



Ce document a été numérisé par le CRDP
d'Alsace pour la Base Nationale des Sujets
d'Examens de l'enseignement
professionnel

SUJET N° 06M06

PRODUIRE ET DISTRIBUER LES 2 PLATS
À L'AIDE DES FICHES TECHNIQUES SUIVANTES

- Quiche de saumon, courgettes au basilic 4 personnes
- Filet mignon de porc charcutière, riz pilaf aux poivrons doux 8 personnes

Sujet National	Session 2011	SUJET n°06M06	
CAP CUISINE			
Épreuve EP2 – Productions culinaires	Durée : 4H30	Coef : 12	page 1/3

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

INTITULÉ	Responsable	Nombre de personnes
Filet mignon de porc Charcutière, riz pilaf aux poivrons doux	saucier	8

MATIÈRES PREMIÈRES	UNITÉ	QUANTITÉ	TECHNIQUES DE RÉALISATION
<u>Base</u>			<ol style="list-style-type: none"> 1. Réaliser les tâches préliminaires de légumes, hacher le persil, monder les poivrons et les tailler en brunoise. 2. Parer les filets et tailler des médaillons de 0,050 kg/pièce soit 3 médaillons par personne. 3. Concasser les poivrons encore surgelés. 4. Cuire le riz pilaf : <ul style="list-style-type: none"> • suer les oignons ciselés, • nacrer le riz, mouiller au fond blanc de veau, ajouter le bouquet garni, • cuire à couvert avec un rond de papier, • ajouter les poivrons taillés en brunoise à moitié cuisson, • après cuisson, égrener le riz et ajouter 0,040 kg de beurre, vérifier l'assaisonnement. 5. Sauter les médaillons en prenant soin de ne pas les dessécher. (les réserver au chaud). 6. Réaliser la sauce : <ul style="list-style-type: none"> • pincer et dégraisser, • suer les oignons ciselés sans coloration puis déglacer au vin blanc, • réduire puis mouiller au fond brun de veau lié, réduire à nouveau, • monter légèrement au beurre et assaisonner, • terminer avec la moutarde et les cornichons taillés en julienne. 7. Dresser harmonieusement le riz dans le légumier et les médaillons nappés de sauce sur le plat rond.
- Filet mignon de porc	kg	1,300	
- Farine	kg	0,080	
- Beurre	kg	0,040	
- Huile de tournesol	l	0,025	
- Paprika	kg	0,010	
- Assaisonnement	pm	pm	
<u>Sauce</u>			
- Oignons	kg	0,100	
- Vin blanc sec	l	0,15	
- Fond brun de veau lié déshydraté	kg	0,015	
- Beurre	kg	0,040	
- Cornichons	kg	0,100	
- Moutarde	kg	0,020	
- Assaisonnement	pm	pm	
<u>Garniture d'accompagnement</u>			
- Oignons	kg	0,150	
- Poivrons verts, jaunes, rouges	kg	0,180	
- Riz long	kg	0,400	
- Beurre doux	kg	0,080	
- Fond blanc de veau déshydraté	kg	0,020	
- Thym, laurier	pm	pm	
- Assaisonnement	pm	pm	
<u>Présentation</u>			
- Persil plat	botte	1/5	

MATÉRIEL DE PRÉPARATION	MATÉRIEL DE DRESSAGE
Sautoirs, feuille de papier sulfurisé, ficelle à rôtir	Légumier, plat rond plat ou poêle bis-métal, doublures avec papier gaufré

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

INTITULÉ	Responsable	Nombre de personnes
Quiche de saumon, courgettes au basilic	entremétier	4

MATIÈRES PREMIÈRES	UNITÉ	QUANTITÉ	TECHNIQUES DE RÉALISATION
<p><u>Pâte brisée</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Farine kg 0,175 - Beurre doux kg 0,085 - Œuf pièce 1 - Sel pm pm - Eau l 0,035 			<ol style="list-style-type: none"> 1. Confectionner la pâte brisée et la réserver au frais. 2. Réaliser toutes les tâches préliminaires. 3. Retirer la peau du saumon frais et le tailler en lanière ou en dés (retirer les arêtes). 4. Passer les courgettes à la poêle avec le beurre pour retirer le maximum d'eau. Légère coloration. 5. Abaisser et fonder la pâte dans un cercle de 20 cm de diamètre. 6. Cuire à blanc (7 à 8 minutes). 7. Confectionner l'appareil : <ul style="list-style-type: none"> • clarifier un œuf et mélanger le jaune au deux autres œufs entiers, • battre à la fourchette et ajouter le lait, la crème et le basilic, • assaisonner, mettre de la noix muscade. 8. Une fois la pâte blanchie, sortir, refroidir et garnir avec les courgettes et le saumon. Bien répartir les produits et cuire à 200°C pendant environ 15 à 20 minutes. 9. Dresser sur plat avec carton et papier gaufré. Passer un peu de beurre clarifié et disposer les feuilles de basilic frais.
<p><u>Appareil</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Œufs frais pièce 3 - Lait entier UHT l 0,10 - Crème liquide UHT l 0,20 - Noix muscade pm pm - Assaisonnement pm pm 			
<p><u>Garniture</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Courgettes émincées surgelées kg 0,250 - Basilic haché surgelé kg 0,005 - Filet de saumon frais kg 0,250 - Beurre doux kg 0,040 			
<p><u>Finition</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Basilic frais botte $\frac{1}{4}$ - Beurre doux kg 0,015 			

MATÉRIEL DE PRÉPARATION	MATÉRIEL DE DRESSAGE
Cercle de 20 cm de diamètre, poids pour cuisson, plaque à pâtisserie, calotte, poêle à sauter.	Plat rond plat, carton et papier gaufré