

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

Quantité
8

SUPREME DE CABILLAUD DANTIN

Phases essentielles	Denrées	Unités	Base	Fumet	Garniture	Finition sauce	Totaux
BASE	POISSON						
- Habiller	Cabillaud étêté	kg	2				2
- Fileter							
- Détailler les suprêmes de cabillaud	LEGUMES						
	Carottes	kg		0,050			0,050
- Préparer les éléments du fumet	Echalotes	kg		0,030	0,050		0,080
	Gros oignons	kg		0,080	0,080		0,160
	Tomates	kg			0,800		0,800
- Marquer le fumet	Persil	kg			0,050		0,050
	Bouquet garni	pièce	1				1
- Préparer les éléments de la garniture :	CREMERIE						
♦ oignons, échalotes ciselés	Beurre	kg	0,030	0,030	0,050	0,125	0,250
♦ persil concassé							
♦ tomates concassées	ECONOMAT - CAVE						
- Plaquer la garniture et les filets.	Pain de mie	kg			0,200		0,200
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 court mouillement							
- Dresser les filets							
♦ napper de sauce							
♦ ajouter au départ quelques croûtons frits au beurre							
♦ réduire le fond de cuisson							
♦ monter au beurre							
DRESSAGE			POINTS DELICATS				

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

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

Quantité

8

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	Lait	L		0,750			0,750
- Coucher 16 choux	Beurre	kg	0,100				0,100
- Cuire	Oeufs	pièce	4	5	1		10
GARNITURE	ECONOMAT						
- Réaliser la crème pâtissière.	Farine	kg	0,150	0,075			0,225
- Parfum : vanille, kirsch	Sel fin	kg	0,003				0,003
	Sucre semoule	kg		0,200			0,200
FINITION							
- Garnir les choux	Vanille (extrait)	P.M.		P.M.			P.M.
- Glacer les choux	Kirsch (extrait)	P.M.		P.M.			P.M.
- Décorer le choux	Fondant	kg			0,400		0,400
	Cerises confites	kg				0,030	0,030
	Angélique	kg				0,030	0,030
DRESSAGE				POINTS DELICATS			

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

Quantité
8

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	2					2
	LEGUMES							
- Marquer le fumet de poisson	Carottes	kg			0,030			0,030
	Echalotes	kg		0,050	0,030			0,080
GARNITURE	Gros oignons	kg		0,080	0,080			0,160
	Tomates	kg		0,800				0,800
- Préparer les éléments de la garniture	Persil	kg		0,050				0,050
	Pommes de terre à chair ferme.	kg					1,600	1,600
- Plaquer la garniture et les filets	CREMERIE							
	Beurre	kg	0,030		0,050	0,125		0,205
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.
- Confectionner la sauce (temps de préparation : 15 à 20 mn)	CAVE							
	Vin blanc	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
Partie : Pratique professionnelle	Durée : 4 h 30	page 1/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

Quantité
8

CREME RENVERSEE AU CAMEL

Phases essentielles	Denrées	Unités	Appareil à crème	Caramel	Totaux
BASE	CREMERIE				
- Préparer le caramel	Lait	Litre	1		1
- Caraméliser le(s) moule(s)	Œufs	pièce	6		6
GARNITURE	ECONOMAT				
- Préparer l'appareil (crème)	Sucre semoule	kg	0,200	0,200	0,400
- Cuire la crème au bain-marie, au four	Gousse de vanille	pièce	1		1
- 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

8

TALMOUSES EN TRICORNE

Phases essentielles	Denrées	Unités	Feilletage	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 feilletage	kg	0,300			0,300
	Beurre	kg		0,050		0,050
	Gruyère	kg		0,080		0,080
	Lait	Litre		0,3		0,3
- Confectionner l'appareil au fromage	Œufs	pièce	1	2		3
- Donner le troisième et le quatrième tour.	ECONOMAT					
- Préparer le persil en branches	Farine	kg	0,480	0,050		0,530
	Sel fin		P.M.	P.M.		P.M.
	Poivre de Cayenne			P.M.		P.M.
	Noix de muscade			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 : Pratique professionnelle	Durée : 4 h 30	page 1/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

Quantité
8

**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	VOLAILLE						
- Préparer la volaille	Poulets de 1,2 kg	pièce	2				2
- 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.	Champignons de Paris	kg			0,300		0,300
	Gros oignons	kg	0,100	0,150		0,100	0,350
- Préparer la garniture à l'ancienne	Petits oignons	kg			0,250		0,250
	Poireaux	kg		0,150			0,150
	Bouquet garni	pièce		1		1	2
- Marquer le poulet en ragoût à blanc	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
	Crème	Litre	0,300				0,300
- Dresser et envoyer la fricassée et le riz	ECONOMAT						
	Farine	kg	0,060				0,060
	Riz	kg				0,400	0,400
	Sel fin		P.M.				P.M.
	Gros sel		P.M.				P.M.
	Clous de girofle		P.M.				P.M.
	Poivre du moulin		P.M.				P.M.
DRESSAGE		POINTS DELICATS					

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

Quantité

8

POULET GRILLE A L'AMERICAINE SAUCE AIGRE DOUCE

Phases essentielles	Denrées	Unités	Base	Sauce	Garniture	Finition	Totaux
BASE	BOUCHERIE						
- Habiller le poulet pour griller	Bacon Poulet effilé 2 x 1,2 kg	kg kg	2,400		0,200		0,200 2,400
- Marquer le poulet sur le gril, plaquer, badigeonner de moutarde et paner	CREMERIE Beurre	kg		0,040		0,040	0,080
- Finir la cuisson au four	LEGUMES Cerfeuil	Botte		¼			¼
SAUCE	Champignons de Paris	kg			0,200		0,200
- Réaliser la réduction	Cresson	Botte				½	½
	Echalotes	kg		0,040			0,040
	Estragon	Botte		¼			¼
- Ajouter le fond brun et réduire	Pommes de terre Bintje	kg			1,400		1,400
	Tomates garniture	kg			0,400		0,400
- Passer au chinois et monter au beurre	ECONOMAT Chapelure	kg	0,080				0,080
GARNITURE	Huile de friture	P.M.			P.M.		P.M.
	Huile de tournesol	Litre	0,040				0,040
- Griller les tomates, les têtes de champignons, les tranches de bacon et finir au four	Moutarde	kg	0,040				0,040
	Poivre en grains	kg		P.M.			P.M.
	Vinaigre de framboise	Litre		0,080			0,080
- Tailler les pommes paille et frire	CAVE Vin blanc	Litre		0,080			0,080
	DIVERS Fond de veau brun lié	Litre		0,400			0,400
	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 : Pratique professionnelle	Durée : 4 h 30	page 1/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

Quantité
8

SOUFFLE MANDARINE

Phases essentielles	Denrées	Unités	Base	Finition	Chemisage	Décor	Totaux
BASE	CREMERIE						
- Réaliser une crème pâtissière	Beurre	kg			0,020		0,020
	Lait	Litre	0,500				0,500
	Œufs (blancs)	Pièce		8			8
- Débarrasser et refroidir	Œufs (jaunes)	Pièce	4	2			6
- Chemiser le ou les moules	ECONOMAT						
	Biscuits à la cuillère	kg		0,040			0,040
FINITION	Farine Type 45	kg	0,050				0,050
	Sucre glace	kg	0,005			0,020	0,025
- Parfumer la crème et terminer l'appareil à soufflé	Sucre semoule	kg	0,125		0,040		0,165
	Vanille	gousse	½				½
- Intercaler les biscuits à la cuillère dans 8 moules individuelles	CAVE						
	Liqueur mandarine	Litre	0,040	0,040			0,080
- Cuire							
DRESSAGE		POINTS DELICATS					
Dresser les moules sur plats ronds avec papiers dentelle (2 x 4)							

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

Quantité

8

ŒUFS Poches BRAGANCE

Phases essentielles	Denrées	Unités	Base	Sauce béarnaise	Sauce Madère	Totaux
BASE	LEGUMES					
- Faire la sauce madère	Oignons	kg			0,100	0,100
	Carottes	kg			0,100	0,100
	Tomates (8 x 0,150)	kg	1,200			1,200
- Confectionner la sauce béarnaise	Echalotes	kg		0,050		0,050
	Estragon (botillon)	Pièce		1/6		1/6
	Cerfeuil (botillon)	Pièce		1/6		1/6
- Préparer et cuire les tomates	Champignons	kg			0,070	0,070
	CREMERIE					
- Pocher les œufs	Beurre	kg	0,050	0,300	0,060	0,410
- Dresser et envoyer.	Œufs	Pièce	16	4		20
	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.
	Poivre en grains	P.M.		P.M.		P.M.
	CAVE					
	Madère	Litre			0,050	0,050
	DIVERS					
	Fond de veau	Litre			0,500	0,500
DRESSAGE			POINTS DELICATS			
Sur plat nappé de sauce Madère. Demi tomates étuvées surmontées d'œufs pochés nappés de sauce béarnaise.						

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	page 1/2
Partie : Pratique professionnelle	Durée : 4 h 30		

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

Quantité

8

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	kg	1,500					1,500
- Paner les escalopes à l'anglaise	CREMERIE							
	Beurre	kg		0,200		0,150		0,350
	Œufs	Pièce		4		4		8
GARNITURE	ECONOMAT							
- Eplucher et tailler les pommes de terre								
- Préparer la garniture viennoise	Farine	kg		0,075				0,075
	Huile	Litre		0,030	0,150			0,180
	Mie de pain fraîche	kg		0,300				0,300
- 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
	Câpres	kg				0,080		0,080
FINITION	LEGUMES							
- Décorer les plats de service								
- Sauter Meunière les escalopes	Pommes de terre				2			2
	Binjje	kg						
	Citrons	kg				2 x 0,100		0,200
- Confectionner la sauce								
DRESSAGE	DIVERS							
- Dresser et envoyer	Filets d'anchois	kg				0,150		0,150
	Fond brun lié	Litre					0,200	0,200
DRESSAGE			POINTS DELICATS					