

POTAGE SAINT GERMAIN

Fiche technique de fabrication N°361

Pour	4	Part(s)
------	---	---------

Catégorie : Potages

Sous-Catégorie : **Liés**

Auteur : - Choisissez un utilisateur ▼

Prix de revient TTC par unité : 0,70 €

Prix de revient TTC Total : 2,82€



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 2 912,00 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression		Réa.	Sur.
Base			BASE			
Pommes de terre B.F.15	kg	0,12	1	Eplucher et laver et émincer les poireaux et les oignons	1899-12-30 00:15:00	
Beurre	kg	0,04				
Poitrine salée cuite	kg	0,04	2	Blanchir les pois cassés		
Pois cassés	kg	0,32				
Sel fin	kg	0,00	3	Tailler la poitrine en dés	1899-12-30 00:05:00	
Poireaux	kg	0,04				
Ail	kg	0,02				
Fond blanc de volaille 750g	kg	0,01	CUISSON			
Oignons	kg	0,04	4	Suer les poireaux et les oignons avec la poitrine	1899-12-30 00:10:00	
Garniture						
Beurre	kg	0,02	5	Ajouter les pois cassés, le bouquet garni, l'ail, et mouiller de 1/4 de litre par personne	1899-12-30 00:10:00	
Poitrine salée cuite	kg	0,06				
Huile de tournesol	L	0,04	6	Porter a ébullition et cuire a couvert au four pendant 1 h 30 environ	1899-12-30 00:05:00	
Tranche de pain de mie	Pièce	4,00				
finition						
Persil botte	Botte	0,08	FINITION			
			7	Au terme de la cuisson, passer au moulin a légumes et au chinois	1899-12-30 00:15:00	
			9	Faire rebouillir et crémer	1899-12-30 00:10:00	
			10	Tailler les tranches de pain de mie en dés, et les sauter au beurre	1899-12-30 00:10:00	
			DRESSAGE			
			11	En soupière chaude, pluches de cerfeuil au départ, croûtons a part	1899-12-30 00:10:00	
			Hygiène	Erreurs à ne pas commettre		Maitrise des Points critique



LP Marc Godrie

Lycée des métiers des arts du goût et des services à la personne

Roastbeef, Yorkshire pudding et ses légumes

Fiche technique de fabrication N°2273

Pour

4

Part(s)

Catégorie :

Viandes de boucherie

▼

Sous-Catégorie :

Boeuf

▼

Auteur :

- Choisissez un utilisateur

▼

Prix de revient TTC par unité : 1,32 €

Prix de revient TTC Total : 5,30€

Produit allergène : Lait, Oeuf,




Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 1 079,90 KJ

Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
base			Base		
Sel fin	kg	0,00	Parer et ficeler la viande		
Poivre blanc	kg	0,00	Assaisonner et colorer sur toutes les faces		
Huile de tournesol	L	0,04	Finir la cuisson au four à 170°C		
Tranche grasse	kg	0,60	Débarrasser et réaliser le jus		
pudding			Yorshire pudding		
Oeufs	Pièce	1,60	Battre les oeufs entiers, ajouter le lait puis la farine tamisée avec le sel		
Lait 1/2 écrémé	L	0,08	mettre et dl'huile dans les moules et préchauffer à 180°C		
Sel fin	kg	0,00	ajouter la pâte et cuire au four 20 minutes		
Huile de tournesol	L	0,08	Démouler		
Farine t45	kg	0,08			
légumes			Légumes		
Beurre	kg	0,04	Cuire les haricots verts à la vapeur, puis les étuver au beurre		
Haricots verts extra-fin congelés	kg	0,40	Eplucher, laver et tourner les pommes de terre.		
Pommes de terre B.F.15	kg	0,40	les cuire elle aussi à la vapeur et les passer au beurre avant de servir		
 finition			Saupoudrer de persil haché à l'envoi.		
Persil botte	Botte	0,08	Dressage		
			Sur assiette déposer les tranches de viande, ajouter les légumes, le yorshire pudding et le jus de rôti.		
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation		



Fish pie

Fiche technique de fabrication N°3174

Pour Part(s)

Catégorie :

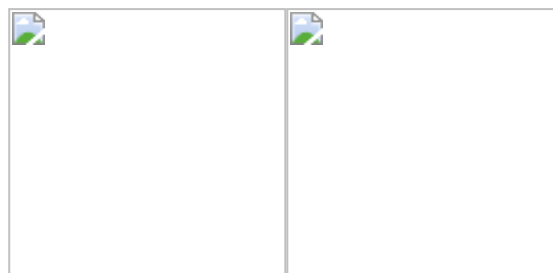
Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 3,91 €

Prix de revient TTC Total : 15,65€

Produit allergène : Lait,



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 1 187,08 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression		Réa.	Sur.
Base			Base Eplucher et laver les légumes Emincer les oignons et les poireaux, décortiquer les crevettes crues et les petits pois Faire pocher les poissons dans le lait à feu doux poendant 8 minutes Réserver les poissons et garder le lait Faire suer au beurre sans coloration les oignons et poireaux, singer, cuire la farine et mouiller avec le lait pour obtenir une sauce liée. Emietter les poisson dans la sauce et assaisonner, ajouter les crevettes			
Cabillaud	kg	0,25				
Haddock	kg	0,20				
Crevettes roses	kg	0,10				
Lait 1/2 écrémé	L	0,50				
Poireaux	kg	0,20				
Oignons	kg	0,10				
Farine t45	kg	0,10				
Petits pois congelés	kg	0,10				
Purée						Purée Eplucher et laver les pommes de terre Les couper en cubes et les cuire à l'anglaise Passer les pommes de terre au moulin à légumes et réaliser une purée
Beurre	kg	0,10				
Lait 1/2 écrémé	L	0,10				
Pommes de terre Bintje	kg	1,00	Montage Mettre la sauce au poisson dans un plat beurrée , ajouter un jus de citron et un peu de persil haché. Recouvrir de purée et lisser à la spatule Arroser de beurre fondu et enfourner à 180 °C jusqu'à ce que le dessus soit bien doré			
Finition						
Persil botte	Botte	0,20				
Laitue	Pièce	0,50				
			Dressage Servir dans le plat individuel ou sur assiette accompagné d'une salade verte.			
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre		Maitrise des Points critique	Conservation		

Trifle

Fiche technique de fabrication N°3175

Pour Part(s)

Catégorie :

Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 1,04 €

Prix de revient TTC Total : 4,15€

Produit allergène : Lait, Lait, Oeuf,



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 759,58 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées		Unité	Quantité	Progression		Réa.	Sur.
Genoise				Genoise Casser les oeuf entiers dans un grand cul de poule, ajouter le sucre et monter au ruban au bain marie. Retirer de la chaleur lorsque le mélange est tiède et battre jusqu'à refroidissement. Ajouter doucement la farine tamisée Mouler dans un moule chemisé et cuire à 160°C jusqu'à ce que le dessus soit doré et résiste à la pression de la main. Démouler sur une grille			
Oeufs	Pièce	2,00					
Sucre cristal fin	kg	0,06					
Farine t45	kg	0,06					
Crème				Crème pâtissière Réaliser une crème pâtissière pas trop épaisse. Détendre si besoin avec un peu de lait Réserver au froid			
Oeufs	Pièce	2,00					
Sucre cristal fin	kg	0,05					
Farine t45	kg	0,03					
Lait 1/2 écrémé	L	0,25	Sirop Faire bouillir l'eau le sucre pour faire un sirop. refroidir et parfumer				
Vanille liquide	L	0,00					
Sirop							
Sucre cristal fin	kg	0,05					
Rhum ambré	Btelle	0,01	Montage Détailler des disque de génoise et disposer dans le fond des coupes. Imbiber avec le sirop Ajouter une partie de la crème, les fruits égouttés, recouvrir de crème. Réserver au foid				
Garniture							
Cockail fruit au sirop 3/1	Boite	0,25					
finition							
Crème UHT 35%	L	0,10	Finition Décorer le dessus des coupes avec de la chantilly et parsemer d'amandes grillées.				
Sucre glace	kg	0,03					
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre		Maitrise des Points critique	Conservation			

ANNEXE 2 - Planigramme ou Tableau

(document à rendre complété)

N° Candidat :

N° de poste :

➔ envoi plat 3 : 13 h 00

PLAT 3 :

Techniques : ☐ **Cuissons :** ☐ **CHEF :** ☐ **COMMIS :** ☐ ➔ **LÉGENDE :** Précisez la légende des codes utilisés, privilégiez les codes de type graphiques (rayures) aux codes couleurs invisibles après photocopie

[illegible]