

EP2

PRODUCTION CULINAIRE

SUJET N°7

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION
INTITULÉ
QUICHE AU SAUMON ET À L'OSEILLE

Nombre de couverts	8
---------------------------	----------

Denrées	Unité	Quantité	Techniques de réalisation
<u>Élément principal</u>			Mettre en place le poste de travail.
<u>Pâte brisée</u>			Réaliser une pâte brisée.
Farine	kg	0.250	Habiller le filet de saumon.
Beurre	kg	0.125	
Sel fin	kg	p.m.	Eplucher, laver et suer l'oseille au beurre.
Jaune d'œuf	pièce	1	
Eau	L	0.050	
<u>Éléments de garniture</u>			Découper et sauter le filet de saumon à l'huile d'olive.
Saumon frais (filet)	kg	0.500	Foncer les cercles.
Oseille	botte	2	
Beurre	kg	0.020	Réaliser l'appareil à flan salé.
Huile d'olive	L	0.050	
<u>Appareil à flan salé</u>			Garnir les quiches et marquer en cuisson.
Œufs entiers	pièce	2	Lustrer à l'envoi.
Jaunes d'œufs	pièce	2	
Lait	L	0.250	
Crème liquide	L	0.250	
<u>Assaisonnement</u>			
Sel fin	kg	p.m.	
Poivre blanc	kg	p.m.	
Muscade	kg	p.m.	
Cayenne	kg	p.m.	

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

INTITULÉ

POULET SAUTÉ VALLÉE D'AUGE

Nombre de couverts

4

Dentrées	Unité	Quantité	Techniques de réalisation
<u>Elément principal</u>			
Poulet labellisé (PAC) (1 x 1.200 kg)	kg	1.200	Mettre en place le poste de travail.
Farine	kg	0.050	Eplucher, laver les légumes.
Beurre	kg	0.050	Habiller, découper la volaille à cru.
<u>Fond blanc de volaille</u>			
Carotte	kg	0.080	Réaliser un fond de volaille.
Ail	gousse	p.m.	
Carcasse de volaille	kg	p.m.	Ciseler les échalotes.
Oignons	kg	0.080	
Poireaux blancs	kg	0.100	Tourner les pommes cocotte et tailler les pommes fruits.
Bouquet garni	pièce	1	
Céleri branche	kg	0.050	Fariner, sauter les quartiers de volaille.
<u>Eléments de la sauce</u>			
Calvados	L	0.050	
Crème épaisse	kg	0.150	Terminer la cuisson au four.
Beurre	kg	0.020	
Cidre	L	0.200	Blanchir, rissoler les pommes cocotte.
Echalotes	kg	0.080	Sauter les pommes fruits.
<u>Eléments de garniture</u>			
Pommes fruits (golden)	kg	0.800	Sauter les pleurotes.
BF 15	kg	0.800	
Pleurotes	kg	0.200	Réaliser la sauce.
Huile d'arachide	L	0.020	
Beurre	kg	0.200	Dresser en légumes ou sur assiettes.
Citron	unité	1	Décorer pluches de cerfeuil.
<u>Eléments de décor</u>			
Cerfeuil	botte	1/4	
<u>Assaisonnement</u>			
Gros sel	kg	p.m.	
Sel fin	kg	p.m.	
Poivre blanc	kg	p.m.	
Clou de girofle	pièce	1	

ÉQUILIBRE DES EXIGENCES SUJET N° 7

Plats à réaliser :	<ul style="list-style-type: none"> - Quiche au saumon et à l'oseille - Poulet sauté Vallée d'Auge, pommes cocotte
---------------------------	---

Techniques mises en œuvre	A	B	C
<u>Préparations préliminaires</u>			
Laver et éplucher les légumes	X		
Ciseler les échalotes	X		
Tourner les pommes cocotte		X	
Découper le poulet à cru			X
<u>Cuissons</u>			
Cuire une pâte brisée	X		
Sauter les quartiers de poulet			X
Sauter des champignons		X	
Rissoler les pommes cocotte		X	
<u>Appareils, fonds et sauces</u>			
Réaliser un fond blanc		X	
Réaliser une sauce par déglçage			X
<u>Pâtisserie</u>			
Réaliser la pâte brisée		X	
Foncer		X	
Réaliser un appareil à flan salé	X		