|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nom du plat : Blé Arlequin** | | | | | | | | | BASE :  **48** | | | | date | | | |
| DESCRIPTIF :  .  Blé cuit façon Pilaf. Une brunoise de poivron jaune, vert et rouge confite au beurre est ajouté au blé. | | | | | | Afficher l'image d'origine: | | | | | | | | | | |
| **PHASES ESSENTIELLES DE PROGRESSION** | **DENREES** | | **PRINCIPAUX APPAREILS** | | | | | | | | | **VALEUR** | | | | |
|  | **NATURE** | **U** | | **1** | **2** | | | **3** | | **4** | **5** | **T**  **O**  **T**  **A**  **L** | | **P**  **U**  **H**  **T** | **P**  **T**  **H**  **T** |
| **1-BASE**  Suer l’oignon ciselé à l’huile d’olive et ajouter le blé rincé. Nacrer pour l’enrober de matière grasse.  Mouiller de 2,5 fois le volume du blé en fond blanc de volaille bouillant.  Porter à ébullition.  Mettre un disque de papier sulfurisé et un couvercle. Cuire au four à 80°C pendant 30 minutes.  S’assurer de la cuisson égrener, rectifier l ‘assaisonnement. Verser le beurre et la brunoise de poivrons.  **2- BRUNOISE**  Laver, épépiner les poivrons, couper en lanières et tailler en petits dés.  Faire fondre du beurre et suer au beurre la brunoise de poivrons.  **3-FINITION**  Hacher le persil | CREMERIE  Beurre  LEGUMES  Poivron jaune  Poivron vert  Poivron rouge  Persil frisé  Oignon  ECONOMAT  blé  huile d’olive  fond blanc de volaille | Kg  Pièce  Pièce  Pièce  Botte  kg  Kg  Litre  Litre | | 1,2  2,8  0,3  7 | 0,600  2  2  2 | | | 1 | |  |  | 0,600  2  2  2  1  1,2  2,8  0,3  7 | |  |  |
| DRESSAGE :  A l’envoi, mélanger le persil haché au blé, le mouler dans un cercle sur la partie supérieure d’assiette.  Bien tasser et démouler. | | | | | | | TOTAL DENREES : | | | | | | | | | |
| ASSAISONNEMENT : X1,02 (2%) | | | | | | | | | |
| COUT MATIERES :  prix portion :  temps préparation : | | | | | | | | | |