

SUJET N° 10L1506M

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

- ⇒ *Navarin d'agneau aux poivrons et aux pommes* (4 personnes)
- ⇒ *Entremets façon Singapour* (8 personnes)

Sujet national	Session 2009	SUJET 10L1506M	
CAP CUISINE		3	
Épreuve : EP2 – Productions culinaires	Durée : 4H30	Coef : 10	page 1/3

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

INTITULÉ	Responsable	Nombre de personnes
Navarin d'agneau aux poivrons et aux pommes	saucier	4

MATIÈRES PREMIÈRES	UNITÉ	QUANTITÉ	TECHNIQUES DE RÉALISATION
Éléments de base.: - Épaule d'agneau non désossée (1 pièce)			<ol style="list-style-type: none"> 1. Mettre en place le poste de travail. 2. Désosser, parer, dégraisser l'épaule, couper en morceaux de 0,060 kg. 3. Tailler les légumes (ciseler, émincer). 4. Marquer le ragoût à brun : <ul style="list-style-type: none"> • Rissoler la viande, suer les oignons. • Dégraisser soigneusement. • Singer, ajouter le concentré de tomates. • Mouiller avec du fond brun clair, porter à ébullition. • Ajouter l'ail et le bouquet garni. • Assaisonner, cuire au four à 200 °C pendant 35 à 40 min environ. 5. Griller et peler les poivrons, les tailler en lanières et les étuver. 6. Tourner et blanchir les pommes de terre. 7. Décanter le navarin et terminer sa cuisson : <ul style="list-style-type: none"> • Le décanter dans un récipient identique. • Ajouter les pommes de terre blanchies. • Passer la sauce au chinois étamine sur le navarin. Vérifier l'assaisonnement et dégraisser la sauce si nécessaire. • Terminer la cuisson à couvert pendant environ 20 min. 8. Dresser la viande et les pommes de terre dans un plat creux avec la sauce et les lanières de poivrons.
- Oignons	kg	1,200	
- Huile de tournesol	kg	0,050	
- Ail	l	0,05	
- Thym, laurier	kg	0,010	
- Concentré de tomates	pm	PM	
- Farine	kg	0,025	
- Assaisonnement	kg	0,040	
- Fond brun clair	pm	pm	
Garniture.: - Poivrons verts			
- Poivrons rouges	l	1,00	
- Beurre	kg	0,150	
- Assaisonnement	kg	0,150	
- Pommes de terre	kg	0,020	
	pm	PM	
	kg	0,800	

MATÉRIEL DE PRÉPARATION	MATÉRIEL DE DRESSAGE
Rondeau haut, russe, sautoir, papier sulfurisé	Plat creux avec doublure

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

INTITULÉ	Responsable	Nombre de personnes
Entremets façon Singapour	pâtissier	8

MATIÈRES PREMIÈRES	UNITÉ	QUANTITÉ	TECHNIQUES DE RÉALISATION
Élément de base .:			
- Œufs	pièce	4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mettre en place le poste de travail. 2. Réaliser la génoise et cuire 15 minutes à 180° dans les moules chemisés, réserver. 3. Égoutter, puis hacher grossièrement l'ananas. 4. Lier l'ananas avec la confiture et parfumer avec le rhum. 5. Découper la génoise en trois disques. 6. Disposer le disque le plus grand en diamètre sur le carton puis puncher ce disque et garnir avec les ananas. 7. Monter ainsi la génoise avec les autres disques. 8. L'entremets monté, lustrer avec le nappage blond, réserver au frais. 9. Griller les amandes hachées et décorer le tour de l'entremets. 10. Dresser sur plat rond avec dentelle.
- Sucre	kg	0,125	
- Farine	kg	0,125	
Chemisage des moules .:			
- Beurre	kg	0,020	
- Farine	kg	0,020	
Garniture .:			
- Ananas au sirop	kg	0,300	
- Confiture d'abricot	kg	0,080	
- Rhum	l	0,05	
Sirop à 30° de densité .:	l	0,30	
Finition .:			
- Nappage blond	kg	0,100	
- Amandes hachées	kg	0,100	

MATÉRIEL DE PRÉPARATION	MATÉRIEL DE DRESSAGE
Cul de poule, spatule inox	Plat rond avec carton et papier dentelle

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

PLATS À RÉALISER :

- 1) Navarin aux poivrons et aux pommes
- 2) Entremets façon Singapour

Techniques mises en œuvre	A	B	C
Préparations culinaires :			
- Désosser une épaule d'agneau		X	
- Laver et éplucher des légumes	X		
- Monder des poivrons		X	
- Tailler des légumes	X		
Total	2A	2B	C
<i>Minimum</i>	<i>1A</i>	<i>2B ou 2C</i>	
Cuissons :			
- Blanchir des légumes	X		
- Réaliser un ragoût à brun			X
- Étuver les poivrons		X	
Total	1A	1B	1C
<i>Minimum</i>	<i>1A</i>	<i>1B</i>	<i>1C</i>
Appareils, fonds, sauces :			
- Lier à la farine		X	
- Réaliser une sauce brune			X
- Utiliser des produits semi élaborés	X		
Total	1A	1B	1C
<i>Minimum</i>	<i>1A</i>	<i>1B</i>	<i>1C</i>
Pâtisserie :			
- Utiliser des produits semi élaborés	X		
- Utiliser un nappage		X	
- Fourrer et masquer un biscuit			X
Total	2A	1B	1C
<i>Minimum</i>	<i>1A</i>	<i>(1B et 1C) ou (2B ou 2C)</i>	