

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

Quantité
10

SUPREME DE CABILLAUD DANTIN

Phases essentielles	Denrées	Unités	Base	Fumet	Garniture	Finition sauce	Totaux
BASE	POISSON						
- Habiller	Cabillaud étêté	kg
- Fileter							
- Détailler les suprêmes de cabillaud	LEGUMES						
	Carottes	kg		0,050			0,050
- Préparer les éléments du fumet	kg		0,030	0,050		0,080
	Gros oignons	kg		0,080	0,100		0,180
	Tomates	kg		
- Marquer le fumet	Persil	kg			0,050		0,050
	Bouquet garni	pièce	1				1
- Préparer les éléments de la garniture :	CREMERIE						
♦ oignons,	Beurre	kg	0,040	0,040	0,060	0,150	0,290
♦ échalotes ciselés							
♦ persil concassé							
♦ tomates concassées	ECONOMAT - CAVE						
- Plaquer la garniture et les filets.	kg			0,250		0,250
Ajouter vin blanc	Vin blanc sec	L	0,1				0,100
Fumet	Sel fin	P.M.					P.M.
	Poivre du moulin	P.M.					P.M.
- Pocher les filets à							
- Dresser les filets							
♦ napper de sauce							
♦ ajouter au départ quelques croûtons frites au beurre							
♦ réduire le fond de cuisson							
♦ monter au beurre							
DRESSAGE			POINTS DELICATS				

Groupement académique du Grand Est	Session 2002	SUJET N°1
BEP HÔTELLERIE-RESTAURATION dominante CUISINE - C.A.P. CUISINE		
Epreuve : EP1 – Pratique professionnelle	Durée Totale : 5 h 00	Coef. CAP : 12 Coef. BEP : 8
Partie : Estimation quantitative des produits	Durée : 30 mn	page 1/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

Quantité
10

CHOUX A LA CREME KIRSCH

Phases essentielles	Denrées	Unités	Base	Crème pâtissière	Glaçage	Décor	Totaux
BASE	CREMERIE						
- Confection ¼ de litre de pâte à choux	L		1,000			1,000
- Coucher 20 choux	Beurre	kg	0,100				0,100
- Cuire	Oeufs	pièce	4	1	
GARNITURE	ECONOMAT						
- Réaliser la crème pâtissière.	Farine	kg
- Parfum : vanille, kirsch	Sel fin	kg	0,003				0,003
	Sucre semoule	kg		0,250			0,250
FINITION	Vanille (extrait)	P.M.		P.M.			P.M.
- Garnir les choux	Kirsch (extrait)	P.M.		P.M.			P.M.
- Glacer les choux	Fondant	kg			0,400		0,400
- Décorer le choux	kg				0,030	0,030
	Angélique	kg				0,030	0,030
DRESSAGE		POINTS DELICATS					

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

Quantité

10

FILETS DE MERLAN DUGLERE – POMMES A L'ANGLAISE

Phases essentielles	Denrées	Unités	Base	Garniture	Fumet	Finition sauce	Pommes anglaise	Totaux
BASE	POISSON							
- Habiller et lever les filets de merlan	Merlans de 0,250 kg	kg
	LEGUMES							
- Marquer le fumet de poisson	Carottes	kg			0,030			0,030
	Echalotes	kg		0,050	0,030			0,080
GARNITURE	Gros oignons	kg		0,100	0,080			0,180
	kg		1				1
- Préparer les éléments de la garniture	Persil	kg		0,050				0,050
	Pommes de terre à chair ferme.	kg				
- Plaquer la garniture et les filets	CREMERIE							
	Beurre	kg	0,030		0,050
FINITION	ECONOMAT							
- Passer le fumet	Sel fin	kg	P.M.			P.M.	P.M.	P.M.
- Cuire les filets	Gros sel	kg	P.M.			P.M.	P.M.	P.M.
	Poivre du moulin	kg	P.M.			P.M.	P.M.	P.M.
- Confectionner la sauce (temps de préparation : 15 à 20 mn)	CAVE							
	Litre	0,1					0,1
- Napper et envoyer les poissons.	MISE EN PLACE							
	Bouquet garni			P.M.				P.M.
DRESSAGE			POINTS DELICATS					

Groupement académique du Grand Est	Session 2002		SUJET N°4
BEP HÔTELLERIE-RESTAURATION dominante CUISINE - C.A.P. CUISINE			
Epreuve : EP1 – Pratique professionnelle	Durée Totale : 5 h 00	Coef. CAP : 12 Coef. BEP : 8	page 1/2
Partie : Estimation quantitative des produits	Durée : 30 mn		

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

Quantité
10

CREME RENVERSEE AU CAMEL

Phases essentielles	Denrées	Unités	Appareil à crème	Caramel	Totaux
BASE	CREMERIE				
- Préparer le caramel	Litre	1,25		1,25
.....	Œufs	pièce
GARNITURE	ECONOMAT				
- Préparer l'appareil (crème)	Sucre semoule	kg	0,250	0,250	0,500
- Cuire la crème au bain-marie, au four	pièce
- Sitôt cuite, les réserver au frais					
FINITION					
- Dresser la crème renversée (la crème doit impérativement être démoulée lorsqu'elle est bien froide).					
DRESSAGE		POINTS DELICATS			

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

Quantité

10

TALMOUSES EN TRICORNE

Phases essentielles	Denrées	Unités	Feuilletage	Appareil	Présentation	Totaux
- Préparer la détrempe de la pâte feuilletée	LEGUMES					
- Préparer le gruyère	Persil	kg			0,030	0,030
- Préparer le roux blanc de l'appareil	CREMERIE					
- Donner les deux premiers tours	Margarine feuilletage	kg
	Beurre	kg		0,060		0,060
	kg		0,080		0,080
	Lait	Litre		0,5		0,5
- Confectionner l'appareil au fromage	Œufs	pièce	1
- Donner le troisième et le quatrième tour.	ECONOMAT					
- Préparer le persil en branches	Farine	kg	0,480
	Sel fin		P.M.	P.M.		P.M.
	Poivre de Cayenne			P.M.		P.M.
			P.M.		P.M.
- Donner les deux derniers tours						
- Confectionner les talmouses						
- Cuire les talmouses						
- Dresser et envoyer						
DRESSAGE		POINTS DELICATS				

Groupement académique du Grand Est	Session 2002	SUJET N°5
BEP HÔTELLERIE-RESTAURATION dominante CUISINE - C.A.P. CUISINE		
Epreuve : EP1 – Pratique professionnelle	Durée Totale : 5 h 00	Coef. CAP : 12 Coef. BEP : 8
Partie : Estimation quantitative des produits	Durée : 30 mn	page 1/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

Quantité

10

FRICASSEE DE VOLAILLE A L'ANCIENNE RIZ PILAF

Phases essentielles	Denrées	Unités	Base	Garniture aromatique	Garniture à l'ancienne	Riz pilaf	Totaux
- Mettre en place le poste	VOLAILE						
- Préparer la volaille	Poulets de 1,2 kg	pièce	2,5				2,5
- Découper la volaille	LEGUMES						
- Préparer les légumes de la garniture	Ail	kg		0,040			0,040
	Carottes	kg		0,150			0,150
	Céleri branche	kg		0,080			0,080
- Préparer du riz pilaf.	kg			0,300		0,300
- Préparer la garniture à l'ancienne	Gros oignons	kg	0,100	0,150	0,100	0,350
	Petits oignons	kg				
	Poireaux	kg		0,150			0,150
- Marquer le poulet en ragoût à blanc	Bouquet garni	pièce		1		1	2
	Citron	pièce			1		1
- Cuire le riz pilaf	CREMERIE						
- Décanter la volaille et terminer la sauce	Beurre	kg	0,060		0,040	0,100	0,200
	Litre	0,300				0,300
- Dresser et envoyer la fricassée et le riz.	ECONOMAT						
	Farine	kg	0,060				0,060
	kg				0,500	0,500
	Sel fin		P.M.				P.M.
	Gros sel		P.M.				P.M.
		P.M.				P.M.
	Poivre du moulin		P.M.				P.M.
DRESSAGE			POINTS DELICATS				

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

Quantité

10

POULET GRILLE A L'AMERICAINE SAUCE AIGRE DOUCE

Phases essentielles	Denrées	Unités	Base	Sauce	Garniture	Finition	Totaux
BASE	BOUCHERIE						
- Habiller le poulet pour griller Poulet effilé	kg kg		0,250		0,250
- Marquer le poulet sur le gril, plaquer, badigeonner de moutarde et paner	CREMERIE Beurre	kg		0,050		0,050
- Finir la cuisson au four	LEGUMES Cerfeuil	Botte		1/3			1/3
	Champignons de Paris	kg		
	Cresson	Botte				1	1
- Réaliser la réduction	Echalotes	kg		0,050			0,050
	Estragon	Botte		1/3			1/3
- Ajouter le fond brun et réduire	Pommes de terre Bintje	kg			1,750		1,750
	kg			1,250		1,250
- Passer au chinois et monter au beurre	ECONOMAT Chapelure	kg	0,100				0,100
	Huile de friture	P.M.			P.M.		P.M.
	Huile de tournesol	Litre	0,050				0,050
- Griller les tomates, les têtes de champignons, les tranches de bacon et finir au four	Moutarde	kg	0,050				0,050
	Poivre en grains	kg		P.M.			P.M.
	Vinaigre de framboise	Litre		0,100			0,100
- Tailler les pommes paille et frire	CAVE	Litre		0,100			0,100
	DIVERS Fond de veau brun lié	Litre		0,500			0,500
	ASSAISONNEMENT Poivre moulu	P.M.	P.M.	P.M.			P.M.
	Sel fin	P.M.	P.M.	P.M.	P.M.		P.M.
DRESSAGE		POINTS DELICATS					
Dresser le poulet au centre d'un plat ovale, garniture autour et sauce à part.							

Groupement académique du Grand Est	Session 2002	SUJET N°6
BEP HÔTELLERIE-RESTAURATION dominante CUISINE - C.A.P. CUISINE		
Epreuve : EP1 – Pratique professionnelle	Durée Totale : 5 h 00	Coef. CAP : 12 Coef. BEP : 8
Partie : Estimation quantitative des produits	Durée : 30 mn	page 1/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

Quantité

10

SOUFFLE MANDARINE

Phases essentielles	Denrées	Unités	Base	Finition	Chemisage	Décor	Totaux
BASE	CREMERIE						
- Réaliser une crème pâtissière	Beurre	kg			0,025		0,025
	Litre	0,625				0,625
	Œufs (blancs)	Pièce	
- Débarrasser et refroidir	Pièce	5	3			8
- Chemiser le ou les moules	ECONOMAT						
	Biscuits à la cuillère	kg		0,050			0,050
	kg	0,065				0,065
	Sucre glace	kg	0,010			0,025	0,035
	Sucre semoule	kg		0,050	
- Parfumer la crème et terminer l'appareil à soufflé	Vanille	gousse	½				½
- Intercaler les biscuits à la cuillère dans le ou les moules	CAVE						
	Liqueur mandarine	Litre	0,050	0,050			0,100
- Cuire							
DRESSAGE			POINTS DELICATS				
Dresser le(s) moule(s) sur plat(s) rond(s) avec papier(s) dentelle							

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

Quantité
10

OEUFS POUCHES BRAGANCE

Phases essentielles	Denrées	Unités	Base	Sauce béarnaise	Sauce Madère	Totaux
BASE	LEGUMES					
- Faire la sauce madère	Carottes	kg			0,100	0,100
	Tomates (8 x 0,150)	kg	1,200		0,100	0,100
	Echalotes	kg		0,050		1,200
- Confectionner la sauce béarnaise	Cerfeuil (botillon)	Pièce		1/6		0,050
	Champignons	Pièce		1/6		1/6
- Préparer et étuver les tomates		kg			0,070	1/6
						0,070
- Pocher les œufs	CREMERIE					
	Beurre	kg	0,050	0,060
- Dresser et envoyer.	Œufs	Pièce	20	5		25
	ECONOMAT					
	Vinaigre	Litre	0,100	0,100		0,200
	Sel fin	P.M.	P.M.	P.M.	P.M.	P.M.
	Poivre	P.M.	P.M.	P.M.	P.M.	P.M.
	P.M.		P.M.		P.M.
	CAVE					
	Madère	Litre			0,050	0,050
	DIVERS					
	Litre			0,500	0,500
DRESSAGE			POINTS DELICATS			

Groupement académique du Grand Est	Session 2002	SUJET N°7
BEP HÔTELLERIE-RESTAURATION dominante CUISINE - C.A.P. CUISINE		
Epreuve : EP1 – Pratique professionnelle	Durée Totale : 5 h 00	Coef. CAP : 12 Coef. BEP : 8
Partie : Estimation quantitative des produits	Durée : 30 mn	page 1/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

Quantité

10

**ESCALOPE VIENNOISE
POMMES SAUTEES A CRU**

Phases essentielles	Denrées	Unités	Base	Paner	Pommes sautées	Garniture viennoise	Finition	Totaux
BASE	BOUCHERIE							
- Préparer les escalopes	Escalopes de veau (10 pièces)	kg
- Paner les escalopes à l'anglaise	CREMERIE							
	Beurre	kg		0,200		0,150		0,350
	Œufs	Pièce		5	
GARNITURE								
- Eplucher et tailler les pommes de terre	ECONOMAT							
- Préparer la garniture viennoise	Farine	kg		0,075				0,075
	Litre		0,030	0,150			0,180
	Mie de pain fraîche	kg		0,400				0,400
- Sauter les pommes de terre	Sel fin	P.M.		P.M.				P.M.
	Poivre	P.M.		P.M.				P.M.
	Olives vertes	kg				0,150		0,150
	kg				0,080		0,080
FINITION								
- Décorer les plats de service	LEGUMES							
- Sauter Meunière les escalopes	Pommes de terre							
	Bintje	kg			2,500			2,500
	Citrons	kg				2 x 0,100		0,200
- Confectionner la sauce								
	DIVERS							
- Dresser et envoyer	kg				0,150		0,150
	Fond brun lié	Litre					0,250	0,250
DRESSAGE			POINTS DELICATS					