

FICHE N°	CRÈME DE POTIMARON RAVIOLE DE FOIE GRAS						COUVERTS	44		
<u>DESCRIPTION DU PRODUIT FINI:</u>		<u>PRÉSENTATION:</u>								
Velouté au potimaron et aux éclats de châtaignes. Accompagné d'une raviole au foie gras. L'ensemble est présenté en service : le potage en soupière et la garniture dressée dans l'assiette creuse de service.										
progression	nature	unité	fond de volaille	Phases essentielles			Valeur			
				velouté	garniture	finition	total	puht	ptht	
fond de volaille 1) marquer un fond blanc de volaille : concasser, blanchir les carcasses. 2) couvrir d'eau les carcasses, porter à ébullition, ajouter la GA (carottes, oignons et girofle, poireau, ail thym céleri) en gros bouquet garni. laisser frémir 3h environ. 3) filtrer réserver pour la crème de potimarron	poissons						-	-	-	
	viandes						-	-	-	
	abattis et carcasses	kg	7				7,00		-	
	foie gras cuit	kg				1	1,00		-	
	B.O.F.						-	-	-	
	beurre	kg		0,2			0,20		-	
	œufs	P				2	2,00		-	
	crème liquide	L		1			1,00		-	
	fruits & légumes						-	-	-	
	poireaux	kg	0,5	1			1,50		-	
	oignons	kg	0,75	0,75			1,50		-	
	céleri	kg	0,4				0,40		-	
	ail	kg	0,01	0,01			0,02		-	
	BG	p	1				1,00		-	
	carotte	kg	1				1,00		-	
	potimaron	kg		6			6,00		-	
	cerfeuil	bte				1	1,00		-	
	marron surg	kg				1,5	1,50		-	
	Économat						-	-	-	
	farine	kg		0,2			0,20		-	
	pâte à won tong	P				90	90,00		-	
	huile de noisette	L		0,25			0,25		-	
	girofle	kg	0,005				0,01		-	
	éclats de châtaigne						-	-	-	
	Cave						-	-	-	
							-	-	-	
							-	-	-	
							-	-	-	
							-	-	-	
							-	-	-	
Total denrées										
Assaisonnement										
Cout portion										

FICHE N°	DUO DE SOLE ET LIMANDE À LA VAPEUR COULIS DE CRUSTACÉS BETTES SAUTÉES EN 2 CUISSONS						COUVERTS	44	
DESCRIPTION DU PRODUIT FINI:			PRÉSENTATION:						
<p>Filet de sole roulé en médaillon, cuit à la vapeur, accompagné d'un coulis de crustacés. dressé sur un tampon de vert de bette cuisiné comme des épinards et agrémentés de champignons sautés. Les côtes cuites dans un blanc puis sauté meunière avec des amandes hachés. le médaillon et lustré au beurre puis assaisonné à la fleurs de sel</p>			Phases essentielles				Valeur		
			progression	nature	unité	coulis de crustacés	médailleon	garniture	total
base									
1) habiller et lever les poissons en filets									
2) concasser et dégorger les arêtes									
3) réserver les filets de poisson									
coulis de crustacés									
1) préliminaires légumes. laver les crustacés									
2) Tailler la GA en paysanne ou brunoise fine.									
3) cardinaliser les crustacés à l'huile d'olive chaude, jeter le corps gras de cuisson, ajouter la GA suer sans coloration, flamber au cognac, déglacer au vin blanc réduire.									
4) ajouter les arêtes de poissons dégorgées, mouiller (3L) d'eau.									
5) porter à ébullition, ajouter l'ail, la tomate, le BG, le BG avec les branches d'estragon. laisser frémir 30' en écumant.									
6) prélever les crustacés, piler, remettre à frémir 30'.									
7) mixer, passer d'abord à la passoir, puis au chinois, puis au chinois étamine.									
8) rectifier l'assaisonnement et la liaison avec du beurre manié. passer au chinois étamine. réserver.									
9) dresser en cordon autour de la garniture									
médailleon de sole									
1) parer, inciser, battre les filets de poisson.									
2) rouler les filets en paupiette dans du papier film cuisson, presser.									
3) cuire à la commande à la vapeur 5/7' (T° 50°C à coeur)									
4) dresser à l'assiette sur la garniture. lustrer et assaisonner avec de la fleurs de sel.									
bettes en 2 cuissons									
1) séparer le vert des côtes. Laver les feuilles, détailler les côtes en losanges régulier et réserver dans de l'eau citronnée.									
2) sauter les feuilles au beurre noisette comme des épinards, égoutter. sauter les champignons à cru, égoutter, réserver le jus. Mélanger les champignons avec les feuilles sautées.									
3 Cuire les côtes dans un blanc. (eau + jus citron + farine+ sel)									
4) sauter meunière les côtes, ajouter les amandes hachées.									
5) dresser à l'assiette dans un cercle bas Ø 10 ou 8, d'abord les feuilles puis finir avec les losanges des côtes sautées à l'amande.									
			Total denrées						
			Assaisonnement						
			Cout portion						
							2%		

FICHE N°	CANETON EN 2 CUISSONS, POMME EN POIRE, CHUTNEY AU COING RAISIN ET SALADE D'HERBES						COUVERTS	44			
DESCRIPTION DU PRODUIT FINI:		PRÉSENTATION:									
les cuisses sont désossées et braisées, les filets sont sautés la garniture est composé d'une croquette de pdt en forme de poire, d'un chutney au coing et d'une salade herbes											
progression	nature	unité	Phases essentielles					Valeur			
			caneton	croquettes	chutney	salade	finition	total	puht	pht	
canard en 2 services											
1) habiller, découper à cru les canetons. marquer un fond brun de canard avec les carcasses											
2) désosser les cuisses, garnir avec une farce grasse aux fruits secs. rouler dans la crépine											
3) poêler les cuisses : colorer, cuire au four à 160-180°C à couvert, ajouter la GA en mirepoix à 1/2 cuisson. A terme, réaliser le fond de poêlage, glacer les cuisses, réserver.											
4) sauter les filets à la commande.											
5) agrémenter le fond de poêlage avec des raisins pelés épépinés.											
pommes en poire											
1) réaliser un appareil à pomme Duchesse : pulpe de Pdt liée aux jaunes (4J/kg) et au beurre (60gr/kg).											
2) Coucher à la poche à douille, former en poires, paner à l'anglaise 2 fois.											
3) frire à la commande.											
chutney											
1) peler les ingrédients. émincer en paysanne ou macédoine											
2) suer sans coloration les oignons au beurre, ajouter le reste des ingrédients.											
3) cuire à couvert en remuant régulièrement jusqu'à évaporation complète de l'eau de végétation et l'obtention d'une compote épaisse.											
4) réctifier l'assaisonnement.											
Mesclun d'herbes											
1) laver et effeuiller toutes les herbes,											
2) réaliser une vinaigrette à base de xères.											
3) assaisonner à la commande et dresser.											
dressage											
disposer dans l'assiette un médaillon de cuisse détaillé en biseau et quelques escalope de filet de filet en éventail sur un lit de sauce, répartir les raisins étuvés. disposer la croquette, le chutney en quenelle et la salade d'herbes.											
							Total denrées				
							Assaisonnement	2%			
							Cout portion				

