

L' ANONYMAT

Le candidat doit inscrire
ici - dessous son numéro de table

B.E.P./ C.A.P. : Hôtellerie Restauration

Dominante : **CUISINE**

Code spécialité :

Épreuve : **EP1 – Pratique Professionnelle**

Durée : **30 min**

Centre d'écrit

Session : **2000**

NOM et Prénoms :

(en majuscules, suivi s'il y a lieu du nom d'épouse)

Date et lieu de naissance :

RESERVE A

Griffe du correcteur

B.E.P./ C.A.P. : Hôtellerie Restauration

Dominante : **CUISINE**

Épreuve : **EP1 – Pratique Professionnelle**

Session : **2000**

N° de sujet

Folio **1 / 4**

ÉPREUVE EP1 :
ESTIMATION QUANTITATIVE
ET QUALITATIVE DES PRODUITS

DURÉE : 30 MINUTES

Le candidat doit compléter chacune des trois fiches de fabrication proposées pour 10 personnes.

Note obtenue : / 20 points

Ne rien écrire

dans la partie barrée

Folio 2 / 4

Préparation : **BASE 10 Personnes**

RÉALISATION : FEUILLETÉ D'ŒUFS BROUILLÉS PORTUGAISE

DENRÉES	UNITÉ	QUANTITÉ	TECHNIQUES MISES EN ŒUVRE
Éléments de la recette :			
Base : Pâte feuilletée			
<input type="text"/>	kg	0,400	- Eplucher, laver les légumes.
eau	l	0,20	- Réaliser la pâte feuilletée.
<input type="text"/>	kg	0,300	- Monder les tomates.
sel fin	kg	<input type="text"/>	- Marquer la fondue de tomates en cuisson.
Dorure :			
œuf	pièce	1	- Abaisser le feuilletage.
Fondue de tomate :			
beurre	kg	0,050	- Détailler les feuilletés.
<input type="text"/>	kg	0,050	- Dorer et cuire au four.
tomate	kg	1	- Cuire les œufs brouillés.
<input type="text"/>	pièce	1	- Garnir les feuilletés.
ail	gousse	3	- Garnir les feuilletés.
sucré semoule	kg	p.m.	- Décorer avec la fondue de tomates et pointe de persil haché.
Œufs brouillés :			
œuf	pièce	30	
<input type="text"/>	kg	0,100	
Finition :			
beurre	kg	<input type="text"/>	
persil	kg	p.m.	
Assaisonnement :			
sel fin	kg	p.m.	
poivre du moulin	kg	p.m.	

Ne rien écrire

dans la partie barrée

Folio 3 / 4

Préparation : BASE 10 Personnes

RÉALISATION : SAUTÉ DE VEAU AU BASILIC
SPAGHETTI AU BEURRE

DENRÉES	UNITÉ	QUANTITÉ	TECHNIQUES MISES EN ŒUVRE
Eléments de la recette :			
Base :			
épaule de veau désossée	kg	<input type="text"/>	- Eplucher, laver les légumes.
<input type="text"/>	l	0,10	- Parer et détailler la viande.
Garniture aromatique :			
oignons	kg	0,250	- Tailler la garniture aromatique.
<input type="text"/>	l	0,15	- Marquer le sauté en cuisson (ragoût à brun).
farine	kg	<input type="text"/>	- Cuire les spaghetti.
concentré de tomate	kg	<input type="text"/>	- Terminer le sauté, ajouter le basilic ciselé.
bouquet garni	pièce	1	- Dresser le sauté.
ail	gousse	5	- Réchauffer et lier les spaghetti au beurre.
<input type="text"/>	l	1,8	- Dresser en légumiers.
Finition :			
<input type="text"/>	botte	1	
Garniture :			
spaghetti	kg	<input type="text"/>	
beurre	kg	0,100	
Assaisonnement :			
sel fin	kg	p.m.	
poivre	kg	p.m.	

Ne rien écrire

dans la partie barrée

Folio 4 / 4

Préparation : **BASE 10 Personnes**

RÉALISATION : CHOUX CHANTILLY

DENRÉES	UNITÉ	QUANTITÉ	TECHNIQUES MISES EN ŒUVRE
<u>Éléments de la recette :</u>			
<u>Base : pâte à choux</u>			
eau	l	0,50	- Réaliser la pâte à choux.
farine	kg	0,300	
<input type="text"/>	kg	0,200	- Coucher les choux et les dorer.
œuf	pièce	<input type="text"/>	
<input type="text"/>	kg	0,006	- Cuire les choux.
sucré	kg	0,015	
- Réaliser la crème chantilly.			
<u>Dorure :</u>			
œuf	pièce	1	- Garnir les choux et les dresser.
<u>Crème chantilly :</u>			
crème liquide	l	<input type="text"/>	
sucré glace	kg	0,050	
extrait de vanille	l	p.m.	
<u>Finition :</u>			
<input type="text"/>	kg	0,030	

BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8

Réalisation : Crème de courgettes glacée
SUJET n° 1-1

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles	
Eléments de la recette :				
<u>Base :</u>				
huile d'olive	l	0,08	- Eplucher, laver les légumes. - Marquer le potage en cuisson : • suer les blancs de poireaux émincés, • singer, • mouiller, porter à ébullition, • ajouter les courgettes, • cuire à couvert.	
poireaux	kg	0,200		
courgettes	kg	1,000		
farine	kg	0,080		
fond blanc de veau*	l	2,50		
<u>Garniture :</u>				
tomates	kg	0,200	- Monder, épépiner et couper en petits dés les tomates. - Mixer, crémér l'ensemble, passer au chinois. - Refroidir en cellule.	
<u>Liaison :</u>				
crème liquide	l	0,20		
<u>Finition :</u>				
basilic	botte	¼	- Ajouter les éléments de finition (dés de tomates, basilic).	
<u>Assaisonnement :</u>				
gros sel	kg	p.m.	- Dresser en tasse.	
sel fin	kg	p.m.		
* Fourni par le centre				

SUJET
BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE
SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

Réalisation : Escalope de truite de mer à l'oseille
petits légumes glacés
SUJET n° 1-1

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
truite de mer	kg	1,200	- Eplucher, laver tous les légumes. - Habiller, fileter, escaloper la truite. - Réduire à glace les échalotes avec le fumet et le vermouth.
farine	kg	0,040	
huile	l	0,05	
beurre	kg	0,020	
<u>Sauce :</u>			
échalote	kg	0,040	- Réaliser une sauce vin blanc par réduction. - Tourner et glacer à blanc les légumes. - Tailler la chiffonnade d'oseille, étuver au beurre.
fumet de poisson*	l	0,20	
vermouth	l	0,05	
crème liquide	l	0,10	
beurre	kg	0,100	
<u>Chiffonnade :</u>			
beurre	kg	0,020	- Ajouter à la sauce.
oseille	botte	¼	
<u>Garniture :</u>			
carotte	kg	0,400	- Sauter meunière les escalopes de truites. - Dresser (sur assiettes), présentation libre.
navet long	kg	0,400	
courgette	kg	0,400	
beurre	kg	0,100	
<u>Finition :</u>			
cerfeuil	botte	¼	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	* fourni par le centre d'examen
poivre	kg	p.m.	
sucre	kg	p.m.	

SUJET

BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8Réalisation : Légumes à la grecqueSUJET n° 1 - 2

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Éléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
artichaut (4 x 0,250 kg)	pièce	4	- Eplucher, laver les légumes.
chou-fleur	kg	1,200	- Préparer les légumes :
courgette	kg	1,200	• tourner les courgettes,
gros oignon	kg	0,200	• tourner, escaloper les fonds d'artichauts,
huile d'olive	l	0,15	• ciseler les oignons,
vin blanc	l	0,15	• tailler le chou-fleur en bouquets.
citron	pièce	3	- Marquer séparément les légumes en cuisson, à la grecque.
bouquet garni	pièce	3	- Préparer les éléments de présentation.
ail	gousse	3	- Dresser les légumes dans 4 assiettes creuses, le reste au choix.
<u>Présentation :</u>			
citron	pièce	2	
coriandre fraîche	botte	¼	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
poivre en grains	kg	p.m.	
coriandre	kg	p.m.	

SUJET

BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4 (2 x 2)Réalisation : Contre filet grillé, sauce béarnaisepommes pont-neufSUJET n° 1 - 2

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Éléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
contre filet (0,300 kg x 2)	kg	0,600	- Eplucher, laver les légumes.
huile	l	0,02	- Trier le cresson.
<u>Sauce béarnaise :</u>			
échalote	kg	0,030	- Vérifier, parer la viande.
mignonnette	kg	p.m.	- Tailler les pommes pont-neuf.
vinaigre d'alcool	l	0,05	- Réaliser la sauce béarnaise.
œuf (jaune)	pièce	4	- Pocher les pommes pont-neuf.
estragon	botte	¼	- Griller les pièces de contre-filet :
cerfeuil	botte	1/8	• une "saignante",
beurre	kg	0,200	• une à point.
<u>Pommes pont-neuf :</u>			
pommes de terre bintje	kg	1,200	- Frire les pommes pont-neuf.
huile de friture	l	p.m.	- Dresser sur plats.
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
poivre	kg	p.m.	
<u>Finition :</u>			
beurre	kg	0,020	
cresson	botte	¼	

SUJET
BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

Réalisation : Côte de veau, sauce tomate

Haricots verts au beurre, tomate étuvée

SUJET n° 1 - 3

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Éléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
côte de veau (4 x 0,200 kg)	kg	0,800	- Eplucher et laver les légumes.
huile	l	0,02	
beurre	kg	0,020	- Parer et mançonner les côtes.
farine	kg	0,050	
<u>Sauce tomate :</u>			
beurre	kg	0,030	- Réaliser la sauce tomate.
poitrine de porc ½ sel	kg	0,040	- Tamponner et réserver au chaud.
carotte	kg	0,040	
oignon	kg	0,040	- Monder et étuver les tomates.
farine	kg	0,030	
concentré de tomates	kg	0,040	- Cuire à l'anglaise les haricots verts et lier au beurre.
fond blanc*	l	1,00	
bouquet garni	pièce	1	
ail	gousse	2	
beurre (pour tamponner)	kg	0,010	- Sauter les côtes.
<u>Garniture :</u>			
haricots verts frais	kg	0,400	
tomates petites	kg	0,200	
beurre	kg	0,040	
<u>Présentation :</u>			
basilic	botte	¼	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
sel gros	kg	p.m.	
poivre	kg	p.m.	
* fond fourni par le centre d'examen			

SUJET
BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8

Réalisation : Génoise chocolat Chantilly

SUJET n° 1 - 3

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Éléments de la recette :			
<u>Génoise :</u>			
œuf	pièce	4	
sucré	kg	0,125	- Réaliser la génoise chocolat (tamiser la farine avec le cacao en poudre).
farine	kg	0,100	
cacao poudre	kg	0,010	- Réaliser le sirop.
beurre (chemisage)	kg	0,020	
farine (chemisage)	kg	0,020	- Réaliser la Chantilly.
<u>Sirop :</u>			
eau	l	0,10	
sucré	kg	0,100	
kirsch	l	0,05	
<u>Chantilly :</u>			
crème liquide	l	0,50	
sucré glace	kg	0,050	
extrait de vanille	l	p.m.	
<u>Finition :</u>			
bigarreaux confits	kg	0,050	
angélique	kg	0,050	
<u>Divers :</u>			
dessous de gâteau en carton	pièce	1	

SUJET
BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE
ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE
SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8 (2 x 4)

Réalisation : Quiche au thon et à la ratatouille

SUJET n° 1 - 4

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
thon frais	kg	0,200	- Eplucher, laver les légumes.
huile d'olive	l	0,05	- Réaliser la pâte Brisée.
<u>Pâte Brisée :</u>			
farine	kg	0,250	- Tailler les légumes de la ratatouille :
beurre	kg	0,125	• Ciseler les oignons,
sel fin	kg	0,005	• Tailler en dés les légumes,
œuf	pièce	1	• Hacher l'ail.
eau	l	p.m.	- Marquer en cuisson la ratatouille.
farine (pour abaisser)	kg	0,040	- Dessécher la ratatouille en fin de cuisson.
beurre (pour foncer)	kg	0,020	- Réaliser l'appareil à flan salé.
<u>Appareil à flan salé :</u>			
œuf	pièce	2	- Sauter et émietter le thon.
œuf (jaune)	pièce	2	- Foncer les cercles.
crème épaisse	l	0,20	- Mélanger l'appareil et la garniture.
<u>Ratatouille :</u>			
oignon	kg	0,100	- Garnir et cuire les quiches.
poivron vert	kg	0,100	- Dresser sur plats.
tomate	kg	0,100	
courgette	kg	0,100	
aubergine	kg	0,100	
huile d'olive	l	0,05	
ail	gousse	1	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
poivre	kg	p.m.	

SUJET
BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE
ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE
SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

Réalisation : Cuisse de canard bourguignonne

SUJET n° 1 - 4

Pâtes fraîches

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
cuisse de canard (0,200 kg x 4)	kg	0,800	- Eplucher et laver les légumes.
<u>Sauce bourguignonne :</u>			
huile	l	0,02	- Manchonner les cuisses de canard.
carotte	kg	0,020	- Tailler la garniture aromatique.
oignon	kg	0,100	- Marquer en cuisson le ragoût à brun.
farine	kg	0,040	- Marquer la garniture bourguignonne en cuisson :
bouquet garni	pièce	1	• détailler la poitrine en lardons,
ail	gousse	1	• blanchir et sauter,
vin rouge	l	0,50	• escaloper et sauter les champignons,
fond brun de veau clair*	l	0,50	• glacer à brun les petits oignons.
<u>Garniture bourguignonne :</u>			
poitrine de porc ½ sel	kg	0,125	- Décanter et terminer le ragoût.
huile	l	0,01	- Cuire les pâtes, lier au beurre.
champignons de paris	kg	0,125	- Dresser sur assiettes.
petits oignons	kg	0,125	
beurre	kg	0,010	
sucre semoule	kg	p.m.	
<u>Garniture :</u>			
pâtes fraîches*	kg	0,200	
beurre	kg	0,050	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
sel gros	kg	p.m.	
poivre	kg	p.m.	

* Fournis par le centre d'examen

SUJET
BEP HOTELLERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE
SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8

Réalisation : Velouté Favorite

SUJET n° 2 - 1

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
beurre	kg	0,100	- Eplucher, laver les légumes.
poireaux	kg	0,200	- Emincer les poireaux.
farine	kg	0,100	- Marquer le velouté en cuisson :
fond blanc*	l	2,50	• suer les blancs de poireaux,
haricots verts	kg	1,000	• singer,
			• mouiller, porter à ébullition,
			• ajouter les haricots verts.
<u>Garniture :</u>			
haricots verts extra fin frais	kg	0,100	- Cuire à l'anglaise les haricots verts de la garniture.
cerfeuil	botte	¼	
<u>Liaison :</u>			
œuf (jaune)	pièce	2	- Les tailler en brunoise.
crème épaisse	l	0,20	- Mixer, lier le velouté.
<u>Assaisonnement :</u>			
sel gros	kg	p.m.	- Passer le velouté au chinois.
sel fin	kg	p.m.	- Ajouter la garniture.
			- Dresser et envoyer en souprière.
			* fourni par le centre

SUJET
BEP HOTELLERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

Réalisation : Caneton poêlé aux olives

SUJET n° 2 - 1

Gratin de pommes de terre

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
canette effilée (pièce x 1)	kg	1,600	- Eplucher, laver les légumes.
huile	l	0,02	- Habiller et brider la canette.
beurre	kg	0,040	- Poêler la canette.
<u>Fond de poêlage :</u>			
oignon	kg	0,050	- Réaliser le fond de poêlage.
carotte	kg	0,050	- Blanchir les olives.
tomate	kg	0,080	
ail	gousse	2	- Réaliser le gratin :
bouquet garni	pièce	1	• émincer les pommes de terre (ne pas les rincer),
vin blanc	l	0,05	• pocher au lait assaisonné,
fond brun de veau lié*	l	0,40	• dresser les pommes de terre en plat à gratin avec l'ail haché,
Porto ou Madère	l	0,05	• terminer et gratiner.
<u>Garniture :</u>			
olives vertes dénoyautées	kg	0,100	- Glacer la canette.
<u>Gratin :</u>			
potatoes de terre BF 15	kg	0,800	- Dresser la canette en bi-métal, les olives autour.
lait	l	0,50	
crème liquide	l	0,20	
beurre	kg	0,020	
ail	gousse	2	
emmental râpé	kg	0,050	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	* Fourni par le centre.
gros sel	kg	p.m.	
poivre blanc	kg	p.m.	

SUJET

BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4Réalisation : Tournedos sautés fleuristepommes cocotteSUJET n° 2-2

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Éléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
tournedos (0,150 kg x 4)	kg	0,600	- Laver, éplucher les légumes.
huile	l	0,05	- Parer et ficeler les tournedos.
beurre	kg	0,025	- Monder les tomates, les couper en 2, les évider et les étuver.
<u>Sauce :</u>			
vin blanc	l	0,10	- Réaliser la jardinière :
fond de veau lié*	l	0,50	• tailler les légumes,
<u>Garniture :</u>			
carotte	kg	0,400	• les cuire séparément à l'anglaise.
navet	kg	0,400	- Tourner, blanchir et rissoler les pommes.
petits pois écosés surgelés	kg	0,125	- Marquer les tournedos en cuisson et réaliser la sauce par déglacage.
haricots verts extra fins	kg	0,125	- Etuver la jardinière et garnir les ½ tomates.
beurre	kg	0,050	- Dresser les tournedos et les légumes sur assiettes.
tomate (0,080 kg x 4)	kg	0,320	
pommes de terre (BF 15)	kg	0,600	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	* Fourni par le centre
poivre	kg	p.m.	
gros sel	kg	p.m.	

SUJET

BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8 (2 x 4)Réalisation : Bande de tarte feuilletée aux fraisesSUJET n° 2-2

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Éléments de la recette :			
<u>Pâte feuilletée :</u>			
farine	kg	0,400	- Réaliser une pâte feuilletée.
sel fin	kg	0,008	- Réaliser la crème pâtissière.
eau	l	0,20	- Laver, équeuter les fraises.
margarine feuilletage	kg	0,300	- Détailler et monter les bandes de feuilletage (2 x 4).
farine (pour tourer)	kg	0,040	- Les cuire à blanc.
<u>Dorure :</u>			
œuf	pièce	1	- Garnir les bandes de crème et disposer les fraises.
<u>Crème pâtissière :</u>			
lait	l	0,50	- Napper les bandes de tarte.
œuf (jaune)	pièce	4	- Dresser sur plat.
sucré semoule	kg	0,100	
farine	kg	0,060	
vanille	gousse	½	
<u>Garniture :</u>			
fraises	kg	0,800	
<u>Finition :</u>			
nappage rouge	kg	0,140	

SUJET

BEP HOTELLERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8 (2 x 4)Réalisation : Quiche aux poireauxSUJET n° 2-3

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
farine type 55	kg	0,250	- Eplucher, laver les légumes.
sel fin	kg	0,005	
beurre	kg	0,125	- Réaliser la pâte Brisée.
œuf	pièce	1	
eau	l	p.m.	- Emincer et étuver les blancs de poireaux au beurre
farine (pour fleurir)	kg	0,040	
beurre (pour foncer)	kg	0,020	- Détailler la poitrine en petits lardons, blanchir et sauter.
<u>Appareil à flan salé :</u>			
lait	l	0,25	- Réaliser l'appareil à flan salé.
crème épaisse	l	0,25	
œuf	pièce	2	- Foncer les 2 cercles à tartc.
œuf (jaune)	pièce	2	- Garnir les quiches et cuire au four.
<u>Garniture :</u>			
beurre	kg	0,040	
poireau	kg	0,800	
poitrine de porc fumée	kg	0,150	
huile	l	p.m.	
emmental râpé	kg	0,150	
<u>Présentation :</u>			
persil	kg	0,020	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
piment de Cayenne	kg	p.m.	
noix de muscade	kg	p.m.	

SUJET

BEP HOTELLERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4Réalisation : Filets de daurade au basilicSUJET n° 2-3

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
daurade rose (0,600 kg x 2)	kg	1,200	- Eplucher et laver les légumes.
huile	l	0,05	
beurre	kg	0,050	- Habiller et fileter les daurades.
<u>Fumet de poisson :</u>			
arêtes	kg	p.m.	- Tailler les légumes.
beurre	kg	0,050	- Marquer le fumet.
oignon	kg	0,030	
échalote	kg	0,020	- Marquer la tomate concassée.
vin blanc	l	0,05	
eau	l	p.m.	- Réaliser la sauce :
bouquet garni	pièce	1	• mixer la concassée,
<u>Concassée de tomate :</u>			
beurre	kg	0,020	• détendre au fumet,
échalote	kg	0,020	• ajouter des petits dés de tomate,
tomate (grosse)	kg	0,500	• monter au beurre,
ail	gousse	2	• terminer avec la julienne de basilic.
<u>Finition de la sauce :</u>			
tomate (grosse)	kg	0,200	- Sauter les épinards à cru.
beurre	kg	0,050	- Sauter les filets de daurade.
basilic	botte	½	- Dresser sur assiettes.
<u>Garniture :</u>			
épinards frais	kg	1,200	
beurre	kg	0,080	
ail	gousse	2	
<u>Décor :</u>			
citron	pièce	1	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
poivre blanc	kg	p.m.	
sucres semoule	kg	p.m.	

SUJET

BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4Réalisation : Mignons de porc sautés sauce moutardepommes sautées à cruSUJET n° 2-4

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
filets mignons de porc	kg	0,600	- Eplucher et laver les légumes.
farine	kg	0,050	- Parer et détailler les filets mignons de porc.
huile	l	0,02	- Emincer les pommes de terre.
beurre	kg	0,020	- Hacher le persil.
thym	botte	p.m.	- Sauter les mignons de porc.
<u>Sauce moutarde :</u>			
oignon	kg	0,030	- Réaliser la sauce par déglacage.
vin blanc	l	0,05	- Sauter à cru les pommes de terre.
fond brun de veau lié*	l	0,50	- Dresser sur assiettes.
crème liquide	l	0,10	
moutarde à l'ancienne	kg	0,020	
beurre	kg	0,020	
<u>Garniture :</u>			
potatoes nouvelles	kg	1,200	
beurre	kg	0,050	
huile	l	0,05	
persil	kg	0,020	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
poivre blanc	kg	p.m.	
* Fourni par le centre			

SUJET

BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8 (2 x 4)Réalisation : Saint-Honoré aux fraises et ChantillySUJET n° 2-4

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Pâte feuilletée*</u>			
Pâte à choux :	kg	0,300	
eau	l	0,25	- Abaisser la pâte feuilletée en deux disques de 18 cm de diamètre ; piquer.
sel fin	kg	0,002	- Réaliser la pâte à choux.
beurre	kg	0,100	- Coucher la pâte à choux en couronnes sur le bord des disques.
farine	kg	0,150	- Coucher 16 petits choux à part.
œuf	pièce	4	- Dorer, cuire au four.
sucres	kg	0,015	- Laver, équeuter les fraises.
beurre (pour plaquer)	kg	0,010	- Monter la crème Chantilly.
œuf (dorure)	pièce	1	- Cuire un caramel blond.
<u>Crème Chantilly :</u>			
crème liquide	l	0,50	- Glacer les choux avec le caramel et coller sur les disques de pâte cuite.
sucres glace	kg	0,080	- Garnir le Saint-Honoré avec la Chantilly.
vanille liquide	l	p.m.	- Décorer avec les fraises.
<u>Caramel :</u>			
eau	l	p.m.	- Dresser sur plat.
sucres	kg	0,200	
<u>Garniture :</u>			
fraises	kg	0,250	
<u>Finition :</u>			
sucres glace	kg	0,020	
* Fourni par le centre			

SUJET

BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE
SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8Réalisation : Crème de moules au safranSUJET n° 3-1

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
beurre	kg	0,080	- Eplucher et laver les légumes.
poireau	kg	0,160	
farine	kg	0,080	- Gratter et laver les moules.
moules de bouchot	kg	2,000	
échalote	kg	0,080	- Marquer le fumet de poisson.
vin blanc	l	0,10	- Cuire les moules à la "marinière".
<u>Fumet de poisson :</u>			
arêtes	kg	0,800	- Décortiquer et ébarber les moules.
beurre	kg	0,040	- Réserver 1/3 des moules pour la finition.
oignon	kg	0,080	
échalote	kg	0,040	- Marquer en cuisson le velouté :
bouquet garni	pièce	1	<ul style="list-style-type: none"> • suer les blancs de poireaux. • singer, • mouiller, • cuire à couvert.
eau	l	2,00	
<u>Liaison :</u>			
crème épaisse	l	0,20	- Mixer et crémier l'ensemble, passer au chinois.
<u>Assaisonnement :</u>			
sel	kg	p.m.	
poivre	kg	p.m.	- Réserver au bain-marie et ajouter l'élément de finition.
safran	g	0,5	- Dresser et envoyer en soupière.

SUJET

BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4Réalisation : Sauté de veau au cidre et aux deux pommesSUJET n° 3 - 1

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
épaule de veau désossée	kg	0,800	- Eplucher et laver les légumes.
oignon	kg	0,100	
huile	l	0,05	- Peler et citronner les pommes.
farine	kg	0,030	
fond de veau brun clair*	l	0,50	- Parer et détailler la viande.
cidre brut	l	0,050	- Marquer en cuisson le ragoût à brun.
<u>Garniture :</u>			
potimorche	kg	0,800	- Tourner, blanchir, rissoler les pommes cocottes.
potimorche	kg	0,600	
beurre	kg	0,100	- Couper en quartiers et sauter les pommes fruits.
huile	l	0,03	
<u>Finition :</u>			
persil	kg	0,020	- Terminer le sauté.
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
poivre	kg	p.m.	
* fond de veau fourni par le centre d'examen			

SUJET

BEP HOTELLERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4Réalisation : Pavé de rumsteak façon "Mascotte"Sauce BercySUJET n° 3 - 2

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
pavé de rumsteak (4 x 0,150 kg)	kg	0,600	- Eplucher et laver les légumes.
huile	l	0,02	
beurre	kg	0,020	
<u>Sauce Bercy :</u>			
échalote	kg	0,020	- Réaliser la garniture façon "Mascotte" : • tourner les fonds d'artichauts, • tourner les pommes cocottes, • hacher le persil.
vin blanc	l	0,04	
fond brun de veau lié*	l	0,25	
beurre	kg	0,020	
persil	kg	0,010	- Tailler les éléments de la sauce Bercy :
<u>Garniture :</u>			
artichaut (4 x 0,250 kg)	kg	1,000	• ciseler les échalotes, • hacher le persil.
citron	pièce	2	- Cuire à l'anglaise les fonds d'artichauts.
huile	l	0,02	- Blanchir et rissoler les pommes cocottes.
beurre	kg	0,020	- Sauter les fonds d'artichauts escalopés.
pommes de terre BF 15	kg	1,000	- Sauter les pavés de rumsteak (2 saignants, 2 à point)
huile	l	0,04	- Réaliser la sauce Bercy par déglçage.
beurre	kg	0,020	- Dresser sur plat.
persil	kg	0,010	
<u>Assaisonnement :</u>			
gros sel	kg	p.m.	
sel fin	kg	p.m.	
poivre	kg	p.m.	

* Fourni par le centre

SUJET

BEP HOTELLERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8 (2 x 4)Réalisation : Bande feuilletée aux fruitsSUJET n° 3 - 2

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Pâte feuilletée :</u>			
farine	kg	0,400	- Réaliser la pâte feuilletée.
sel fin	kg	0,008	
eau	l	0,20	- Détailler et cuire les bandes (environ 12 cm de large).
margarine feuilletage	kg	0,300	
farine (pour tourer)	kg	0,040	- Réaliser la crème pâtissière.
œuf (dorure)	pièce	1	
<u>Crème pâtissière :</u>			
lait	l	0,50	- Garnir les bandes de crème pâtissière et de fruits.
œuf (jaune)	pièce	4	
sucres semoule	kg	0,100	- Lustrer les fruits.
vanille	gousse	½	
farine	kg	0,060	- Dresser sur plat long (papier dentelle).
kirsch	l	0,02	
<u>Garniture :</u>			
ananas au sirop	boîte 4/4	1	
framboises	kg	0,125	
<u>Finition :</u>			
nappage blond	kg	0,150	

SUJET

BEP HOTELLERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8 x 1Réalisation : Petits pâtés feuilletésSUJET n° 3 - 3

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Pâte feuilletée :</u>			
farine	kg	0,400	- Eplucher et laver les légumes. - Réaliser la pâte feuilletée, (5 ou 6 tours). - Réaliser la farce :
sel fin	kg	0,008	
eau	l	0,20	
margarine à feuilletage	kg	0,300	
farine (pour tourer)	kg	0,040	
<u>Dorure :</u>			
œuf	pièce	1	<ul style="list-style-type: none"> • suer les échalotes ciselées, • hacher la noix de veau, • hacher les herbes, • mélanger tous les éléments de la farce, • ajouter, Cognac et Madère, assaisonner.
<u>Farce :</u>			
chair à saucisse	kg	0,300	- Monter les petits pâtés (forme libre). - Cuire les petits pâtés. - Dresser 4 feuilletés sur assiettes, le reste sur plat.
noix de veau	kg	0,100	
œuf (entier)	pièce	1	
échalote	kg	0,020	
Madère	l	0,01	
Cognac	l	0,01	
persil	kg	0,040	
cerfeuil	botte	¼	
estragon	botte	¼	
<u>Décor :</u>			
persil	kg	0,040	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
poivre blanc	kg	p.m.	
4 épices	kg	p.m.	

SUJET

BEP HOTELLERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4Réalisation : Pavé de saumon à la fondue de poireauxSUJET n° 3 - 3

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
filet de saumon	kg	0,800	- Eplucher et laver les légumes. - Retirer la peau, parer et détailler le saumon.
huile	l	0,04	
<u>Fondue de poireaux :</u>			
poireaux	kg	0,600	- Réaliser la fondue de poireaux : <ul style="list-style-type: none"> • émincer les poireaux, • détailler et sauter les lardons, • ajouter les poireaux, étuver.
beurre	kg	0,050	
poitrine fumée	kg	0,100	
huile	l	0,01	- Tourner les pommes de terre et les cuire à l'anglaise.
<u>Garniture :</u>			
pommes de terre nouvelle BF15	kg	0,600	- Réaliser le beurre blanc.
<u>Beurre blanc :</u>			
échalotes	kg	0,025	- Saisir les pavés de saumon. - Terminer la cuisson au four. - Dresser (au choix).
vin blanc	l	0,10	
vinaigre de vin blanc	l	p.m.	
beurre	kg	0,150	
<u>Finition :</u>			
cerfeuil	botte	¼	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
poivre blanc	kg	p.m.	
gros sel	kg	p.m.	

SUJET
BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8 (8 x 1)

Réalisation : Tartare de saumon en aumônière

SUJET n° 3 - 4

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
filet de saumon	kg	0,400	- Eplucher, laver l'échalote
saumon fumé tranche	kg	0,100	- Habiller le filet de saumon.
échalote	kg	0,030	- Tailler en petits dés le saumon fumé et le saumon frais.
ciboulette	botte	1	- Ciseler l'échalote et la ciboulette.
citron	kg	0,100	- Mélanger tous les éléments.
crème épaisse	kg	0,060	- Assaisonner.
baie rose	kg	0,005	- Détailler en 2 les feuilles de brik.
<u>Sauce :</u>			
vinaigre balsamique	l	0,05	- Garnir.
huile d'olive	l	0,03	- Refermer et lier avec un brin de ciboulette blanchi.
huile de sésame	l	0,03	- Réaliser la sauce.
<u>Finition :</u>			
tomate cerise	kg	0,100	- Colorer les aumônières à la salamandre.
basilic	botte	¼	- Dresser sur assiettes.
feuille de brik	pièce	4	- Ajouter un cordon de sauce.
ciboulette	botte	½	- Décorer avec les tomates et les feuilles de basilic.
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
poivre blanc	kg	p.m.	

SUJET
BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

Réalisation : Poulet poêlé niçoise

SUJET n° 3 - 4

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
poulet 4/4 effilé labellisé de 1,4 kg	pièce	1	- Eplucher et laver les légumes.
beurre	kg	0,020	- Habiller et brider la volaille en entrée.
<u>Fond de poêlage :</u>			
carotte	kg	0,050	- Préparer les légumes : tourner les pommes château et monder les tomates.
oignon	kg	0,050	- Poêler le poulet.
vin blanc	l	0,10	- Marquer la garniture en cuisson :
fond brun de volaille lié*	l	0,30	<ul style="list-style-type: none"> • tomates étuvées, • haricots verts à l'anglaise, lier au beurre, • blanchir et rissoler les pommes château.
<u>Garniture :</u>			
tomate garniture (4 x 0,080 kg)	kg	0,320	- Réaliser le fond de poêlage.
huile d'arachide	l	0,03	- Hacher le persil.
haricots verts	kg	0,300	- Dresser sur plat, garniture autour du poulet. (saucière à part)
beurre	kg	0,020	
pomme de terre (BF 15)	kg	1,200	
huile d'arachide	l	0,04	
beurre	kg	0,020	
<u>Finition :</u>			
beurre	kg	0,020	
persil	kg	0,020	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
poivre du moulin	kg	p.m.	

* Fourni par le centre.

SUJET

BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE

CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4Réalisation : Filets de sole Bonne Femmepommes à l'anglaiseSUJET n° 4 - 1

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
soles filets (2 x 0,500 kg)	pièce	2	- Eplucher, laver les légumes.
beurre	kg	0,030	- Habiller, fileter les soles.
échalote	kg	0,020	- Dégorger les arêtes.
champignons de Paris	kg	0,150	- Marquer en cuisson le fumet de poisson.
persil	kg	0,020	- Tourner les pommes à l'anglaise.
vin blanc	l	0,10	- Cuire les pommes à l'anglaise.
<u>Fumet de poisson :</u>			
beurre	kg	0,020	- Plaquer les filets de sole et les pocher à court mouillement.
échalote	kg	0,020	- Réaliser la sauce vin blanc par réduction.
oignon	kg	0,040	- Dresser sur plat et glacer les filets de sole sous la salamandre.
arêtes des soles	kg	p.m.	- Dresser les pommes en légumier.
parure de champignons	kg	p.m.	
bouquet garni	pièce	1	
<u>Finition de la sauce :</u>			
crème épaisse	l	0,30	
beurre	kg	0,080	
<u>Garniture :</u>			
pomme de terre BF 15	kg	1,000	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel gros	kg	p.m.	
sel fin	kg	p.m.	
poivre	kg	p.m.	

SUJET

BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE

CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8Réalisation : MokaSUJET n° 4 - 1

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Génoise :</u>			
œuf	pièce	4	- Réaliser la génoise.
sucré semoule	kg	0,125	- Réaliser le sirop.
farine	kg	0,125	- Réaliser la crème au beurre.
beurre (chemisage)	kg	0,020	- Griller les amandes.
farine (chemisage)	kg	0,020	- Monter le moka :
<ul style="list-style-type: none"> • couper en 2 ou 3 disques, • imbiber au sirop, • fourrer et masquer. 			
<u>Crème au beurre :</u>			
beurre extra fin	kg	0,250	- Terminer et décorer le moka.
sucré	kg	0,200	- Dresser sur plat rond.
eau	l	p.m.	
œuf (jaune)	pièce	5	
café (extrait liquide)	l	p.m.	
<u>Sirop :</u>			
eau	l	0,10	
sucré	kg	0,100	
rhum	l	0,04	
<u>Finition :</u>			
amandes hachées	kg	0,100	
<u>Divers :</u>			
dessous de gâteau en carton	pièce	1	

SUJET

BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4Réalisation : Carré d'agneau rôtiHaricots panachésSUJET n° 4 - 2

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
Base :			
carré d'agneau (8 côtes)	kg	1,200	- Trier le cresson.
huile	l	0,02	
beurre	kg	0,010	- Effiler les haricots verts.
thym	botte	p.m.	- Eplucher, laver les légumes.
Jus de rôti :			
ail	kg	p.m.	- Habiller le carré :
thym	botte	p.m.	• parer,
			• ficeler.
Garniture :			
haricots verts frais	kg	0,300	- Cuire les haricots chevriers (façon légumes secs).
haricots chevriers surgelés	kg	0,300	- Cuire les haricots verts à l'anglaise.
carottes	kg	0,050	
oignons	kg	0,050	- Rôtir le carré.
bouquet garni	pièce	1	
ail	kg	p.m.	- Réaliser le jus de rôti
persil	kg	0,020	
Finitions :			
cresson	botte	½	- Lier les légumes au beurre, ail et persil hachés.
beurre	kg	0,050	- Dresser le carré sur plat, les légumes en légumier, jus à part.
Assaisonnement :			
sel fin	kg	p.m.	
gros sel	kg	p.m.	
poivre blanc	kg	p.m.	
clou de girofle	kg	p.m.	

SUJET

BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8 (2 x 4)Réalisation : Tarte caramélisée du pays d'AugeSUJET n° 4 - 2

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
Pâte Brisée :			
farine	kg	0,250	- Laver et éplucher les fruits.
beurre	kg	0,125	
sel fin	kg	0,005	- Réaliser la pâte Brisée.
sucres semoule	kg	0,050	
œuf	pièce	1	- Sauter les quartiers de pommes au beurre.
farine (pour abaisser)	kg	0,040	
farine (pour foncer)	kg	0,020	- Caraméliser, flamber au Calvados.
Garniture :			
pomme Golden	kg	1,500	- Foncer les cercles.
beurre	kg	0,060	- Saupoudrer le fond de poudre d'amandes, de raisins.
vergeoise blonde	kg	0,050	
raisins blonds	kg	0,050	- Garnir les fonds de pommes.
poudre d'amandes	kg	0,060	
cannelle (poudre)	kg	p.m.	- Marquer en cuisson.
Calvados	l	0,02	- Saupoudrer de vergeoise et d'amandes hachées.
Finition :			
amandes hachées	kg	0,100	- Caraméliser à la salamandre.
vergeoise blonde	kg	0,015	- Dresser sur plats.
Sauce d'accompagnement :			
crème épaisse	l	0,20	- Servir tiède avec une saucière de crème épaisse.

SUJET
BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE
SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8

Réalisation : Feuilleté d'œufs brouillés aux crevettes

SUJET n° 4 - 3

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
œufs	pièce	16	- Equeuter, laver le persil.
beurre	kg	0,040	- Réaliser la pâte feuilletée.
<u>Pâte feuilletée :</u>			
farine	kg	0,400	- Décortiquer les crevettes.
sel fin	kg	0,008	- Détailler les 8 feuilletés, forme au choix.
eau	l	0,20	- Cuire les feuilletés.
margarine à feuilletage	kg	0,300	- Etuver les crevettes au beurre.
farine (pour tourer)	kg	0,040	- Réaliser les œufs brouillés.
<u>Dorure :</u>			
œuf	pièce	1	- Garnir et dresser les feuilletés d'œufs brouillés aux crevettes, 4 sur assiettes et 4 sur plat.
<u>Garniture :</u>			
crevettes surgelées 60/80	kg	0,500	
beurre	kg	0,020	
<u>Finition :</u>			
beurre	kg	0,050	
ou			
crème épaisse	l	0,05	
<u>Présentation :</u>			
persil	kg	0,020	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
poivre blanc	kg	p.m.	

SUJET
BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

Réalisation : Fricassée de veau aux concombres et à l'estragon

SUJET n° 4 - 3

Riz pilaf

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
épaule de veau désossée	kg	0,800	- Eplucher, laver les légumes.
fond blanc de veau*	l	1,00	- Parer et découper la viande(2 ou 3 morceaux par personne).
beurre	kg	0,030	- Préparer la garniture aromatique.
farine	kg	0,030	- Réaliser le ragoût à blanc.
oignon gros	kg	0,100	- Tourner et blanchir les concombres.
bouquet garni	pièce	1	- Réaliser le riz pilaf.
ail	gousse	1	- Terminer la saucé :
estragon	botte	¼	• décanter,
<u>Garniture :</u>			
concombre	kg	0,500	• crémér,
beurre	kg	0,050	• passer,
<u>Finition :</u>			
crème épaisse	kg	0,200	• ajouter l'estragon haché.
estragon	botte	¼	- Terminer le riz pilaf.
<u>Riz pilaf :</u>			
beurre	kg	0,080	- Dresser sur assiettes.
riz long	kg	0,200	
oignon	kg	0,060	
bouquet garni	pièce	1	
<u>Assaisonnement :</u>			
gros sel	kg	p.m.	
sel fin	kg	p.m.	
poivre blanc	kg	p.m.	

* Fond blanc de veau fourni par le centre

SUJET

BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8 (8 x1)Réalisation : Salade aux pointes d'asperges et œufs pochésSUJET n° 4 - 4

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
batavia	pièce	1	- Eplucher, laver les légumes.
feuille de chêne rouge	pièce	1	
<u>Garniture :</u>			
asperges vertes	kg	1,000	- Réaliser des pluches de cerfeuil.
tomates	kg	0,400	
œuf (extra frais)	pièce	8	- Cuire les asperges à l'anglaise.
vinaigre blanc	l	0,10	
cerfeuil	botte	¼	- Pocher les œufs.
jambon sec	kg	0,200	
<u>Vinaigrette :</u>			
vinaigre de Xérès	l	0,05	- Monder, épépincer les tomates et les tailler en dés.
huile de noix	l	0,15	
moutarde de Dijon	kg	p.m.	- Tailler une julienne de jambon sec.
<u>Assaisonnement :</u>			
gros sel	kg	p.m.	- Réaliser une vinaigrette.
sel fin	kg	p.m.	
poivre blanc	kg	p.m.	
- Dresser sur 8 assiettes.			

SUJET

BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4Réalisation : Poulet sauté chasseurPommes noisettesSUJET n° 4 - 4

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
poulet label effilé de 1,4 kg	pièce	1	- Eplucher, laver les légumes.
farine	kg	0,040	
huile	l	0,05	- Habiller, découper à cru en quatre morceaux la volaille.
beurre	kg	0,025	
<u>Sauce :</u>			
échalote	kg	0,025	- Préparer les éléments de la sauce :
champignon de Paris	kg	0,150	
Cognac	l	0,02	• ciseler les échalotes, • émincer les champignons, • hacher les fines herbes.
vin blanc	l	0,05	
fond de veau lié*	l	0,40	- Lever les pommes noisettes.
cerfeuil	botte	¼	
estragon	botte	¼	- Marquer en cuisson le poulet sauté avec les abattis.
persil	kg	0,010	
<u>Pommes noisettes :</u>			
pomme de terre Bintje	kg	1,250	- Blanchir et rissoler les pommes noisettes.
huile	l	0,05	
beurre	kg	0,050	- Réaliser la sauce chasseur :
persil	kg	0,010	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	• décanter les morceaux, • dégraisser, • suer les échalotes ciselées, • ajouter les champignons émincés, • flamber Cognac, • déglacer vin blanc • mouiller au fond de veau lié, • cuire quelques minutes, • retirer les abattis, • adjoindre les morceaux et les fines herbes.
poivre blanc moulu	kg	p.m.	
- Dresser sur assiettes.			
* Fourni par le centre.			

SUJET

BEP HOTELLERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE
SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8 (2 x 4)

Réalisation : <u>feuilleté de moules de bouchot au safran</u>	SUJET n° <u>5 - 1</u>
---	-----------------------

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
<u>Pâte feuilletée :</u>			
farine	kg	0,400	- Eplucher et laver les légumes.
eau	l	0,20	- Réaliser la pâte feuilletée.
sel	kg	0,008	
margarine à feuilletage	kg	0,300	- Gratter et laver les moules.
farine (pour tourer)	kg	0,040	- Ciseler les échalotes et hacher le persil.
<u>Dorure :</u>			
œuf	pièce	1	- Cuire les moules à la marinère.
<u>Garniture :</u>			
moules de bouchot	kg	2,400	- Détailler 8 feuilletés (forme libre).
beurre	kg	0,050	- Débarrasser les moules, les décortiquer et filtrer la cuisson.
échalote	kg	0,040	
persil	kg	0,020	- Réaliser le velouté de moules, crémier et safraner.
vin blanc	l	0,25	
<u>Sauce safran :</u>			
jus de moules	l	0,50	- Ajouter les moules au velouté.
beurre	kg	0,030	
farine	kg	0,030	- Cuire les feuilletés.
crème épaisse	l	0,30	- Garnir les feuilletés.
safran	g	0,5	- Décorer avec les pluches de cerfeuil.
<u>Présentation :</u>			
cerfeuil	botte	¼	- Dresser 4 feuilletés sur assiettes, le reste sur plat ovale long.
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
poivre	kg	p.m.	

SUJET

BEP HOTELLERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE
SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

Réalisation : <u>filet de canard à la moutarde à l'ancienne</u> <u>Navets glacés</u>	SUJET n° <u>5 - 1</u>
---	-----------------------

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
filets de canard (2 x 0,350 kg)	kg	0,700	- Eplucher, laver les légumes.
huile	l	p.m.	- Parer les filets.
<u>Sauce :</u>			
échalotes	kg	0,025	- Réaliser la sauce :
vin blanc	l	0,05	• réduire le vin blanc et les échalotes ciselées,
fond brun de veau lié*	l	0,40	• ajouter le fond brun lié,
crème épaisse	kg	0,050	• ajouter la crème et réduire
moutarde à l'ancienne	kg	0,015	• passer, ajouter la moutarde,
beurre	kg	0,010	• monter au beurre, réserver.
<u>Navets glacés :</u>			
navets	kg	1,000	- Tourner les navets.
beurre	kg	0,040	- Glacer les navets à blanc.
sucre	kg	p.m.	- Sauter les filets (tenir rosé).
<u>Présentation :</u>			
cerfeuil	botte	¼	- Escaloper les filets.
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	- Dresser sur assiettes.
poivre blanc	kg	p.m.	

* Fourni par le centre d'examen

SUJET
BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

Réalisation : Côte de porc vallée d'Auge

Pommes noisettes

SUJET n° 5 - 2

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Éléments de la recette :			
<u>Base :</u>			
côtes de porc (4 x 0,200 kg)	kg	0,800	- Eplucher et laver les fruits et légumes.
beurre	kg	0,040	- Parer, mançonner les côtes de porc.
huile	l	0,02	- Lever les pommes noisettes.
<u>Sauce :</u>			
échalote	kg	0,050	- Marquer la garniture en cuisson :
Calvados	l	0,05	• blanchir et rissoler les pommes noisettes,
fond brun de veau lié*	l	0,25	• sauter les pommes fruits en quartiers.
crème épaisse	kg	0,200	- Sauter les côtes de porc.
<u>Garniture :</u>			
potatoes de terre bintje	kg	1,200	- Réaliser la sauce vallée d'Auge par déglacage.
huile	l	0,04	- Dresser sur assiettes.
beurre	kg	0,020	
potatoes fruits Golden	kg	0,400	
beurre	kg	0,020	
<u>Finitions :</u>			
persil	kg	0,010	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
poivre	kg	p.m.	
sucre	kg	p.m.	

* fond fourni par le centre.

SUJET
BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8 (2 x 4)

Réalisation : Bavarois vanille-café

SUJET n° 5 - 2

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Éléments de la recette :			
<u>Appareil à bavarois :</u>			
lait	l	0,50	- Réaliser la crème anglaise collée.
œuf (jaune)	pièce	4	- La diviser en deux parties et les parfumer.
sucre	kg	0,125	- Réaliser la crème fouettée.
vanille	gousse	½	- Incorporer la crème fouettée aux 2 appareils.
gélatine	feuille	6 à 8	- Garnir chaque moule avec les 2 appareils.
crème liquide	l	0,40	- Réserver au froid.
<u>Parfums :</u>			
vanille liquide	l	p.m.	- Dresser les bavarois sur plats.
extrait de café	l	p.m.	

SUJET
BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

Réalisation : Pintade rôtie

pommes gaufrettes

SUJET n° 5 - 3

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
Base :			
pintade label effilée de 1,400 kg	pièce	1	- Eplucher et laver les légumes.
barde de lard gras	kg	0,080	
huile	l	0,04	- Tailler les pommes gaufrettes.
beurre	kg	0,040	
Jus de rôti :			
thym, laurier	p.m.	p.m.	- Habiller, brider et barder la pintade en entrée.
Garniture d'accompagnement :			
pomme de terre (Bintje)	kg	1,000	- Rôtir la pintade.
huile de friture	l	p.m.	- Réaliser le jus de rôti.
Canapés :			
pain de mie (4 x 0,050 kg)	tranche	4	- Frirer les pommes gaufrettes.
huile	l	0,04	- Parer les tranches de pain de mie et les sauter.
beurre	kg	0,020	- Réaliser la farce à gratin :
Farce à gratin :			
lard gras	kg	0,050	• vérifier les foies, fondre le lard gras,
foie de volaille	kg	0,100	• saisir les foies en les gardant saignants,
échalote	kg	0,020	• suer les échalotes,
Cognac	l	0,02	• flamber au Cognac,
beurre	kg	0,020	• passer au tamis,
Finition :			
cresson	botte	½	• réserver et tamponner.
beurre	kg	0,020	- Masquer les canapés de farce à gratin.
Assaisonnement :			
sel fin	kg	p.m.	- Dresser sur plats.
poivre	kg	p.m.	

SUJET
BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8 (8 x 1)

Réalisation : Tarte fine aux pommes

SUJET n° 5 - 3

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Eléments de la recette :			
Base :			
Pâte feuilletée :			
farine	kg	0,400	- Laver et éplucher les fruits.
sel fin	kg	0,008	- Réaliser la pâte feuilletée.
eau	l	0,20	
margarine feuilletage	kg	0,300	- Détailler 8 abaisses rondes de 16 cm de diamètre très fines, piquer.
farine (pour tourer)	kg	0,040	- Disposer les pommes émincées.
Pommes :			
pomme golden	kg	2	- Etaler le beurre fondu au pinceau, puis saupoudrer de cassonade.
citron	pièce	1	- Cuire les tartes fines.
Cuisson :			
beurre	kg	0,160	- Saupoudrer de sucre glace à la sortie du four.
sucré roux (cassonade)	kg	0,100	- Dresser 4 tartes sur assiettes et les autres sur plat.
Finition :			
sucré glace	kg	0,020	- Envoyer

SUJET

BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8 (2 x 4)Réalisation : Gâteau d'omelettesSUJET n° 5 - 4

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Éléments de la recette :			
Base :			
œufs	pièce	24	- Equeuter et laver les légumes.
huile	l	0,05	
beurre	kg	0,050	- Monder ou peler le poivron.
Garniture :			
poivrons rouges	kg	0,150	- Emincer les légumes.
huile d'olive	l	0,02	- Cuire les légumes :
oignons	kg	0,150	• compoter le poivron,
huile d'olive	l	0,02	• compoter l'oignon,
champignons	kg	0,150	• sauter les champignons.
huile	l	0,02	- Sauter sans les retourner :
• 2 omelettes plates aux poivrons,			
• 2 omelettes plates à l'oignon,			
• 2 omelettes plates aux champignons.			
Finition :			
beurre	kg	0,020	- Monter les 2 gâteaux d'omelettes.
cerfeuil	botte	1/8	- Passer au four avant l'envoi.
Assaisonnement :			
sel fin	kg	p.m.	- Dresser sur plats ronds.
poivre	kg	p.m.	- Lustrer, décorer.

SUJET

BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE
CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 2000

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4Réalisation : Lapin en ragoût aux champignonsSUJET n° 5 - 4Tagliatelles fraîches

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
Éléments de la recette :			
Base :			
lapin (pièce de 1,400 kg)	pièce	1	- Eplucher, laver les légumes.
huile	l	0,05	- Parer, découper le lapin en 8 morceaux.
beurre	kg	0,020	
échalote	kg	0,040	- Marquer en cuisson le lapin en ragoût à brun.
bouquet garni	pièce	1	
vin blanc	l	0,10	- Sauter les champignons escalopés.
fond brun de veau tomate*	l	0,75	
romarin	botte	p.m.	- Hacher le persil.
Garniture :			
champignons de Paris	kg	0,125	- Cuire à l'anglaise les tagliatelles et les lier au beurre.
échalote	kg	0,040	
beurre	kg	0,030	- Décanter, terminer le ragoût.
Tagliatelles :			
tagliatelles fraîches*	kg	0,400	- Ajouter les champignons et le persil haché.
beurre	kg	0,040	- Dresser en légumier.
Finition :			
persil	kg	0,020	
Assaisonnement :			
sel fin	kg	p.m.	
poivre	kg	p.m.	
gros sel	kg	p.m.	

* Fourni par le centre