

# C.A.P-B.E.P

Sous épreuve n°3

## BIEN PREPARER- BIEN TRANSFORMER

Durée 3 h 45

**Deuxième demi-journée** : au centre d'examen

Cette épreuve se déroulera en **trois temps** et vous devez :

1°) réaliser les transformations à cru sur les produits mis à votre disposition et selon les indications données dans l'**annexe1** : durée 1 heure 15 minutes

2°) procéder à l'ouverture et au dressage de fruits de mer **annexe2** : durée 30 minutes.

3°) Exécuter deux préparations culinaires à base de poissons ou de crustacés **annexe3** : durée 2 heures.

Une note de 15 points sera affectée par les examinateurs qui observent pendant la durée complète de vos travaux : votre organisation, l'hygiène, la sécurité et la présentation générale de vos productions.

Examen :C.A.P-B.E.P	SESSION 2005	Sujet n°2
<b>SPECIALITE :</b> B.E.P. Alimentation option poissonnier C.A.P. poissonnier	EPREUVE :EP 1 PRATIQUE PROFESSIONNELLE	
Temps alloué : 3h45 coefficient : C.A.P. : 10 B.E.P. : 6 Note éliminatoire : moyenne < 10		Document 1/6

# bep alimentation option poissonnier

## cap poissonnier

### epreuve "préparation-transformation à cru"

durée 1h15

sujet n° 2

#### liste des produits de la pêche:

- \* 1 lieu de 1,5 kg
- \* 1 merlan de 350 g
- \* 1 sole de 500 g
- \* 1 carrelet de 350 g
- \* 1 bar de 400 g
- \* 1 truite de 350 g

travaux à réaliser	lieu	merlan	sole	carrelet	bar	truite
<u>habillage</u>						
ébarber	x				x	x
écailler	x				x	
éviscérer	x				x	x
<u>couper</u>						
escalopes ( 2 pièces )	x					
<u>lever en filets</u>	x		x	x		
<u>dépouiller</u>	x		x	x		
<u>forme particulière</u>						
tête de bœuf porte feuille portion paupiettes ( 2 pièces )	x	x			x	x

examen: C.A.P.-B.E.P.	2005	SUJET N° 2
SPECIALITE B.E.P. Alimentation option poissonnier C.A.P. Poissonnier	EPREUVE : EP1  PRATIQUE PROFESSIONNELLE	
Temps alloué: 3h45 coefficient: C.A.P.: 10 B.E.P.: 6 note éliminatoire: moyenne < 10	document 2/6	

**bep alimentation option poissonnier**

**cap poissonnier**

**épreuve "plateau de fruits de mer"**

**durée 30 minutes**

**sujet n° 2**

liste des produits mis à la disposition du candidat:

- \*150 g de vigneaux
- \* 12 bulots (cuits)
- \* 4 amandes (cruées)
- \* 6 huîtres (cruées) creuses
- \* 4 moules d'Espagne (cruées)
- \* 1 clams
- \* 8 crevettes roses(cuities)
- \* 1 tourteau (cuit) de 800 g
- \* 4 langoustines (cuities)
- \* 4 praires
  
- \* 1 citron
- \* persil
- \* algues
- \* glace pilée

le candidat devra ouvrir l'ensemble des coquillages, les présenter pour deux personnes, à sa convenance (plateau, assiettes....) .

examen: C.A.P.-B.E.P.	SESSION 2005	SUJET N° 2
<i>SPECIALITE</i> B.E.P. Alimentation option poissonnier C.A.P. Poissonnier	EPREUVE : EP1  PRATIQUE PROFESSIONNELLE	
Temps alloué: 3h45 coefficient: C.A.P.: 10 B.E.P.: 6 note éliminatoire: moyenne < 10		document 3/6

**bep alimentation option poissonnier**

**cap poissonnier**

**épreuve "préparations culinaires"**

**durée 2 heures**

**sujet n° 2**

**réaliser les préparations suivantes:**

**Pannequets aux fruits de mer**

\* quantité :2 personnes  
\* présentation :sur plat

**Paupiettes de lieu sauce provençale**

\* quantité :2 personnes  
\* présentation :sur plat

**fiches de fabrication jointes**

examen: C.A.P.-B.E.P.	SESSION 2005	SUJET N° 2
SPECIALITE B.E.P. Alimentation option poissonnier C.A.P. Poissonnier	EPREUVE : EPI PRATIQUE PROFESSIONNELLE	
Temps alloué:3h45 coefficient:C.A.P.:10 B.E.P.: 6 note éliminatoire: moyenne < 10		document 4/6

## fiche de fabrication

### Pannequets aux fruits de mer

nombre de portion: 2

phases essentielles	denrées	unité	pâte à crêpes	garniture	sauce béchamel	total
1 Mettre en place le poste de travail.	<b><u>Pâte à crêpes</u></b>					
	farine	Kg	0,063			0,063
2 Confectionner la pâte à crêpes.	œufs	Pièce	0,8			0,8
	lait	Litre	0,13			0,13
3 Préparer la garniture;	beurre	kg	0,010			0,010
* Eplucher, gratter, laver, cuire les moules à la marinière.	sel fin	kg	p.m			p.m
* Décortiquer les crevettes.	huile	Litre	0,02			0,02
4 Cuire les crêpes.	<b><u>Garniture</u></b>	Kg				
	moules	Kg		0,200		0,200
	beurre	Kg		0,010		0,010
5 Confectionner la sauce béchamel, réserver.	échalotes	Kg		0,010		0,010
	vin blanc	Kg		0,010		0,010
	persil	Kg		p.m		p.m
6 Garnir les pannequets;	crevettes	Kg		0,100		0,100
* Lier la garniture avec un peu de sauce béchamel.	<b><u>Sauce béchamel</u></b>					
* Disposer la garniture au milieu de la crêpe, plier en quatre, placer dans un plat creux légèrement beurré.	lait	Litre			0,125	0,125
	beurre	kg			0,010	0,010
	farine	kg			0,010	0,010
	gros sel	kg			p.m	p.m
7 Dresser et envoyer les pannequets de fruits de mer;	muscade	kg			p.m	p.m
* Détendre la sauce béchamel avec le jus des moules.	<b><u> finition</u></b>					
* Napper les pannequets.	gruyère râpé	Kg			0,010	0,010
* saupoudrer de gruyère râpé..						
* Gratiner à la salamandre.						

## fiche de fabrication

### paupiettes de lieu sauce provençale

nombre de portions: 2

phases essentielles	denrées	unité	base	sauce provença	finition	total
1 Mise en place du poste de travail.	<u>éléments de base</u>					
2 Habiller le lieu .	lieu	kg	0,500			0,500
	sel	kg	p m			p m
3 Réaliser les paupiettes de lieu réserver au frais .	poivre blanc moulu	kg	p m			p m
	farine	kg	0,040			0,040
	huile	l	0,02			0,02
5 Les faire dorer dans une poêle avec de l'huile, cuire au four 10 minutes .	<u>sauce provençale</u>					
	oignons	kg		0,100		0,100
	ail	kg		0,005		0,005
6 Retirer les paupiettes de lieu de la poêle, faire revenir les oignons coupés en tranches fines et les gousses d'ail hachées.	tomate	kg		0,200		0,200
	vinaigre	l		0,01		0,01
	sel fin			p m		p m
7 Ajouter les tomates mondées, épépinées et concassées.	poivre blanc moulu			p m		p m
	sucré semoule	kg		p m		p m
8 Laisser cuire 20 minutes, avant de servir ajouter le vinaigre .	<u>finition</u>					
9 Dresser les paupiettes de lieu dans un plat, napper passer au four quelques minutes.	persil	kg			p m	p m
10 Parsemer de persil haché . servir sans attendre.						