

**SUJET**

**BEP HOTELLERIE RESTAURATION option : CUISINE**

**CAP CUISINE**

**ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE**

**SESSION 1999**

**FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION**

NOMBRE DE PORTIONS : 8

Réalisation : Crème de champignons

SUJET n° 2 - 1

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
<b>Éléments de la recette</b>			
<u>Base :</u>			
beurre	kg	0,100	- Eplucher, laver les légumes.  - Marquer le velouté en cuisson : <ul style="list-style-type: none"> <li>• suer les blancs de poireaux et les champignons émincés,</li> <li>• singer,</li> <li>• mouiller,</li> <li>• cuire à couvert.</li> </ul>
poireaux	kg	0,200	
champignons de Paris	kg	0,600	
farine	kg	0,100	
fond de blanc de veau*	l	2,50	
citron (jus)	pièce	1/2	
<u>Garniture :</u>			
champignons de Paris	kg	0,200	- Suer les champignons taillés en julienne.  - Mixer le velouté.
beurre	kg	0,040	
citron (jus)	pièce	1/2	
<u>Liaison :</u>			
crème double	l	0,20	- Passer au chinois.
<u>Finition :</u>			
cerfeuil	botte	1/4	- Crémer, porter à ébullition.
<u>Assaisonnement :</u>			
gros sel	kg	p.m.	- Ajouter la garniture.
sel fin	kg	p.m.	
			- Dresser en soupière.
			- Décorer avec le cerfeuil.
* Fourni par le centre.			

**SUJET**  
**BEP HOTELLERIE RESTAURATION option : CUISINE**  
**CAP CUISINE**  
**ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE**  
**SESSION 1999**

**FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION**

NOMBRE DE PORTIONS : 4

Réalisation : Poulet sauté sauce paprika

SUJET n° 2 - 1

riz pilaf

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
<b>Éléments de la recette</b>			
<u>Base :</u>			
poulet effilé (1 pièce)	kg	1,400	- Eplucher et laver les légumes.
paprika doux	kg	p.m.	- Habiller et découper à cru en quarts le poulet.
huile	l	0,03	- Fariner les quarts de poulet et assaisonner au paprika.
farine	kg	0,050	- Sauter les morceaux de poulet.
beurre	kg	0,030	- Cuire le riz pilaf.
<u>Sauce :</u>			- Réaliser une julienne de poivron étuvée.
oignons gros	kg	0,050	- Réaliser la sauce par déglçage :
vin blanc	l	0,05	• dégraisser,
fond de veau brun lié*	l	0,25	• suer les oignons ciselés, saupoudrer de paprika,
crème double	l	0,15	• déglacer vin blanc, réduire,
beurre	kg	0,030	• mouiller au fond brun, réduire et crèmer,
<u>Riz pilaf :</u>			• rectifier l'assaisonnement,
beurre	kg	0,075	• passer au chinois,
gros oignons	kg	0,100	• monter la sauce au beurre,
riz long	kg	0,250	• ajouter la julienne de poivrons.
bouquet garni	pièce	1	
<u>Garniture :</u>			- Dresser sur plat.
Poivron rouge	kg	0,100	
poivron vert	kg	0,100	
beurre	kg	0,050	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
poivre blanc moulu	kg	p.m.	
gros sel	kg	p.m.	

\*Fourni par le centre.

**SUJET**  
**BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE**  
**CAP CUISINE**  
**ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE**  
**SESSION 1999**

**FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION**

NOMBRE DE PORTIONS : 4

Réalisation : Carré d'agneau persillé

SUJET n° 2 - 2

gratin de pommes de terre

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
<b>Éléments de la recette</b>			
<u>Base :</u>			
carré d'agneau (8 côtes)	kg	1 à 1,200	- Eplucher, laver les légumes.
beurre	kg	0,030	- Laver, équeuter le cresson.
huile	l	p.m.	- Parer le carré.
<u>Jus de rôti :</u>			
thym	botte	p.m.	- Réaliser le gratin :
ail	gousse	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• émincer les pommes de terre en rondelles de 3 mm d'épaisseur,</li> <li>• les précuire dans le lait,</li> <li>• disposer les pommes de terre dans le plat à gratin aillé,</li> <li>• ajouter le gruyère râpé et la crème,</li> <li>• cuire au four.</li> </ul>
<u>Eléments de persillade :</u>			
beurre	kg	0,040	- Réaliser la persillade.
persil	kg	0,025	- Rôtir le carré.
pain de mie	kg	0,050	- Réaliser le jus de rôti.
ail	gousse	4	- Masquer le carré avec la persillade.
<u>Eléments de finition :</u>			
beurre	kg	0,040	- Passer à la salamandre.
cresson	botte	1/2	- Dresser sur plat.
<u>Eléments de garniture :</u>			
pommes de terre BF 15	kg	1,000	- Jus en saucière.
<u>Appareil :</u>			
lait	l	0,75	
crème double	l	0,25	
ail	gousse	1	
gruyère râpé	kg	0,100	
beurre	kg	0,050	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
poivre du moulin	kg	p.m.	

**SUJET**  
**BEP HOTELLERIE RESTAURATION option : CUISINE**  
**CAP CUISINE**  
**ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE**  
**SESSION 1999**

**FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION**

NOMBRE DE PORTIONS : 8

Réalisation : Génoise, crème Chantilly et sauce chocolat

SUJET n° 2 - 2

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
<b>Éléments de la recette</b>			
<u>Génoise :</u>			
œuf (entier)	pièce	4	- Chemiser le moule.
sucres semoule	kg	0,125	- Réaliser la génoise.
farine	kg	0,125	
beurre (chemisage)	kg	0,020	- Cuire la génoise.
farine (chemisage)	kg	0,020	
<u>Crème Chantilly :</u>			
crème fleurette	l	0,30	- Monter la crème Chantilly.
sucres glace	kg	0,020	- Réaliser la sauce chocolat.
vanille liquide	l	p.m.	
<u>Sauce chocolat :</u>			
chocolat de couverture	kg	0,300	- Dresser la génoise sur plat rond.
lait	l	0,20	- Dresser en saucières la crème Chantilly et la sauce chocolat.

**SUJET**

**BEP HÔTELLERIE RESTAURATION option : CUISINE  
 CAP CUISINE**

**ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE**

**SESSION 1999**

**FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION**

NOMBRE DE PORTIONS : 8

Réalisation : Légumes à la Grecque

SUJET n° 2 - 3

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
<b>Éléments de la recette</b>			
<u>Base :</u>			
champignons de Paris	kg	0,800	- Eplucher et laver les légumes.
courgettes	kg	0,800	
citron	pièce	2	
			- Escaloper les champignons.
huile d'olive	l	0,15	- Tourner les courgettes.
oignons gros	kg	0,200	
vin blanc	l	0,20	
bouquet garni	pièce	2	- Cuire les légumes à la grecque séparément.
coriandre en grains	kg	p.m.	
poivre en grains	kg	p.m.	
<u>Présentation :</u>			
citron	pièce	2	- Réserver au froid.
cerfeuil	botte	1/4	- Dresser et décorer en raviers ou légumes.
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
poivre blanc moulu	kg	p.m.	

**SUJET**

**BEP HOTELLERIE RESTAURATION option : CUISINE**

**CAP CUISINE**

**ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE**

**SESSION 1999**

**FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION**

NOMBRE DE PORTIONS : 4

Réalisation : Côte de porc à la sauge

SUJET n° 2 - 3

pommes croquettes

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
<b>Éléments de la recette</b>			
<u>Base :</u>			
côtes de porc 1ère (4 x 0,250)	kg	1,000	- Laver la sauge et les pommes de terre.
huile	l	0,03	
beurre	kg	0,030	
<u>Sauce :</u>			
vin blanc	l	0,10	- Cuire les pommes de terre au four avec la peau.
fonds de veau brun lié*	l	0,50	
beurre	kg	0,030	- Parer, manchoner les côtes.
sauge	botte	p.m.	
<u>Pommes croquettes :</u>			
pommes de terre bintje	kg	1,000	- Réaliser l'appareil à croquettes.
beurre	kg	0,050	
oeuf (jaune)	pièce	3	- Façonner les pommes croquettes et paner à l'anglaise.
<u>Panure à l'anglaise :</u>			
oeuf	pièce	2	- Sauter les côtes de porc.
farine	kg	0,080	
pain de mie	kg	0,200	
huile	l	0,05	- Réaliser la sauce à la sauge par déglacage.
matière grasse pour la friture	l	p.m.	
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	- Frirer les pommes croquettes.
poivre du moulin	kg	p.m.	
gros sel	kg	p.m.	
muscade	kg	p.m.	

\* Fourni par le centre.

**SUJET**

**BEP HÔTELLERIE RESTAURATION option : CUISINE  
 CAP CUISINE**

**ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE**

**SESSION 1999**

**FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION**

NOMBRE DE PORTIONS : 4

**Réalisation :** Escalopes de truite de mer sautées, sauce  
 moutarde de Meaux

**SUJET n° 2 - 4**

Petits légumes glacés

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
<b>Éléments de la recette</b>			
<u>Base :</u>			
truite de mer	kg	1,200	- Eplucher, laver les légumes.
farine	kg	0,030	- Habiller la truite.
huile	l	0,080	- Lever les filets.
beurre	kg	0,050	- Tailler 4 escalopes.
<u>Sauce moutarde :</u>			
échalottes	kg	0,040	- Tourner les légumes.
vin blanc	l	0,10	- Glacer les légumes
crème fleurette	l	0,30	- Réaliser la sauce moutarde
moutarde de Meaux	kg	0,015	• Suer les échalottes
beurre	kg	0,030	• Déglacer vin blanc. Réduire
<u>Garniture :</u>			
carottes	kg	0,400	• Ajouter la crème. Réduire
navets	kg	0,400	• Monter au beurre
courgettes	kg	0,400	• Lier à la moutarde
beurre	kg	0,080	- Sauter meunière les escalopes.
<u>Assaisonnement :</u>			
sel	kg	p.m.	- Dresser à l'assiette.
poivre moulu	kg	p.m.	
sucré semoule	kg	p.m.	

SUJET

BEP HÔTELLERIE RESTAURATION option : CUISINE  
 CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 1999

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 2 x 4

Réalisation : Crème renversée au pralin

SUJET n° 2.4

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
<b>Éléments de la recette</b>			
Appareil à flan sucré			- Cuire le sucre au caramel.
lait	l	1,00	- Chemiser les moules au caramel.
œuf (entier)	pièce	8	- Réaliser l'appareil a flan sucré au pralin.
sucresemoule	kg	0,150	- Remplir les moules et cuire au four au bain-marie.
pralinen pâte	kg	0,100	- Refroidir.
<b>Caramel :</b>			
sucresemoule	kg	0,150	- Démouler.
eau	l	p.m.	- Dresser sur plats.