

SUJET

BEP HOTELLERIE RESTAURATION option : CUISINE

CAP CUISINE

ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE

SESSION 1999

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8

Réalisation : Oeufs pochés  
sauce vin rouge

SUJET n° 4 - 1

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
<b>Éléments de la recette</b>			
<u>Base :</u>			
oeufs (extra frais)	pièce	8	- Eplucher, laver les légumes.
vinaigre	l	0,20	
pain de mie (4 tranches)	kg	0,200	
beurre	kg	0,060	
ail	gousse	1	
<u>Éléments de la sauce :</u>			
vin rouge	l	0,40	- Hacher le persil.
échalotes	kg	0,080	
thym	botte	p.m.	
laurier	botte	p.m.	
fond de veau lié*	kg	0,40	
beurre	kg	0,020	- Préparer la garniture : • champignons (escaloper, sauter) • petits oignons (glacer à brun) • lardons (blanchir et sauter).
<u>Garniture :</u>			
poitrine de porc demi sel	kg	0,150	- Pocher les oeufs, parer, réserver.
huile	l	0,02	
champignons de Paris	kg	0,150	- Réaliser la sauce par réduction, • monter au beurre.
oignons grelots	kg	0,150	
beurre	kg	0,020	- Parer les tranches de pain de mie.
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	- Dorer au beurre clarifié, froter à l'ail.
poivre du moulin	kg	p.m.	
sucre	kg	p.m.	
<u>Éléments de décor :</u>			
persil	kg	p.m.	* 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 : Steaks grillés sauce Choron

SUJET n° 4 - 2

pommes allumettes

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
<b>Éléments de la recette</b>			
<u>Base :</u> contre-filet paré (4 x 0,150 kg)	kg	0,600	- Eplucher et laver les légumes.
huile	l	0,05	- Laver et trier le cresson.
<u>Sauce Choron :</u> (béarnaise)			- Tailler les pommes en allumette.
vinaigre d'alcool	l	0,05	- Parer les steaks.
échalotes	kg	0,030	- Marquer la tomate concassée étuvée;
mignonnette	kg	p.m.	- Réaliser la sauce béarnaise.
estragon	botte	1/4	- Pré-cuire les pommes allumettes.
oeuf (jaune)	pièce	4	- Terminer la sauce Choron.
beurre	kg	0,200	- Griller les steaks : • deux saignants
cerfeuil	botte	1/8	• deux à point
(fondue de tomate)			- Terminer la cuisson des pommes allumettes.
beurre	kg	0,020	- Dresser au plat et la sauce en saucière.
tomates (grosses)	kg	0,400	
bouquet garni	pièce	1	
ail	gousse	2	
<u>Garniture :</u> Pommes de terre (Bintje)	kg	1,200	
huile de friture	l	p.m.	
<u>Finitions :</u> beurre	kg	0,015	
cresson	botte	1/2	
<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 : 2 x 4

Réalisation : Tarte feuilletée aux trois fruits

SUJET n° 4 - 2

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
<b>Éléments de la recette</b>			
<u>Base :</u>			
farine	kg	0,400	- Réaliser le feuilletage.
sel fin	kg	0,008	
eau	l	0,20	
margarine à feuilletage	kg	0,300	
farine pour tourer	kg	0,040	
<u>Dorure :</u>			
oeuf	pièce	1	- Réaliser la crème pâtissière.
<u>Crème pâtissière :</u>			
lait	l	0,50	- Détailler le feuilletage (forme libre).
oeuf (jaune)	pièce	4	
sucres semoule	kg	0,125	
farine	kg	0,070	
vanille	gousse	1/2	
kirsch	l	0,02	- Cuire les 2 tartes.
<u>Garniture :</u>			
fraise	kg	0,250	- Garnir les 2 tartes de crème pâtissière et de fruits.
kiwi	pièce	6	
poires en boîte 4/4	unité	1	
<u>Finitions :</u>			
nappage blond	kg	0,140	- Napper.
			- Dresser sur plat.

**SUJET**

**BEP HOTELLERIE RESTAURATION option : CUISINE**

**CAP CUISINE**

**ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE**

**SESSION 1999**

**FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION**

NOMBRE DE PORTIONS : 4

Réalisation : Côte de veau vallée d'Auge

SUJET n° 4 - 3

aux deux pommes

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
<b>Éléments de la recette</b>			
<u>Base :</u>			
côte de veau 1ère (4 x 0,250)	kg	0,800	- Eplucher, laver les légumes.
farine	kg	0,040	- Tourner les pommes cocotte.
beurre	kg	0,040	
<u>Sauce :</u>			
échalote	kg	0,030	- Blanchir et rissoler les pommes cocotte.
calvados	l	0,05	
cidre	l	0,10	- Peler et tailler les pommes fruits en quartiers.
*fond de veau lié	l	0,10	
crème double	l	0,30	
beurre	kg	0,020	- Sauter les pommes fruits.
<u>Garniture :</u>			
pomme de terre BF15	kg	1,000	- Sauter les côtes de veau
huile	l	0,04	
beurre	kg	0,020	- Réaliser la sauce crème par déglacage, monter au beurre.
pomme fruits (golden)	kg	0,400	
beurre	kg	0,020	
<u>Finition :</u>			
persil	kg	p.m.	- Dresser sur assiette.
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	
poivre du moulin	kg	p.m.	
sucré	kg	p.m.	
			* Fond de veau lié fourni par le centre.

**SUJET**

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

**ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE**

**SESSION 1999**

**FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION**

NOMBRE DE PORTIONS : 8

Réalisation : Mousse au chocolat noir

SUJET n° 4.3

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
<b>Éléments de la recette</b>			
<u>Base :</u>			
chocolat noir couverture	kg	0,350	- Réaliser l'appareil chocolat : • fondre le chocolat noir au bain marie, • ajouter les jaunes d'œufs, le beurre.  - Monter les blancs en neige.  - Incorporer les blancs d'œufs en neige à l'appareil.  - Garnir des coupelles.  - Réserver au froid 2 h environ.  - Décorer.
beurre	kg	0,100	
œuf (jaune)	pièce	5	
œuf (blanc)	pièce	10	
sucré semoule	kg	p.m.	
<u>Décor :</u>			
crème fleurette	l	0,10	
sucré glace	kg	0,010	
cerises griottes	kg	0,040	

**SUJET**

**BEP HOTELIERIE RESTAURATION option : CUISINE**

**CAP CUISINE**

**ÉPREUVE : PRATIQUE CUISINE**

**SESSION 1999**

**FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION**

NOMBRE DE PORTIONS : 4

Réalisation : Dos de cabillaud aux asperges vertes

SUJET n° 4 - 4

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
<b>Éléments de la recette</b>			
<u>Base :</u>			
cabillaud étêté	kg	1,200	- Eplucher, laver les légumes.
beurre	kg	0,100	- Habiller le cabillaud, fileter.
<u>Garniture :</u>			
asperges vertes	kg	0,800	- Détailler en 4 morceaux épais avec la peau.
beurre	kg	0,100	- Tourner les pommes cocotte.
<u>Pommes cocotte :</u>			
potatoes de terre BF15	kg	0,800	- Cuire les asperges à l'anglaise.
huile	l	0,05	
beurre	kg	0,050	
<u>Beurre de ciboulette :</u>			
échalotes	kg	0,020	- Blanchir et rissoler les pommes cocotte.
vin blanc sec	l	0,10	
crème double	l	0,05	
beurre	kg	0,200	
ciboulette	botte	1/2	- Réaliser le beurre blanc à la ciboulette.
vinaigre de vin blanc	l	p.m.	
<u>Présentation :</u>			
cerfeuil	botte	1/4	- Sauter les 4 morceaux au beurre.
<u>Assaisonnements :</u>			
sel fin	kg	p.m.	- Réchauffer les pointes d'asperges au beurre.
poivre blanc	kg	p.m.	- Dresser sur assiettes.

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

**FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION**

NOMBRE DE PORTIONS : 8 x 1

Réalisation : Gâteau de foies sauce Noilly

SUJET n° 4 - 4

Matières premières	Unité	Quantité	Phases essentielles
<b>Éléments de la recette</b>			
<u>Appareil :</u>			
foie de volaille	kg	0,400	- Eplucher et laver les légumes.
farine	kg	0,060	- Hacher l'ail.
œuf (jaune)	pièce	4	- <u>Réaliser l'appareil à flan salé :</u>
œuf (entier)	pièce	4	• Nettoyer et hacher au cutter les foies.
lait	l	0,20	• Tamiser.
crème fleurette	l	0,20	• Mélanger avec la farine.
ail	gousse	1	• Incorporer à l'appareil à flan salé.
beurre (chemisage)	kg	0,040	- Chemiser les ramequins.
<u>Sauce Noilly :</u>			
échalote	kg	0,020	- Garnir les ramequins.
beurre	kg	0,030	- Cuire au bain-marie au four T°180
fond de veau lié brun*	l	0,10	35 mn.
crème fleurette	l	0,200	- Réaliser la sauce.
Noilly	l	0,05	• Suer les échalotes.
<u>Finitions :</u>			
cerfeuil	botte	1/4	• Déglacer au Noilly.
<u>Assaisonnement :</u>			
sel fin	kg	p.m.	• Mouiller au fond brun, crémier.
poivre du moulin	kg	p.m.	- Démouler les gâteaux de foies.
poivre de cayenne	kg	p.m.	- Dresser sur assiette.
muscade	kg	p.m.	- Cordon de sauce autour.
			- Servir chaud.
			*Fourni par le centre.