750 g	Kg	0,450			
Cognac	Btelle	0,030			
Piment de Cayenne	pièce	0,003			
Ail	kg	0,015			
Concentré de tomates 4/4	Boite	0,030			
Oignons	kg	0,060			
Finition américaine					
Cerfeuil	Botte	0,150			
Estragon	Botte	0,150			
Beurre	kg	0,030			
Sel fin	kg	0,003			
Farine t45	kg	0,030			
Piment de Cayenne	pièce	0,003			

15	Rectifier la liaison avec du beurre manié et ajouter l'estragon et le cerfeuil haché	1899-12-30 00:05:00	
	DRESSAGE		
18	Dresser les calamars sur assiette et napper de sauce américaine	1899-12-30 00:05:00	

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



MOUSSAKA

Fiche technique de fabrication N°496

Pour Part(s)

Catégorie :

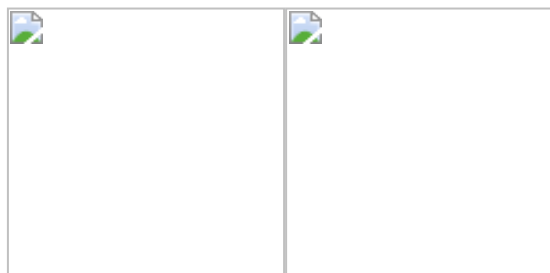
Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 2,211 €

Prix de revient TTC Total : 22,112€


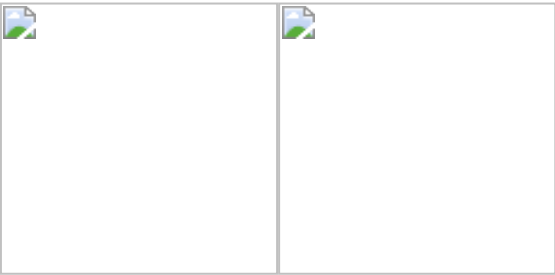
Produit allergène : Lait, Oeuf,



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 1 091,615 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Base			BASE		
Aubergines	kg	3,000	1 Laver et tailler les aubergines en lamelle de 5mm dans le sens de la longueur		
Farce			2		
Cannelle poudre	kg	0,005			
Huile d'olives	L	0,100			
Pignons de pins	kg	0,100			
Poivre du moulin	kg	0,005			
Sel fin	kg	0,005	3 Ciseler l'oignon	1899-12-30 00:05:00	
Vin blanc	L	0,100			
Steaks hachés	kg	1,000			
Sucre en poudre	kg	0,005	4 Hacher la viande	1899-12-30 00:05:00	
Ail	kg	0,010			
Concentré de tomates 4/4	Boite	0,200			
Oignons	kg	0,300	5 Suer les oignons au beurre, ajouter la viande hachée, faire revenir, mouiller au vin blanc, réduire, mouiller avec la tomate et compléter si nécessaire avec l'eau.	1899-12-30 00:15:00	
Muscade moulue	kg	0,005			
montage			6 Ajouter le bouquet garni et l'ail haché, saler, poivrer, ajouter les épices et les pignons de pins. cuire a couvert		
Huile d'olives	L	0,100			
Chapelure	kg	0,100			
Béchamel					
Beurre	kg	0,050			
Poivre du moulin	kg	0,005			
Sel fin	kg	0,005			
Farine t45	kg	0,050			
Lait 1/2 écrémé	L	0,500	8 Blanchir quelques minutes à l'eau bouillante et mettre à égoutter dans une passoire.	1899-12-30 00:10:00	
Muscade moulue	kg	0,005			
Finition					
Emmental râpé	kg	0,100			
			MONTAGE		
			9 Chemiser un plat à l'huile d'olive et à la chapelure		
			10 Disposer une couche d'aubergines au fond du plat	1899-12-30 00:05:00	
			11 Garnir le plat en intercalant la farce et les couches d'aubergines, finir par une couche d'aubergines	1899-12-30 00:02:00	
			12 Recouvrir de béchamel et de gruyère râpé.	1899-12-30 00:03:00	
			13 Cuire au four 30mn		

		14	Envoyer très chaud	1899-12-30 00:05:00	
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation		

 LP Marc Godrie Lycée des métiers des arts du goût et des services à la personne		<h1>Baklava</h1>			
Fiche technique de fabrication N°2611 Pour <input type="text" value="4"/> Part(s) Catégorie : <input type="text" value="Plats régionaux"/> Sous-Catégorie : <input type="text" value="Pays étrangers"/> Auteur : <input type="text" value="- Choisissez un utilisateur"/>		 Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 549,407 KJ Descriptif, argumentation :			
Prix de revient TTC par unité : 1,018 € Prix de revient TTC Total : 4,071€					
Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Base			Base Réaliser un sirop avec l'eau, le miel, le jus de citron et l'eau de fleur d'oranger. Laisser tiédir		
Beurre	kg	0,020			
Feuilles de brick	poche	0,600			
Garniture			Garniture Mixer les pistaches grossièrement. Mélanger les pistaches, la poudre d'amande, le beurre fondu, la cannelle et l'eau de fleur d'oranger.		
Beurre	kg	0,020			
Amandes poudre	kg	0,080			
Sucre en poudre	kg	0,040			
Pistaches natures	kg	0,080			
Eau de fleur d'oranger	bouteil	0,020			
Cannelle poudre	kg	0,004			
sirop			Montage faire fondre du beurre. passer du beurre fondu au pinceau sur une feuille de pâte filo et la mettre dans un plat de la même taille. Recommencer l'opération avec 5 feuilles en les superposant. mettre la farce et recommencer l'opération avec 5 nouvelles feuilles. Inciser les parts de gâteau et enfourner à 180°C		
Sucre en poudre	kg	0,040			
Pulco citron	btelle	0,020			
Eau de fleur d'oranger	bouteil	0,020			
Miel 1 kg	kg	0,020	Finition A la sortie du four, verser le sirop tiède sur le baklava et laisser absorber.		
Hygiène		Erreurs à ne pas commettre			