

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

TRUITE AU RIESLING

RIZ PILAW

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE + CUISSON	SAUCE	CARNITURE	RIZ	TOTAL DENREES
* Eplucher tous les légumes	POISSON :						
	- Truites de 250 g	P	4				4
* Habiller les truites							
* Préparer les éléments de cuisson des truites et du riz	LEGUMES :						
	- Echalotes	Kg	0,020				0,020
* Détailler les fleurons, cuire au four	- Champignons	Kg			0,080		0,080
	- Citrons	P			1/2		1/2
	- Oignons	Kg				0,075	0,075
* Tourner les champignons, les cuire à blanc							
* Cuire le riz pilaw	B.O.F :						
* Plaquer, braiser les truites	- Beurre	Kg	0,020	0,050	0,010	0,060	0,140
	- (Euf (dorure)	P			1/2		1/2
* En fin de cuisson, éplucher les truites	- Crème	L		0,200			0,200
* Confectionner la sauce sur réduction							
* Dresser : - 1 plat de 2. riz en légumier, sauce en saucière	EPICERIE :						
	- Farine	Kg			P.M		P.M
	- Riz	Kg				0,200	0,200
	- Sel fin	Kg		P.M	P.M	P.M	P.M
	- Sel gros	Kg				P.M	P.M
	- Poivre moulin	Kg		P.M	P.M	P.M	P.M
- 2 assiettes	CAVE :						
	- Riesling	L	0,200				0,200
	DIVERS :						
	- Fumet de poisson	L	0,750				0,750
	- Feuilletage fourni	Kg			0,080		0,080
	- Eau ou fond blanc	L				0,375	0,375

GROUPEMENT « EST »	SESSION 2000	SUJET	TIRAGES
B.E.P. : Hôtellerie-Restauration - Dominante : Cuisine – C.A.P. : Cuisine		N° 7	
EPREUVE : E.P.1.2 Production Culinaire	Durée : 4 H 30	Coef. BEP : 8 Coef. CAP : 12	Page 1/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8

OEUF FARCIS CHIMAY

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE	GARNITURE	SAUCE	FINITION	TOTAL DENREES
* Cuisson des œufs * Confectionner la Duxelles * Confectionner la sauce Mornay * Terminer la farce Duxelles + béchamel + jaunes d'œufs tamisés * Garnir les œufs * Dresser et gratiner les œufs	CREMERIE :						
	Œufs	P	12		3		15
	Beurre	Kg		0,040	0,090	0,020	0,150
	LEGUMES :						
	Echalotes	Kg		0,040			0,040
	Champignons	Kg		0,400			0,400
	Citron	P		1/2			1/2
	Persil	Kg		0,040			0,040
	EPICERIE :						
	Farine	Kg			0,070		0,070
	Lait	L			1		1
	Gruyère	Kg			0,080	0,080	0,160
	Sel fin	Kg			P.M	P.M	P.M
	Piment Cayenne	Kg			P.M	P.M	P.M
	Noix Muscade	Kg			P.M	P.M	P.M

GROUPEMENT « EST »	SESSION 2000	SUJET	TIRAGES
B.E.P. : Hôtellerie-Restauration - Dominante : Cuisine – C.A.P. : Cuisine		N° 7	
EPREUVE : E.P.1.2 Production Culinaire	Durée : 4 H 30	Coef. BEP : 8 Coef. CAP : 12	Page 2/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

POULET COCOTTE GRAND-MERE

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE	GARNITURE	SAUCE	FINITION	TOTAL DENREES
Organisation du poste de travail.	Poulet 4/4	P	1,200				1,200
	Grammage.						
1. Préparation préliminaire des légumes.	Beurre	Kg	0,050				0,050
	Pommes de terre BF 15	Kg		1,000			1,000
2. Habillage du poulet en <u>ENTREE</u> . Réserver.	Champignons de Paris	Kg		0,150			0,150
	3. Préparer la garniture.						
* Glacer a brun, les petits oignons.	Petits oignons	Kg		0,125			0,125
	Poitrine de porc salée	Kg		0,125			0,125
* Blanchir et faire raidir les lardons.	Beurre	Kg		0,050			0,050
	* Tourner les pommes cocottes.						
* Laver et escaloper les champignons, faire sauter à feu vif.	Huile	L		5 cl			5 cl
	Fond brun lié	L		1 dl	1 dl		1 dl
4. Mettre le poulet a cuire. « ROTIR ».	Fond brun clair	L		5 cl	5 cl		5 cl
	Vin blanc	L		5 cl	5 cl		5 cl
5. Blanchir et faire rissoler les pommes cocottes.	Beurre	Kg				0,025	0,025
	Persil	Kg				0,020	0,020
6. Au terme de la cuisson, retirer la volaille, débrider, réserver.							
7. Dresser le poulet en cocotte, garniture autour de la volaille, napper de son jus, persil haché sur la garniture.							

GROUPEMENT « EST »	SESSION 2000	SUJET	TIRAGES
B.E.P. : Hôtellerie-Restauration - Dominante : Cuisine – C.A.P. : Cuisine		N° 8	
EPREUVE : E.P.1.2 Production Culinaire	Durée : 4 H 30	Coef. BEP : 8 Coef. CAP : 12	Page 1/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8

AUMONIERES DE POIRES AU CAMEL A L'ORANGE

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	CREPES	GARNITURE	CAMEL	DECOR	TOTAL DENREES
Confectionner la pâte à crêpes, laisser reposer.	FRUITS :						
	- Oranges	P		1	2		3
Préparer la garniture : - Tailler le zeste d'une orange en julienne et le confire à la grenadine - Emincer, citronner les poires, les sauter au beurre, sucrer et flamber au Grand Marnier. - Ajouter les zestes confits, réserver. - Cuire 9 crêpes.	- Citrons	P		1/2			1/2
	B.O.F :						
	- Lait	L	0,500				0,500
	- Œufs	P	3				3
	- Beurre	Kg	0,080	0,100			0,180
	- Crème	L				0,050	0,050
	EPICERIE :						
	- Farine	Kg	0,250				0,250
	- Sucre semoule	Kg	0,040	0,050	0,200		0,290
	- Sel fin	Kg	P.M				P.M
Préparer la sauce caramel : - Décuire un caramel blond avec le jus de 2 oranges, passer.	- Poires sirop	4/4		2			2
	DIVERS :						
	- Sirop de grenadine	L		P.M			P.M
Garnir les aumonières : - Garnir 8 crêpes avec les poires, les maintenir avec un cordon de crêpe.	CAVE :						
	- Grand Marnier	L		0,100			0,100
Dresser 8 assiettes : - Fond de caramel - Décor de crème							

GROUPEMENT « EST »	SESSION 2000	SUJET	TIRAGES
B.E.P. : Hôtellerie-Restaurant - Dominante : Cuisine – C.A.P. : Cuisine		N° 8	
EPREUVE : E.P.1.2 Production Culinaire	Durée : 4 H 30	Coef. BEP : 8 Coef. CAP : 12	Page 2/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

CÔTES DE VEAU FERMIERE

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE	GARNITURE	SAUCE	FINITION	TOTAL DENREES
- Habillage du carré.	Carré de veau	Kg	1,000				1,000
- Tailler les côtes. réserver.	Beurre	Kg	0,050				0,050
- Préliminaires des légumes.	Farine	Kg	0,050				0,050
- Ciseler les oignons.	Huile	L	0,005				0,005
- Tailler en paysanne. carottes, navets et céleri.	Carottes	Kg		0,300			0,300
- Faire étuver la paysanne de légumes au beurre.	Navets	Kg		0,400			0,400
- Faire étuver la paysanne de légumes au beurre.	Céleri rave	Kg		0,300			0,300
- Cuisson des côtes « SAUTER »	Oignons gros	Kg		0,100			0,100
- Déglacer, terminer la sauce, réserver.	Beurre	Kg		0,080			0,080
- Déglacer, terminer la sauce, réserver.	Vin blanc	L			1 dl		1 dl
- Dresser en cocotte, disposer les côtes sur la paysanne de légumes, masquer avec la sauce + couvercle.	Demi-glace	L			¼ L		¼ L

GROUPEMENT « EST »	SESSION 2000	SUJET	TIRAGES
B.E.P. : Hôtellerie-Restaurant - Dominante : Cuisine – C.A.P. : Cuisine		N° 9	
EPREUVE : E.P.1.2 Production Culinaire	Durée : 4 H 30	Coef. BEP : 8 Coef. CAP : 12	Page 1/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8

BANDE DE TARTE FEUILLETEE AUX FRAMBOISES

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE	GARNITURE	SAUCE CREME	FINITION	TOTAL DENREES
<p>FEUILLETAGE : Réaliser la détrempe.</p> <p>Tourer le feuilletage à 6 tours.</p> <p>Façonner et cuire la bande de tarte.</p> <p>CREME PATISSIERE : Réaliser la crème pâtissière.</p> <p>FINITION : Garnir la bande de tarte de crème pâtissière.</p> <p>Disposer les framboises.</p> <p>Napper la tarte.</p> <p>DRESSAGE : Plat rectangulaire ou long + dentelles</p>	FEUILLETAGE :						
	Farine	Kg	0.300				0.300
	Eau	L	0.150				0.150
	Margarine à feuilletage		0.225				0.225
	Sel		0.005				0.005
	CREME						
	PATISSIERE :						
	Lait	L			1/2		1/2
	Jaune d'œuf	Pièce			4		4
	Sucre	Kg			0.125		0.125
	Farine	Kg			0.070		0.070
	Vanille				P.M		P.M
	GARNITURE :						
	Framboises	Kg			0.500		0.500
	FINITION :						
Nappage rouge	Kg				0.120	0.120	

GROUPEMENT « EST »	SESSION 2000	SUJET	TIRAGES
B.E.P. : Hôtellerie-Restauration - Dominante : Cuisine – C.A.P. : Cuisine		N° 9	
EPREUVE : E.P.1.2 Production Culinaire	Durée : 4 H 30	Coef. BEP : 8 Coef. CAP : 12	Page 2/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

FILETS DE MERLAN DUGLÈRE POMME VAPEUR

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE + CUISSON	GARNITURE	SAUCE	FINITION	TOTAL DENREES
* Habiller les merlans	Merlans	P	4				4
* Lever les filets	Beurre	Kg	0,040		0,040	0,050	0,130
* Oter la peau, parer, régulariser leur épaisseur	Echalotes	Kg	0,040		0,040		0,080
	Oignons	Kg	0,080		0,080		0,160
* Confectionner le fumet de poisson	Tomates	Kg	0,400				0,400
* Tourner les pommes de terre - Cuisson vapeur	Persil	Kg	0,040			0,020	0,060
	Vin blanc	L	0,10		0,10		0,20
* Préparer la garniture des poissons	Carottes	Kg			0,080		0,080
* Cuissons des filets	B.G	P			1		1
* Confectionner la sauce	Pommes de terre	Kg		2			2
* Napper les filets	Sel	Kg	P.M	P.M	P.M		P.M
* Dresser les pommes de terre à part	Poivre de moulin	Kg	P.M		P.M		P.M

GROUPEMENT « EST »	SESSION 2000	SUJET	TIRAGES
B.E.P. : Hôtellerie-Restauration - Dominante : Cuisine – C.A.P. : Cuisine		N° 10	
EPREUVE : E.P.1.2 Production Culinaire	Durée : 4 H 30	Coef. BEP : 8 Coef. CAP : 12	Page 1/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8

TARTES AUX POMMES

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	PATE	COMPOTE	GARNITURE	FINITION	TOTAL DENREES
BASE : - Faire la pâte brisée. - Foncer 2 cercles. COMPOTE : - Faire la compote de pommes. GARNITURE : - Préparer et émincer les pommes. CUISSON : - Garnir les fonds de tarte. - Cuire au four. FINITION : - Lustrer la tarte. DRESSAGE : - Sur plats ronds avec papier dentelle.	CREMERIE :						
	- Œuf	Pièce	1				1
	- Beurre	Kg	0,125			0,010	0,135
	ECONOMAT :						
	- Farine	Kg	0,250			0,040	0,290
	- Sucre	Kg	0,025	0,040			0,065
	- Sel	Kg	0,005				0,005
	- Nappage blond	Kg				0,140	0,140
	LEGUMES ET FRUITS :						
	- Citron	Pièce		1/2	1/2		1
	- Pommes	Kg		0,600	0,600		1,200
	DIVERS :						
	- Eau	L	0,05				0,05
	- Papier dentelle	Pièce				1	1

GROUPEMENT « EST »	SESSION 2000	SUJET	TIRAGES
B.E.P. : Hôtellerie-Restaurant - Dominante : Cuisine – C.A.P. : Cuisine		N° 10	
EPREUVE : E.P.1.2 Production Culinaire	Durée : 4 H 30	Coef. BEP : 8 Coef. CAP : 12	Page 2/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

CARRÉ D'AGNEAU AUX PRIMEURS

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE	GARNITURE	JUS	FINITION	TOTAL DENREES
BASE :	BOUCHERIE :						
	- Carré	Kg	1				1
- Parer, habiller et manchonner le carré. - Cuire le carré au four.	CREMERIE :						
GARNITURE :	- Beurre	Kg	0.020	0.040	0.020		0.080
	- Carottes et navets tournés et glacés à blanc. - Haricots verts et petits pois cuits à l'anglaise. - Pommes de terre façon cocotte. - Garniture aromatique du jus de rôti.	ECONOMAT :					
FINITION :	- Sel fin	Kg	P.M	P.M	P.M		P.M
	- Poivre	Kg	P.M	P.M	P.M		P.M
DRESSAGE :	- Sucre	Kg		P.M			P.M
	- Sel gros	Kg		P.M			P.M
- Faire le jus de rôti.	- Thym, laurier	P.M	P.M		P.M		P.M
DRESSAGE :	- Huile	L		0.02			0.02
	- Sur plat ovale avec la garniture. - Jus en saucière.	LEGUMES :					
	- Carottes	Kg		0.400	0.040		0.440
	- Oignons	Kg			0.040		0.040
	- Ail	Gousse			3		3
	- Navets	Kg		0.400			0.400
	- Haricots verts *	Kg		0.100			0.100
	- Petits pois *	Kg		0.100			0.100
	- Pommes de terre	Kg		0.400			0.400
	DIVERS :						
* surgelés	- Eau	L			P.M		P.M

GROUPEMENT « EST »	SESSION 2000	SUJET	TIRAGES
B.E.P. : Hôtellerie-Restaurant - Dominante : Cuisine – C.A.P. : Cuisine		N° 11	
EPREUVE : E.P.1.2 Production Culinaire	Durée : 4 H 30	Coef. BEP : 8 Coef. CAP : 12	Page 1/2

