

SUJET

Plat n° 1 "imposé"

Pour QUATRE personnes :

FEUILLETÉE AUX ST JACQUES ET POISSONS JULIENNE DE LÉGUMES SAUCE VIN BLANC

Vous réalisez, dressez et décidez quatre feuilletés individuels à partir de la fiche technique jointe en (annexe 1).

L'envoi se fera comme suit : un feuilleté chaud sur assiette pour dégustation par le jury ; les trois autres feuilletés garnis froids sur plat.

Plat n° 2 "à concevoir"

Pour QUATRE personnes :

ÉMINCÉ DE VOLAILLE AU PAPRIKA 3 garnitures dont une à base de riz

A partir des éléments mis à votre disposition en (annexe 2), concevez un plat ayant pour éléments principaux un poulet découpé d'une sauce.

Vous réaliserez :

- **UNE FICHE TECHNIQUE (annexe 3)**
en précisant les éléments constitutifs et les quantités, et le coût de revient
- **UNE FICHE CONSEIL (annexe 4)**

Vous réaliserez votre recette en tenant compte des impératifs d'hygiène.

Vous dressez une part à l'assiette, le reste conditionné en barquette : traiteur boutique

ANNEXE 1 fiche technique plat "imposé"

FEUILLETÉS ST JACQUES

4 portions

Progression des techniques	Denrées	unité	base	Julienne de légumes	sauce	Totaux
- finir de tourner le feuilletage	Feuilletage	Kg	0,400			0,400
- laisser reposer	Filet de saumon	Kg	0,150			0,150
- tailler la julienne de légumes	Filet de cabillaud	Kg	0,150			0,150
- détailler les feuilletés	Noix de st Jacques	Kg	0,150			0,150
- portionner les filets de poisson	Poireaux	Kg		0,200		0,200
- cuire la julienne à l'étuvée	Carottes	Kg		0,200		0,200
- cuire les feuilletés	Céleri boule	Kg		0,150		0,150
- cuire : poisson et St jacques avec le vin blanc	Beurre	Kg	0,050	0,050	0,050	0,150
- réaliser la sauce vin blanc	Echalote	Kg	0,050			0,050
- garnir les feuilletés	Vin blanc	L	0,100			0,100
- dresser	Fumet de poisson	L			0,150	0,150
- décorer	Crème	L			0,200	0,200
	Sel	PM				
	Poivre	PM				
	Piment de cayenne	PM				
	Citron		2			
	Œuf	Pc	1			
	Persil		QS			

Consignes de dressage :

Dresser un feuilleté chaud pour le jury dégustation, les trois (comme pour le magasin) décor libre.

ANNEXE 2 : panier "Plat à concevoir"

Émincé de volaille au paprika

PANIER MIS A DISPOSITION DU CANDIDAT

DENREES	UNITE	QUANTITE	PU HT (€)	OBSERVATION(S)
<u>BOUCHERIE</u>				
Poulet labellisé	Kg	1,400	7,00	
<u>LÉGUMERIE</u>				
Oignons	Kg	0,400	0,50	
Poivrons verts	Pièce	1	2,20	
Poivrons rouges	Pièce	1	2,90	
Poivrons jaunes	Pièce	1	3,20	
Persil	botte	1/8	0,80	
<u>CREMERIE</u>				
Beurre	kg	0,200	4,20	
Crème	kg	0,200	2,80	
Œufs	P	4	0,08	
<u>ECONOMAT</u>				
Riz	Kg	0,200	2,10	
Vin blanc	L	0,050	1,50	
Fond brun de volaille	L	0,250	3,50	
Fond blanc de volaille	L	0,350	3,50	
Paprika	Kg	0,010	6,00	
Farine	Kg	PM		
Sel	Kg	PM		
Poivre	Kg	PM		
Thym	Botte	PM		
Laurier	Botte	PM		
Épinards	Kg	0,500	3,00	
Purée de carottes (surgelée)	Kg	0,250	2,00	
Carottes	Kg	0,200	1,20	
Champignons	Kg	0,200	2,00	
Champignons gros	Kg	0,200 (4 pièces)	2,50	
Navet	Kg	0,200	2	
Tomates 27/37	Pièce	4	2,40	
Echalote	Kg	0,100	3,10	

ANNEXE 3 fiche technique plat "à concevoir"

TITRE :

portions :

DENREES	Unité	Quantité	Coût unitaire (€)	- Coût total (€)	TECHNIQUES
Eléments de base					
Garniture riz					
G. légumes 1					
G. légumes 2					
Sauce					
Assaisonnement					
			TOTAL 1		
Assaisonnement et divers			+ 5 %		
			TOTAL 2		



Mettez une croix dans la, ou les cases concernées. Indiquez la température et le temps de régénération.

1) REGENERATION

Matériel utilisé	A cocher	Températures	Temps
BAIN-MARIE			
MICRO-ONDES			
FOUR MIXTE			
FOUR VAPEUR			
FOUR à AIR PULSE			
FOUR STATIQUE			

2) DRESSAGE

• A l'assiette

• Buffet

• Au plat

ROND

OVALE

RECTANGLE

3) VINS CONSEILLES

	A cocher	BLANC	ROUGE	ROSE	CRUS
ALSACE					
BORDEAUX					
BOURGOGNE					
BEAUJOLAIS					
CHAMPAGNE					
VINS DE LOIRE					
AUTRES BOISSONS					
T° DE SERVICE					