

| N° | <i>Filet de rouget grillé et sa vinaigrette aux herbes</i> | | | | | Type (CI)/As/45 | Base 4 | Valorisé | | | |
|--|--|----------------|--|----------|----------|--------------------|-----------|---------------------|-----------------------------|----------------|----------------|
| Descriptif | | | | | | | | | | | |
| <i>Filet de rouget grillé sur lit de tapenade accompagné de son riz végété, Sorbet tomate basilic et sa vinaigrette aux herbes</i> | | | | | | | | | | | |
| Apport calorique | | coût/portion : | 4,90 | | | | | | | | |
| | | coef | | | | | | | | | |
| | | prix de vente | | | | | | | | | |
| Technique | | | Denrées & phases essentielles | | | | | Valorisation | | | |
| | | | Nature | A | B | C | D | E | poids total | P.U. ht | P.T. ht |
| 1) Rouget : | | | | | | | | | | | |
| Habillet et lever filet | | | | | | | | | 0,000 | | 0,00 |
| Griller et finir à la salamandre | | | | | | | | | | | |
| 2) Sorbet : | | | | | | | | | | | |
| Réhydrater pulpe de tomate avec le beaumont | | | <i>Poisson :</i> | p | 22,000 | | | | 22,000 | | 22,00 |
| Puis ajouter basilic et parmesan | | | <i>Rouget 200g</i> | | | | | | 0,000 | | 0,00 |
| Mettre une goutte d'huile d'olive au moment du Pacojet | | | <i>BOF :</i> | kg | | | 0,250 | | 0,250 | | 0,25 |
| | | | <i>Beurre</i> | l | | | 1,000 | | 1,000 | | 1,00 |
| | | | <i>Crème</i> | | | | | | 0,000 | | 0,00 |
| 3) Tapenade : | | | | | | | | | 0,000 | | 0,00 |
| Mixer olives noires + anchoix + Ail + jus de citron | | | <i>Légumerie :</i> | kg | | 0,075 | | 0,075 | 0,150 | | 0,15 |
| Monter huile d'olive | | | <i>Ail</i> | kg | | | | 0,250 | 0,250 | | 0,25 |
| | | | <i>Échalote</i> | kg | | | | 0,250 | 0,250 | | 0,25 |
| | | | <i>Oignon</i> | kg | 1,000 | | | | 1,000 | | 1,00 |
| 4) Riz noir : | | | <i>Tomate cerise</i> | kg | | | | | 0,000 | | 0,00 |
| Cuire à l'anglaise et crèmer | | | | | | | | | 0,000 | | 0,00 |
| | | | <i>Économat :</i> | kg | | 0,200 | | | 0,200 | | 0,20 |
| 5) Vinaigrette aux herbes : | | | <i>Anchoix</i> | b | | | | 4,000 | 4,000 | | 4,00 |
| Torrifier arrêtes au four avec | | | <i>Basilic</i> | l | | | | 1,000 | 1,000 | | 1,00 |
| Échalote oignon et ail | | | <i>Balsamique</i> | p | | 2,000 | | 6,000 | 8,000 | | 8,00 |
| Réaliser un fumet brun | | | <i>Citron</i> | b | | | | 1,000 | 1,000 | | 1,00 |
| Réduire | | | <i>Cerfeuil</i> | b | | | | 1,000 | 1,000 | | 1,00 |
| Monter en vinaigrette balsamique, | | | <i>Ciblouette</i> | b | | | | 1,000 | 1,000 | | 1,00 |
| Huile d'olive + herbes aromatiques | | | <i>glucose</i> | kg | 0,200 | | | | 0,200 | | 0,20 |
| 6) Chips basilic | | | <i>Huile d'olive</i> | l | | 1,000 | | | 1,000 | | 1,00 |
| | | | <i>Olives noires (dénoyauté)</i> | b | | | 2,000 | | 2,000 | | 2,00 |
| | | | <i>Parmesan</i> | kg | | | 0,200 | | 0,200 | | 0,20 |
| | | | <i>Persil</i> | b | | | | 1,000 | 1,000 | | 1,00 |
| | | | <i>Pulpe tomate</i> | b | 3,000 | | | | 3,000 | | 3,00 |
| | | | <i>Riz noir</i> | kg | | | | | 0,000 | | 0,00 |
| | | | <i>Sucre</i> | | 1,000 | | | | 1,000 | | 1,00 |
| | | | | | | | | | 0,000 | | 0,00 |
| DRESSAGE | | | | | | | | | TOTAL DENREES | | 48,50 |
| | | | | | | | | | ASSAISONNEMENTS | | 0,50 |
| | | | | | | | | | COUT MATIERES | | 49,00 |
| | | | | | | | | | DUREE de PREPARATION | | |