

Asperges vertes au pèlardon (Occitanie)

Fiche technique de fabrication N°2981

Pour Part(s)

Catégorie :

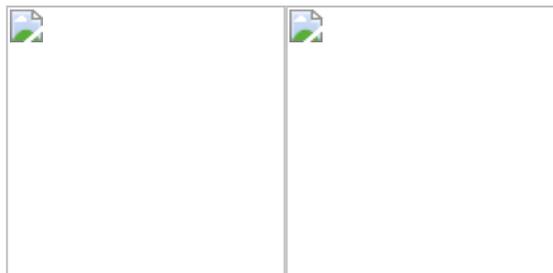
Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 2,27 €

Prix de revient TTC Total : 9,09€

Produit allergène : Lait, Oeuf,



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 16,74 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Base			Base		
Asperges vertes	kg	1,00	Eplucher très légèrement les asperges, mais uniquement la base. Les ficeler en petite botte	00:05:00	
Oeufs	Pièce	4,00			
Sauce					
Pèlardon des cevennes	Pièce	1,00	Concasser les fruits secs	00:05:00	
Crème UHT 35%	L	0,20			
Vin blanc	L	0,10			
Décors			Sauce		
Cerfeuil	Botte	0,20	Faire chauffer le vin blanc dans une petite russe et y mettre le pèlardon coupé en morceaux. Faire fondre doucement et ajouter la crème, laisser réduire et assaisonner.	00:05:00	00:05:00
Cerneaux de noix	kg	0,03			
Noisettes entières	kg	0,03			
			Cuisson		
			Blanchir les asperges très rapidement. Bien les rafraichir et les éponger sur un papier absorbant. Sauter les asperges dans du beurre moussoux. Assaisonner	00:05:00	00:10:00
			Pocher les oeufs		00:05:00
			Dressage		
			Déposer les asperges harmonieusement sur les assiettes chaudes. Ajouter les oeufs pochés préalablement réchauffés, décorer avec la sauce et les éclats de noix et noisettes. Terminer avec un petit bouquet d'herbes aromatiques.	00:10:00	
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation		

Carré d'agneau rôti en croutes d'herbes

Fiche technique de fabrication N°3096

Pour Part(s)

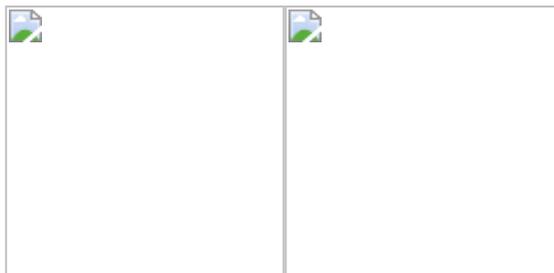
Catégorie :

Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 5,23 €

Prix de revient TTC Total : 20,94€



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 545,12 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Base			BASE		
Poivre du moulin	kg	0,00	1 Habiller les carrés		
Sel fin	kg	0,00			
Carré d'agneau 8 côtes	kg	1,00			
Croute			CROUTE		
Beurre	kg	0,10			
Chapelure	kg	0,10	4 Trier, laver et sécher et hacher les herbes		
Poivre du moulin	kg	0,00	Ramollir le beurre en pommade, ajouter les herbes et la chapelure		
Sel fin	kg	0,00			
Persil plat kilo	kg	0,01	5 l'abaisser entre deux feuille de papier sulfurisé et passer au froid		
Cerfeuil	Botte	0,50			
Estragon	Botte	0,50			
Finition			CUISSON		
Beurre	kg	0,00	6 Rôtir les carrés		00:15:00
Cresson botte	Botte	0,25	7 Dresser sur plat ovale, déposer un morceau de croute sur chaque carrés et gratiner à la salamandre		
			8 Lustre au beurre fondu, décorer avec cresson		
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation		

Bouquetière de légumes

Fiche technique de fabrication N°27

Pour Part(s)

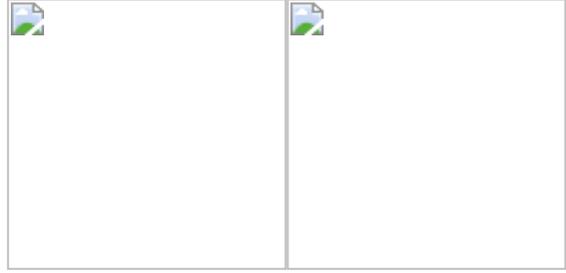
Catégorie :

Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 1,74 €

Prix de revient TTC Total : 13,93€



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 758,99 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées	Unité	Quantité	Progression	Réa.	Sur.
Base			BASE		
Carottes	kg	0,64	1 Éplucher et laver tous les légumes		
Choux fleur pièce	kg	1,60			
Navets longs	kg	0,64	2 Tourner les carottes, les navets et les pommes de terre en cocotte		
Pommes de terre B.F.15	kg	0,80			
Petits pois congelés	kg	0,20			
Gros sel	kg	0,00	CUISSON		
Haricots verts extra-fin congelés	kg	0,20	3 Carottes et navets glacés a blanc		
Cuisson					
Huile de tournesol	L	0,12	4 Choux-fleurs cuit a l'Anglaise et passer au beurre		
Sel fin	kg	0,00			
Sucre en poudre	kg	0,00	5 Pommes de terre rissolées		
Finition					
Beurre	kg	0,12	DRESSAGE		
Sel fin	kg	0,00	6 Dressage autour de la viande ou sur plat a part s'il s'agit d'un plat de viande en sauce		
Hygiène	Erreurs à ne pas commettre	Maitrise des Points critique	Conservation		

Le Fenetra (Gâteau Toulousain aux amandes, abricots et citrons confits)

Fiche technique de fabrication N°2982

Pour Part(s)

Catégorie :

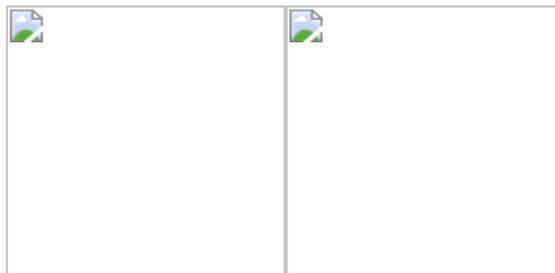
Sous-Catégorie :

Auteur :

Prix de revient TTC par unité : 0,93 €

Prix de revient TTC Total : 7,48€

Produit allergène : Oeuf,



Valeur nutritionnelle pour 1 unité : 3 102,76 KJ
Descriptif, argumentation :

Denrées			Unité	Quantité	Progression		Réa.	Sur.
Pate					Base			
Beurre		kg		0,13	Réaliser une pâte sablée, filmer et réserver au frais		00:15:00	
Oeufs		Pièce		1,00	Abaisser la pâte et fonder un cercle		00:10:00	
Farine t45		kg		0,25	Garniture			
Sucre cristal fin		kg		0,08	Garnir le cercle avec la confiture d'abricot et parsemer de quartiers d'abricots et de lamelles de citrons confits.		00:05:00	
Sel fin		kg		0,01	Meringue			
Garniture					Faire torréfier les amandes en poudre quelques minutes à four chaud sur une plaque à pâtisserie.			
Confiture d'abricots		pot		0,50	Monter les blancs en neige, serrer avec le sucre, ajouter délicatement les amandes refroidie, la farine et l'amaretto.			
Abricot sirop 4/4		boite		0,25	Recouvrir le cercle avec la meringue, décorer avec quelques lamelles de citron confit et cuire au four à 180°C		00:10:00	00:30:00
Meringue								
Blancs d'oeufs litre		L		0,12				
Farine t45		kg		0,03				
Sucre cristal fin		kg		0,10				
Amandes poudre		kg		0,13				
Ecorces de citrons confites		kg		0,03				
Amaretto		Btelle		0,01				
Finition								
Ecorces de citrons confites		kg		0,03				
Hygiène		Erreurs à ne pas commettre		Maitrise des Points critique		Conservation		

