

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

COTES DE VEAU FERMIERE

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

GROUPEMENT « EST »	SESSION 2000	SUJET	TIRAGES
B.E.P. : Hôtellerie-Restauration - Dominante : Cuisine – C.A.P. : Cuisine		N° 9	
EPREUVE : E.P.1.1 Estimation Quantitative et Qualitative	Durée : 30 minutes	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
FEUILLETAGE :	FEUILLETAGE :						
	Réaliser la détrempe.						
Tourer le feuilletage à 6 tours.	Farine	Kg	0,300				0,300
		L					
Façonner et cuire la bande de tarte.	Margarine à feuilletage		0,225				0,225
CREME PÂTISSIERE :	Sel		0,005				0,005
	Réaliser la crème pâtissière.						
FINITION :		L			1/2		1/2
	Garnir la bande de tarte de crème pâtissière.	Pièce			4		
Disposer les framboises.	Sucre	Kg			0,125		0,125
		Kg			0,070		0,070
Napper la tarte.	Vanille				P.M		P.M
DRESSAGE :	GARNITURE :						
	Plat rectangulaire ou long + dentelles						
	Framboises	Kg			0,500		0,500
	FINITION :						
	Nappage rouge	Kg				0,120	0,120

GROUPEMENT « EST »	SESSION 2000	SUJET	TIRAGES
B.E.P. : Hôtellerie-Restaurant - Dominante : Cuisine – C.A.P. : Cuisine		N° 9	
EPREUVE : E.P.1.1 Estimation Quantitative et Qualitative	Durée : 30 minutes	Coef. BEP : 8 Coef. CAP : 12	Page 2/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

FILETS DE MERLAN DUGLERE POMME VAPEUR

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE + CUISSON	GARNITURE	SAUCE	FINITION	TOTAL DENREES
* Habiller les merlans	Merlans	P					
* Lever les filets	Beurre	Kg	0,040			0,050	
* Oter la peau, parer, régulariser leur épaisseur	Echalotes	Kg	0,040		0,040		
	Oignons	Kg	0,080				0,160
* Confectionner le fumet de poisson		Kg	0,400				
* Tourner les pommes de terre - Cuisson vapeur	Persil	Kg	0,040				
	Vin blanc	L	0,10				
* Préparer la garniture des poissons	Carottes	Kg			0,080		0,080
* Cuissons des filets	B.G	P			1		1
* Confectionner la sauce		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.1.1 Estimation Quantitative et Qualitative	Durée : 30 minutes	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					
	-	Kg	0,125			0,010	0,135
	ECONOMAT :						
	-	Kg				0,040	
	- 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
	-	Kg		0,600	0,600		1,200
	DIVERS :						
	- Eau	L					
	- Papier dentelle	Pièce					1

GROUPEMENT « EST »	SESSION 2000	SUJET	TIRAGES
B.E.P. : Hôtellerie-Restauration - Dominante : Cuisine – C.A.P. : Cuisine		N° 10	
EPREUVE : E.P.1.1 Estimation Quantitative et Qualitative	Durée : 30 minutes	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
<p>BASE :</p> <p>- Parer, habiller et manchonner le carré. - Cuire le carré au four.</p> <p>GARNITURE :</p> <p>- 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.</p> <p>FINITION :</p> <p>- Faire le jus de rôti.</p> <p>DRESSAGE :</p> <p>- Sur plat ovale avec la garniture. - Jus en saucière.</p> <p>* surgelés</p>	BOUCHERIE :						
	- Carré	Kg	1				1
	CREMERIE :						
	- Beurre	Kg	0,020			0,020	
	ECONOMAT :						
	- Sel fin	Kg	P.M	P.M	P.M		P.M
	- Poivre	Kg	P.M	P.M	P.M		P.M
	- Sucre	Kg		P.M			P.M
	- Sel gros	Kg		P.M			P.M
	- Thym, laurier	P.M	P.M			P.M	P.M
	- Huile	L			0,02		0,02
	LEGUMES :						
	-	Kg			0,400		
	- Oignons	Kg				0,040	0,040
	- Ail	Gousse				3	3
	-	Kg			0,400		0,400
	- Haricots verts *	Kg					
	- Petits pois *	Kg					
	-	Kg			0,400		0,400
	DIVERS :						
	- Eau	L				P.M	P.M

GROUPEMENT « EST »	SESSION 2000	SUJET	TIRAGES
B.E.P. : Hôtellerie-Restauration - Dominante : Cuisine – C.A.P. : Cuisine		N° 11	
EPREUVE : E.P.1.1 Estimation Quantitative et Qualitative	Durée : 30 minutes	Coef. BEP : 8 Coef. CAP : 12	Page 1/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8

TARTE FRANGIPANE AUX POIRES

PROGRESSION	DENREES	U	PATE BRISEE	CREME FRANGIPANE	GARNITURE	FINITION	TOTAUX
<p>Réaliser une pâte brisée sucrée :</p> <p>2 dl de crème pâtissière à base de poudre industrielle à cuire</p> <p>Crème d'amandes :</p> <p>Beurre en pommade + sucre blanchi</p> <p>Travailler en ajoutant les œufs un à un</p> <p>Ajouter poudre d'amandes + parfum (vanille-rhum)</p> <p>Foncer et garnir la tarte de crème frangipane et des poires :</p> <p>Cuisson</p> <p>Lustrer nappage</p> <p>Dresser sur plat rond :</p> <p>Pour un service au guéridon</p>	<u>ECONOMAT :</u>						
	Farine	Kg	0,250				0,250
	Sucre	g		100			
		Kg		0,100			0,100
	Poudre à crème pâtissière	Kg		0,20			
	Poires au sirop	Boîte					
	Nappage	Kg				0,100	0,100
	Vanille (extrait)						PM
	<u>CREMERIE :</u>						
	Beurre	Kg	0,125	0,100			0,225
		Pièce	1				
	Lait	L		0,200			0,200
	<u>MISE EN PLACE</u>						
Sel			PM			PM	
<u>CAVE :</u>							
Rhum	L		0,025			0,025	

GROUPEMENT « EST »	SESSION 2000	SUJET	TIRAGES
B.E.P. : Hôtellerie-Restauration - Dominante : Cuisine – C.A.P. : Cuisine		N° 11	
EPREUVE : E.P.1.1 Estimation Quantitative et Qualitative	Durée : 30 minutes	Coef. BEP : 8 Coef. CAP : 12	Page 2/2