

ACADEMIE DE :	N° de CANDIDAT :
---------------	------------------

BEP DES METIERS DE LA RESTAURATION « dominante production culinaire »

FICHE TECHNIQUE E.Q.Q.P.

INTITULE / SUPREME DE SAUMON A L'OSEILLE
RIZ PILAF

Sujet 10/2004	Nombre de couverts	08
EQQP		

DENREES	UNITES	QUANTITE	TECHNIQUES DE REALISATION
<u>Eléments de base et fumet de poisson</u>			1 - Mettre en place le poste de travail.
Saumon	Kg		2 - , lever les filets et détailler les suprêmes.
Arêtes de poisson	Kg	0.600	
 	Kg	0.040	3 - Eplucher, laver les légumes.
Carotte	Kg		
Oignons	Kg	0.240	4 - Confectionner .
Bouquet garni	Pce	1	
Noilly	L	0.040	5 - Réaliser une chiffonnade d'oseille.
 	L	0.1	
Beurre	Kg	0.100	6 - Passer le fumet au chinois.
<u>Riz pilaf</u>			
 	Kg	0.200	7 - le riz pilaf en cuisson.
Riz	Kg		8 - Sauter les suprêmes, les conserver au chaud.
Beurre	Kg	0.200	
Gros sel	Pm	pm	9 - Réaliser la sauce par déglacage.
Thym laurier	Pm	pm	
<u>Sauce à l'oseille</u>			10 - Ajouter le fumet, réduire à glace, crémer et monter au beurre.
Oseille	Botte	2	
 	L	0.100	11 - Incorporer la chiffonnade d'oseille.
Beurre	Kg	0.060	
<u>Décoration</u>			12- Dresser sur assiettes.
Cerfeuil	Botte	¼	

ACADEMIE DE :	N° de CANDIDAT :
---------------	------------------

BEP DES METIERS DE LA RESTAURATION « dominante production culinaire »

FICHE TECHNIQUE E.Q.Q.P.

INTITULE : Paupiettes de filets de soles à la duxelles Riz pilaf

Sujet 11/2004	Nombre de couverts	08
EQQP		

DENREES	UNITES	QUANTITE	TECHNIQUES DE REALISATION
Eléments de base			1 – Habiller et fileter les soles. 2 - Tourner les champ. Cuire 3 – Confectionner la duxelle sèche. 4 – Réaliser un fumet de poisson. 5 – Confectionner les paupiettes. 6 – Cuire à 7 – Confectionner une sauce vin blanc, crémer 8 – Confectionner et cuire le riz pilaf. 9 – Napper les filets, dresser sur plat creux.
Sole filets (0.500)	Kg		
Echalotes	Kg	0.100	
beurre	Kg	0.040	
	L	0.200	
Sel et poivre	Pm	pm	
Fumet			
Champignons	Kg	0.060	
Oignons	Kg		
	Kg	0.100	
Echalotes	Kg	0.060	
Bouquet garni	Pce	1	
Duxelle			
Champignons	Kg	0.400	
	Pce	1	
Echalotes	Kg	0.100	
Beurre	Kg	0.100	
Sel et poivre	Pm	Pm	
Finition, sauce			
Farine	Kg	0.200	
Beurre	Kg		
	L	0.200	
Riz			
Riz	Kg		
Oignons	Kg	0.100	
Beurre	Kg	0.050	
Bouquet garni	Pce	1	

ACADEMIE DE :	N° de CANDIDAT :
---------------	------------------

BEP DES METIERS DE LA RESTAURATION « dominante production culinaire »

FICHE TECHNIQUE E.Q.Q.P.

INTITULE : **Beignets de pommes**

Sujet 12/2004	Nombre de couverts	08
EQQP		

DENREES	UNITES	QUANTITE	TECHNIQUES DE REALISATION
Eléments de base			1 – Confectionner la pâte à frire. 2 – Préparer les pommes. 3 – Mariner les pommes. 4 – Terminer la pâte à frire. 5 – [] les beignets en cuisson. 6 – Confectionner la sauce abricots. 7 – [] les beignets avec le sucre glace. 8 – Dresser sur papier gaufré.
Pommes	Kg	[]	
[]	Pce	1	
Sucre semoule	Kg	0.080	
Cannelle	Pm	pm	
[]	L	0.08	
Pâte à frire			
Farine	Kg	[]	
[]	Pce	2	
Sel fin	Pm	pm	
Bière	L	0.20	
huile	L	0.04	
Œufs (blancs)	Pce	[]	
Sauce abricots			
Confiture d'abricots	Kg	0.140	
Sirop de la marinade	Pm	pm	
Calvados	L	[]	
Finition			
[]	Kg	0.040	

ACADEMIE DE :

N° de CANDIDAT :

BEP DES METIERS DE LA RESTAURATION « dominante production culinaire »

FICHE TECHNIQUE E.Q.Q.P.

INTITULE : **Veau Marengo Pommes à l'anglaise**

Sujet 13/2004

Nombre de couverts

08

EQQP

DENREES	UNITES	QUANTITE	TECHNIQUES DE REALISATION
Eléments de base			<p>1 – Parer, détailler la viande.</p> <p>2 – Marquer en ragoût [REDACTED].</p> <p>3 – Eplucher, laver les légumes. Tourner et réserver les pommes de terre. Glacer les petits oignons à brun. [REDACTED] et sauter les champignons. Détailler le pain de mie en cœur.</p> <p>4 – Marquer les pommes de terre en cuisson.</p> <p>5 – [REDACTED] et terminer le veau Marengo,</p> <p>6 – Dresser la viande et la garniture dans un plat sabot. Les pointes des cœurs en pain de mie en l'air</p> <p>7 – dresser les pommes de terre en légumiers.</p>
Epaule de veau désossée	Kg	[REDACTED]	
Huile	L	0.08	
[REDACTED]	Kg	0.200	
Vin blanc	L	0,08	
[REDACTED]	L	0.8	
Concentré de tomate	Kg	0.080	
Bouquet garni	Pce	1	
Ail	Gousse	4	
Sel poivre	Pm	pm	
Garniture			
[REDACTED]	Kg	0.250	
Petits oignons	Kg	[REDACTED]	
Beurre	Kg	0.040	
[REDACTED]	Kg	0.160	
Huile	L	0.04	
Accompagnement			
Pommes de terre	Kg	[REDACTED]	
Persil	Kg	0.020	

ACADEMIE DE :	N° de CANDIDAT :
---------------	------------------

BEP DES METIERS DE LA RESTAURATION « dominante production culinaire »

FICHE TECHNIQUE E.Q.Q.P.

INTITULE : **Médailon de veau au paprika
Riz pilaf aux poivrons**

Sujet 16/2004	Nombre de couverts	08
EQQP		

DENREES	UNITES	QUANTITE	TECHNIQUES DE REALISATION
Eléments de base			1 – Eplucher, détailler les poivrons en petits dés de 3 mm de section. Les cuire à l'anglaise, réserver 2 – Réaliser le riz pilaf. Lui ajouter la brunoise de poivrons. 3 – Parer les médaillons. 4 – Sauter les médaillons. Les passer dans [] et le paprika 5 – Réaliser la sauce - -Ajouter les oignons ciselés, suer. -Déglacer avec le vin blanc, réduire. -Ajouter le fond, la crème, []. -Passer, monter au beurre. 6 – Dresser sur plat rond. Napper soigneusement Dresser le riz pilaf en légumier
Médailon de veau	Kg	[]	
Farine	Kg	0.200	
[]	Kg	0.040	
Beurre	Kg	0.080	
Huile	L	0.2	
Sauce			
[]	Kg	0.320	
Vin blanc	L	0.1	
Fond brun de veau lié	L	[]	
[]	L	0.4	
Paprika	Pm	Pm	
Beurre	Kg	0.080	
Garniture			
[]	Kg	0.080	
[]	Kg	0.160	
Riz	Kg	0.400	
Bouquet garni	Pce	1	
Fond blanc	L	[]	
Poivron rouge	Kg	0.500	
Poivron vert	Kg	0.500	
Poivron jaune	Kg	0.500	
Sel poivre	Pm	Pm	

ACADEMIE DE :	N° de CANDIDAT :
---------------	------------------

BEP DES METIERS DE LA RESTAURATION « dominante production culinaire »

FICHE TECHNIQUE E.Q.Q.P. (sujet)

INTITULE : TARTE A L'ALSACIENNE

Sujet 18/ 2004	Nombre de couverts	08
EQQP		

DENREES	UNITES	QUANTITE	TECHNIQUES DE REALISATION
<u>Pâte brisée :</u>			1. Mise en place du poste de travail
Farine	Kg	0.250	2. Réaliser la pâte brisée
Sucre semoule	Kg	0.025	
	Kg	0.005	3. _____, laver les pommes
Beurre	Kg		
Œuf (jaune)	Pièce	1	4. Foncer et chiquer les tartes
Eau	L	0.050	
Farine (abaisser)	Kg	0.040	5. _____ les pommes en quartiers
Beurre (cercle)	Kg	0.010	
<u>Garniture :</u>			6. Confectionner l'appareil à crème prise sucrée
	Kg	0.600	7. _____ les tartes
Citron	Pièce	1 / 2	
<u>Appareil à crème prise sucrée :</u>			8. Marquer en cuisson les tartes au four à _____ ° C environ 30 minutes
Œuf (jaune)	Pièce	1	
Œuf (entiers)	Pièce	2	9. _____ les tartes à l'Alsacienne
Sucre semoule	Kg	0.050	
Lait	L	0.200	
Crème double	Kg	0.100	
Vanille	L		
<u>Finition :</u>			
Sucre glace	Kg		

ACADÉMIE DE :	N° de CANDIDAT :
---------------	------------------

BEP DES MÉTIERS DE LA RESTAURATION « dominante production culinaire »

FICHE TECHNIQUE E.Q.Q.P. (sujet)

INTITULÉ : GOUJONNETTES DE SOLE / RIZ PILAF
--

Sujet19 / 2004	Nombre de couverts	08
EQQP		

DENRÉES	UNITÉS	QUANTITÉ	TECHNIQUES DE RÉALISATION
Eléments de base :			1. Mise en place du poste de travail
Soles	Kg		2. Eplucher, laver les légumes
Farine	Kg	0.160	3. _____ les soles
Œufs (entiers)		4	4. Tailler les légumes : herbes hachées, oignons ciselés, citron historiés
Huile d'arachide	L	0.040	5. _____ les soles et tailler les en goujonnettes
Mie de pain	Kg	0.400	6. Réaliser la sauce _____ et la Transformer en sauce tartare
Sauce tartare :			7. Marquer le riz pilaf en cuisson : suer les oignons ciselés, ajouter le riz, faite le nacer puis mouiller avec une foi et demi le volume de riz en eau
Œufs	Pièce		8. Paner les goujonnettes
Moutarde	Kg	0.020	9. Marquer en cuisson « _____ » les Goujonnettes
Vinaigre	L	0.05	10. Dresser les goujonnettes sur papier dentelle, la sauce tartare en saucière et le riz en plat ou sur assiette
Huile d'arachide	L	0.400	
Cerfeuil	Botte	P . M	
Ciboulette	Botte	P . M	
Estragon	Botte	P . M	
Persil	Botte	P . M	
Câpres	Kg	0.040	
Cornichons	Kg	0.040	
Garniture :			
Riz	Kg		
Oignons	Kg	0.160	
Beurre	Kg	0.140	
Bouquet garni	Pièce	1	
Finition :			
Citrons	Pièce		
Assaisonnement :			
Sel fin	Kg	P . M	

ACADEMIE DE :	N° de CANDIDAT :
---------------	------------------

BEP DES METIERS DE LA RESTAURATION « dominante production culinaire »

FICHE TECHNIQUE E.Q.Q.P. (sujet)

INTITULE : FLAMICHE AUX POIREAUX

Sujet 20/2004	Nombre de couverts	08
EQQP		

DENREES	UNITES	QUANTITE	TECHNIQUES DE REALISATION
Pâte Brisée :			1. Mise en place du poste de travail 2. Réaliser la pâte Brisée 3. Eplucher, laver les poireaux 4. Tailler « _____ » les poireaux 5. _____ et foncer les tartes 6. Réaliser l'appareil à crème prise salé 7. Détailler la poitrine fumée en petits cubes 8. _____ les flamiches 9. Marquer les flamiches en cuisson au four à ____ ° C environ 30 minutes 10. Dresser les flamiches
Farine	Kg	0.250	
Sel fin	Kg		
	Kg	0.125	
Oeuf (jaune)	Pièce	1	
Eau	L	0.050	
Farine (abaisser)	Kg	0.040	
Garniture :			
Poireaux	Kg	0.800	
Beurre	Kg	0.040	
Farine	Kg	0.350	
Poitrine fumée	Kg		
Appareil à crème prise :			
Lait	L	0.150	
	Kg	0.150	
Oeufs (_____)	Pièce	2	
Dorure :			
Oeuf (entier)	Pièce		
Décor :			
Persil	Botte	P . M	
Assaisonnement :			
Sel fin	Kg	P . M	
Piment de Cayenne	Kg	P . M	
Poivre du moulin	Kg	P . M	
Noix de muscade	Kg	P . M	