

N°	Dorade entière sautée, beurre blanc chou braisé					Type	Base	Valorisé	
						(Cl)/As/45	10		
<b>Descriptif</b>									
Dorade entière sautée au romarin, sauce beurre blanc accompagnée d'un chou braisé									
<b>Apport calorique</b>		coût/portion :	5,41						
		coef							
		prix de vente							
Technique		Denrées & phases essentielles					Valorisation		
		Nature	1	2	3	4	poids total	P.U. ht	P.T. ht
<b>1- Dorade entière sautée au romarin</b>		<b>POISSONNERIE</b>					0,000		0,00
- Ecailler les daurades et les vider.		Dorade entière	pce 40				40,000		40,00
- Inciser légèrement la peau des filets		(250g)					0,000		0,00
- Assais. les daurades et y glisser le romarin et l'ail							0,000		0,00
- Sauter à l'huile d'olive 8min		<b>LEGUMES</b>					0,000		0,00
		Betterave crue	kg		0,250		0,250		0,25
		Carottes	kg	0,600			0,600		0,60
<b>2- Chou braisé</b>		Céleri branche	kg	0,200			0,200		0,20
- Préliminaires chou et tailler en quartier		Choux verts	kg	0,800			0,800		0,80
- Blanchir les choux		Echalotes	kg			0,200	0,200		0,20
- Suer carottes et oignons		Oignons	kg	0,600			0,600		0,60
- Ajouter les choux et BG puis assais.							0,000		0,00
- Aouiller à hauteur avec le fond blanc		<b>CREMERIE</b>					0,000		0,00
- Couvrir avec papier sulfu. et couvercle		Beurre	kg	0,200		1,000	1,200		1,20
- Cuire à 180° entre 1h et 1h30							0,000		0,00
		<b>ECONOMAT</b>					0,000		0,00
<b>3- Chips de betterave</b>		Ail	kg	0,150			0,150		0,15
- Préliminaires betterave, tailler en fine tranche		BG	PM		PM		0,000		0,00
- Déposer sur une plaque		Carcasse de Volaille	kg		7,000		7,000		7,00
- Assais. et couvrir d'huile d'olive		Huile d'olive	L	0,025		0,025	0,050		0,05
- Passer au four, puis à la salamandre au moment de l'envoi		Romarin	bqt	2			2,000		2,00
							0,000		0,00
		<b>CAVE</b>					0,000		0,00
		Vin blanc	L			0,500	0,500		0,50
<b>4- Beurre blanc</b>							0,000		0,00
- Réunir éléments de réductions							0,000		0,00
- Réduire au 3/4							0,000		0,00
- Monter au beurre au moment de l'envoi							0,000		0,00
- Emulsionner au mixer							0,000		0,00
<b>DRESSAGE</b>							<b>TOTAL DENREES</b>		53,55
							<b>ASSAISONNEMENTS</b>		0,50
							<b>COUT MATIERES</b>		54,05
							<b>DUREE de PREPARATION</b>		