



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

Ce fichier numérique ne peut être reproduit, représenté, adapté ou traduit sans autorisation.

SUJET N° 22M05

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

- *Quiche au saumon fumé et aux épinards* (8 personnes)
- *Côtes de porc à la Normande* (4 personnes)

| | | |
|--|--------------|---------------|
| Sujet National | Session 2012 | SUJET N°22M05 |
| CAP CUISINE | | |
| Épreuve : EP2 – Productions culinaires | Durée : 4H30 | Coef : 12 |
| | | page 1/3 |

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

| INTITULÉ | Responsable | Nombre de personnes |
|---------------------------------------|-------------|---------------------|
| Quiche au saumon fumé et aux épinards | Pâtissier | 8 Personnes |

| MATIÈRES PREMIÈRES | UNITÉS | QUANTITÉ | TECHNIQUES DE RÉALISATION |
|-------------------------|--------|---------------|--|
| ÉPICERIE | | | |
| - Farine | kg | 0,250 | 1- Réaliser la pâte brisée. |
| - Sel | kg | 0,005 | 2- Laver et effeuiller les épinards. |
| - Poivre blanc | kg | 0,002 | 3- Étuver les épinards au beurre et assaisonner. |
| - Noix de muscade | kg | pm | 4- Réaliser l'appareil à crème prise. |
| - Gros sel | kg | pm | 5- Foncer les cercles (cercle de 28 cm). |
| POISSONNERIE | | | 6- Remplir avec les épinards et les chutes de saumon fumé. |
| - Chutes de saumon fumé | kg | 0,100 | 7- Ajouter l'appareil à crème prise. |
| LÉGUMERIE | | | 8- Cuire à 200°C pendant 20-25 mn. |
| - Épinards | kg | 0,400 | 9- Réaliser la crème fouettée à l'aneth. |
| - Aneth | botte | $\frac{1}{2}$ | 10- Lustrer, dresser, envoyer. |
| - Citron | pièce | $\frac{1}{2}$ | |
| CRÈMERIE | | | |
| - Lait | l | 0,200 | |
| - Crème | l | 0,300 | |
| - Beurre | kg | 0,155 | |
| - Œufs | pièce | 5 | |

| MATÉRIEL DE PRÉPARATION | MATÉRIEL DE DRESSAGE |
|---|------------------------|
| Cercle, rouleaux, russe, passoire, calotte. | Plat rond et dentelle. |

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

| INTITULÉ | Responsable | Nombre de personnes |
|-----------------------------|-------------|---------------------|
| Côtes de porc à la Normande | | 4 personnes |

| MATIÈRES PREMIÈRES | UNITÉS | QUANTITÉ | TECHNIQUES DE RÉALISATION |
|---|----------------------------------|---|--|
| BOUCHERIE - Carré de porc 4 côtes filet | kg | 1 | 1- Habiller et désosser le carré. |
| LÉGUMERIE - Pommes golden - Citron - Persil - Pommes de terre Bintje - Haricots verts frais | kg pièce botte kg kg | 0,500 $\frac{1}{2}$ 0,5 0,600 0,400 | 2- Détailler en côtes de porc et les mançonner. 3- Faire sauter les côtes dans l'huile et le beurre. 4- Lever des billes de pommes à la cuillère à racine. |
| ÉPICERIE - Sucre semoule - Huile - Sel, Poivre - Gros sel | kg l kg kg | 0,025 pm pm pm | 5- Réaliser la sauce normande aux pommes. 6- Équeuter les haricots verts et cuire à l'anglaise. 7- Sauter les haricots verts au beurre. |
| CRÈMERIE - Beurre - Crème | kg l | 0,090 0,300 | 8- Tourner les pommes cocottes. 9- Blanchir les pommes et les faire rissoler au four. |
| CAVE - Calvados | l | 0,100 | 10- Dresser et envoyer. |

| MATÉRIEL DE PRÉPARATION | MATÉRIEL DE DRESSAGE |
|---|----------------------|
| Sautoir, russe, passoire, planche de découpe. | 4 assiettes |

Synthèse des techniques mises en œuvre
Vérification de l'équilibre des exigences

PLATS À RÉALISER :

- 1) Quiche au saumon fumé et aux épinards
- 2) Côte de porc à la normande

| Techniques mises en œuvre | A | B | C |
|--|-----|----------------------------|-----|
| Préparations préliminaires : - Peser et mesurer - Tourner des légumes - Laver à la cuillère à racine | X | X X | |
| Total | 1 A | 2 B | |
| Minimum | 1 A | 2B ou 2C | |
| Cuissons : - Cuire des légumes à l'anglaise - Sauter des pommes de terre - Sauter avec déglacage | X | X | X |
| Total | 1 A | 1 B | 1 C |
| Minimum | 1 A | 1 B | 1 C |
| Appareils, fonds, sauces : - Utiliser des produits semi-élaborés - Lier à la base de matière grasse - Lier par réduction | X | X | X |
| Total | 1 A | 1 B | 1 C |
| Minimum | 1 A | 1 B | 1 C |
| Pâtisserie : - Préparer un appareil à flan - Réaliser une crème fouettée - Réaliser la pâte brisée, foncer, chiqueter | X | X X | |
| Total | 1 A | 2 B | |
| Minimum | 1 A | (1 B et 1 C) ou (2B ou 2C) | |