

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8

PITHIVIERS

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE	GARNITURE	SAUCE	FINITION	TOTAL DENREES
<p>* Réaliser la pâte feuilletée</p> <p>* Confectionner la crème d'amandes</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crémer le beurre en pommade avec le sucre. - Ajouter les oeufs un par un. - Ajouter la poudre d'amandes et la farine. - Parfumer avec le rhum. <p>* Confectionner le Pithiviers</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diviser le paton en 2. - Réaliser 2 abaisses de 24 cm. - Garnir de crème d'amandes. - Recouvrir avec la deuxième abaisse. - Chiqueter, dorer. - Reposer 10 minutes. - Cuire au four 40 minutes - Dresser sur papier dentelle 	CREMERIE :						
	Beurre	Kg		0,100			0,100
	Oeufs	U		2	1		3
	Margarine à feuilletage	Kg	0,225				0,225
	ECONOMAT :						
	Farine	Kg	0,400	0,025			0,425
	Eau	Kg	0,200				0,200
	Sel	Kg	0,005				0,005
	Poudre amandes	Kg		0,100			0,100
	Sucre semoule	Kg		0,100			0,100
	Vanille	L		P.M			P.M
	Rhum	L		0,02			0,02
	Sel	Kg	0,08				0,08
	Farine (tourrer)	Kg	0,080				0,080
	Sucre glace	Kg				0,020	0,020

ACADEMIE DE GRENOBLE				SESSION 2001	
EXAMEN : BEP/CAP HOTELLERIE-RESTAURATION Option CUISINE				Durée : 04 H 30	
Epreuve : EP1.2 PRODUCTION CULINAIRE				Coefficient : BEP : 8 CAP : 12	
Echelle :	Nb. Tirages :	SUJET	N°1	Feuille : 1/2	

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

FILETS DE TRUITE AU BEURRE DE MOULES ET A LA TOMATE CONCASSEE

HASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE + CUISSON	BEURRE BLANC	TOMATE CONCASSEE		TOTAL DENREES
<u>BASE</u> Lever les filets de truite et les dépouiller A la commande, sauter ces filets sans coloration dans un beurre clarifié après les avoir farinés	<u>POISSONNERIE</u>						
	Truites rose de 250 g	Pce	4				4
	Moule	Kg		0,500			0,500
	<u>CREMERIE</u>						
<u>BEURRE DE MOULES</u> Gratter, laver et cuire les moules marinière Réduire lentement la cuisson monter comme un beurre blanc passer au chinois	Beurre	Kg	0,100	0,25			0,35
	<u>LEGUMES</u>						
	Echalotes	Kg		0,05	0,025		0,075
	Persil	Kg		0,030			0,030
<u>TOMATE CONCASSEE</u> Monder les tomates, les tailler en brunoise, étuver avec échalotes ciselées et suées à l'huile d'olive	Tomates	Kg			0,500		0,500
	Ail	gousse			1		1
	<u>CAVE</u>						
	Vin blanc	L		0,2			0,2
<u>DRESSAGE</u> Napper de sauce le fond du plat ou de l'assiette Disposition des filets et les moules La tomate concassée est en bouquet entre les filets 3 portions au plat 1 portion à l'assiette	<u>EPICERIE</u>						
	Huile d'olives				PM		PM
	Sel				PM		PM

ACADEMIE DE GRENOBLE			SESSION 2001		
EXAMEN : BEP/CAP HOTELIERIE RESTAURATION Option CUISINE			Durée : 4 H 30 min		
Epreuve : EP1 PRODUCTION CULINAIRE			Coefficient : BEP : 8 CAP : 12		
Echelle :	Nb. Tirages :	SUJET	N° 1	Feuille : 2/2	

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

CARRE DE PORC POELE A L'ORANGE POMMES FONDANTES

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE + CUISSON	SAUCE	GARNITURE	DECO	TOTAL DENREES	
Parer, dégraisser, manchonner, ficeler les carrés Tailler la garniture aromatique en grosse mirepoix Tourner les pommes de terre et les blanchir Faire saisir les carrés et les enfourner en cocotte (15 à 20 min) Tailler 3 ou 4 zestes en julienne. Blanchir. Faire une gastrique, déglacer avec le jus d'orange. Ajouter la GA au carré Finir de cuire Réaliser un fond de poêlage avec le vin et le fond. Saisir les pommes de terre, les cuire à couvert. Mélanger la gastrique au fond de poêlage, ajouter le cointreau. Glacer le carré, servir sur plat avec les pommes, décorer avec des tranches d'oranges cannelés, la sauce à part	Carré de porc	Kg	1,200				1,200	
	Carotte	Kg	0,060				0,060	
	Oignon	Kg	0,100				0,100	
	Ail	gousse	1				1	
	Bouquet garni	pièce	1				1	
	Huile	Litre	0,03			0,05	0,08	
	Vin blanc	Litre			0,08		0,08	
	Vinaigre	Litre			0,03		0,05	
	Sucre	Kg			0,030		0,030	
	Orange	pièce			1		2	3
	Fond de veau lié	Litre			0,50			0,50
	Pomme de terre	Kg				1,200		1,200
	Beurre	Kg			0,040	0,040		0,080
	Cointreau	cl			2			2
	Sel	Kg	PM			PM		PM
	Poivre	Kg	PM			PM		PM
	Fond blanc	Litre				0,10		0,10

ACADEMIE DE GRENOBLE			SESSION 2001	
EXAMEN : BEP/CAP HOTELLERIE RESTAURATION Option CUISINE			Durée : 04 H 30	
Epreuve : EPI PRODUCTION CULINAIRE			Coefficient : BEP 8	CAP 12
Echelle :	Nb. Tirages :	SUJET	N°2	Feuille : 1/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8

AUMONIERES DE POIRES AU CAMEL A L'ORANGE

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	CREPES	GARNI- TURE	CAMEL	DECOR	TOTAL DENREES	
<p>Confectionner la pâte à crêpes, laisser reposer.</p> <p>Préparer la garniture :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>- Cuire 9 crêpes.</p> <p>Préparer la sauce caramel :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Décuire un caramel blond avec le jus de 2 oranges, passer. <p>Garnir les aumonières :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Garnir 8 crêpes avec les poires, les maintenir avec un cordon de crêpe. <p>Dresser 8 assiettes :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fond de caramel - Décor de crème 	FRUITS :							
	- Oranges	P			1	2		3
	- Citrons	P						
	B.O.F :							
	- Lait	L		0,500				0,500
	- Oeufs	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
	- Poires sirop	4/4			2			2
	DIVERS :							
	- Sirop de grenadine	L			P.M			P.M
	CAVE :							
	- Grand Marnier	L			0,100			0,100

ACADEMIE DE GRENOBLE				SESSION 2001	
EXAMEN : BEP/CAP HOTELIERIE-RESTAURATION Option CUISINE				Durée : 04 H 30	
Epreuve : EPI.2 PRODUCTION CULINAIRE				Coefficient : BEP : 8 CAP : 12	
Echelle :	Nb. Tirages :	SUJET	N°2	Feuille : 2/2	

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

NAVARIN AUX POMMES

PROGRESSION	DENREES	U	ELEMENTS DE BASE	GARN. AROM.	GARNITURE	FINITION	TOTAL DENREES
<p>Vérifier et parer la viande.</p> <p>Préparer la garniture aromatique : carottes et oignons en « mirepoix », ail écrasé, et bouquet garni.</p> <p>Rissoler la viande (3 morceaux de 50 g par personnes) à l'huile, ajouter la garniture aromatique, suer, dégraisser, singer, torréfier, ajouter le concentré de tomates, mouiller à l'eau froide, porter à ébullition. ajouter l'ail, le BG. assaisonner et cuire au four à 200° C. environ 35 à 40 minutes.</p> <p>Préparer la garniture : petits oignons glacés à brun, pommes de terre tournées et blanchies, persil haché.</p> <p>Décanter le navarin, ajouter les pommes blanchies, passer la sauce au chinois, vérifier l'ass. et dégraisser, terminer la cuisson au four 20 minutes. Vérifier l'à point de cuisson et réserver au bain-marie. Dresser en légumier, pommes et oignons disposés dessus harmonieusement, saupoudrer de persil haché.</p>	BOUCHERIE :						
	épaule d'agneau	kg	0,800				0,800
	parée, désossée						
	PRIMEUR :						
	gros oignons	kg			0,100		0,100
	carottes	kg			0,100		0,100
	bouquet garni				1		1
	ail	g			2		2
	petits oignons	kg				0,125	0,125
	potatoes	kg				0,800	0,800
	BF 15						
	persil	kg					0,010
	ECONOMAT :						
	huile	L	0,040				0,040
	farine	kg	0,030				0,030
	concentré de tomates	kg	0,020				0,020
	sel fin			PM			PM
	poivre du moulin			PM			PM
	sucre					PM	PM
	CREMERIE :	kg				0,125	0,125
	beurre						
	DIVERS :						
	eau			PM			PM

ACADEMIE DE GRENOBLE				SESSION 2001	
EXAMEN : BEP HOTELIERIE-RESTAURATION - CAP CUISINE				Durée : 4 H 30	
Epreuve : EP1.2 PRODUCTION CULINAIRE				Coefficient : BEP : 8 CAP : 12	
Echelle :	Nb. Tirages :	SUJET	N° 3	Feuille : 1/2	

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8

CHARLOTTE AUX POMMES

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE + CUISSON	GARNITURE	DECO	SIROP	TOTAL DENREES
Réaliser une crème anglaise et le coller à la gélatine Peler, vider les pommes, les couper en 8 quartiers les faire blondir dans le beurre, sucrer, laisser caraméliser et flamber. Imbiber les biscuits au sirop, chemiser le moule Additionner la crème chantilly à l'appareil refroidi Remplir le moule avec les pommes et l'appareil Placer au frais Démouler, décorer avec la crème chantilly à la poche et quelques lamelles de pommes crues.	Lait	Litre	0,50				0,50
	Oeufs	Pce	5				5
	Sucre	Kg	0,100			0,050	0,150
	Gélatine	Feuille	6				6
	Crème	Litre	0,20		0,15		0,35
	Biscuits	Kg	0,300				0,300
	Pommes	Kg		0,600	0,070		0,670
	Calvados	cl			3		6
	Eau	Litre		0,040		0,10	0,10
	Beurre	Kg					0,040

ACADEMIE DE GRENOBLE			SESSION 2001	
EXAMEN : BEP/CAP HOTELLERIE RESTAURATION Option CUISINE			Durée : 4 H 30 min	
Epreuve : EPI PRODUCTION CULINAIRE			Coefficient : BEP : 8	CAP : 12
Echelle :	Nb. Tirages :	SUJET	N° 3	Feuille : 2/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8

PETITS PATES FEUILLETES

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE + CUISSON	FARCE	FINITION	TOTAL DENREES
Faire une détrempe, la réserver au frais Hacher le persil, les fines herbes, l'ail, le foie de volaille, mélanger le tout à la chair à saucisse, ajouter l'oeuf, la crème, les 4 épices. Donner 6 tours au feuilletage Abaisser le pâton, découper 16 abaisses rondes à l'emporte-pièces cannelé Répartir la farce sur 8 abaisses. recouvrir avec les 8 autres. Pincer, dorer, réaliser des décors avec les chutes. Enfourner à 250°C (5 à 6 min) poursuivre à 200°C (10 min) Servir sur plat avec papier dentelle	Farine	Kg	0,400			0,400
	Eau	Litre	0,20			0,20
	Margarine	Kg	0,300			0,300
	Sel	Kg	PM			PM
	Chair à saucisse	Kg		0,300		0,300
	Persil	bouquet		4 tiges		4 tiges
	Ciboulette	bouquet		1/4		1/4
	Oeuf	Pce		1	1	2
	Crème	Litre		0,05		0,05
	Poivre	Kg		PM		PM
	4 épices	Kg		PM		PM
	Ail	gousse				
	Foie volaille	Kg		0,100		0,100

ACADEMIE DE GRENOBLE			SESSION 2001	
EXAMEN : BEP/CAP HOTELLERIE RESTAURATION Option CUISINE			Durée : 4 H 30	
Epreuve : EPI PRODUCTION CULINAIRE			Coefficient : BEP : 8 CAP : 12	
Echelle :	Nb. Tirages :	SUJET	N°4	Feuille : 1/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

FILETS DE CARRELETS BOISTELLE POMMES A L'ANGLAISE

PROGRESSION	DENREES	U	BASE	FUMET	FINITION	GARNITURE	TOTAUX
<p>Base : Lever les filets de carrelets → limoner les filets → dégorger les arêtes.</p> <p>Marquer en cuisson : Le fumet (le refroidir après cuisson).</p> <p>Garniture : Tourner les pommes à l'anglaise.</p> <p>Marquer en cuisson : Pocher à court-mouillement les filets de carrelets avec champignons émincés et échalotes ciselées finement les pommes à l'anglaise.</p> <p>Après cuisson des filets : Confection d'une sauce par réduction, monter au beurre.</p> <p>Dressage et finition : - des filets en plats sabot napper de sauce et glacer. - les pommes en légumier.</p>	Poissonnerie :						
	2 carrelets à filets (0,5)	kg	1				1
	B.O.F. :						
	Beurre	kg	0,020	0,020	0,070		0,110
	Crème	L			0,200		0,200
	Primeurs :						
	Echalotes	kg	0,020	0,020			0,040
	Oignons	kg		0,040			0,040
	Champignons	kg	0,100	parures			0,100
	BG				1		1
	Pommes de terre BF 15	kg				0,800	0,800
	Economat :						
	Vin blanc	L	0,040	0,040			0,080
	Gros sel					PM	PM
	Sel fin			PM		PM	PM
Poivre du moulin			PM		PM	PM	

ACADEMIE DE GRENOBLE			SESSION 2001	
EXAMEN : BEP HOTELIERIE-RESTAURATION - CAP CUISINE			Durée : 04 H 30	
Epreuve : EPI.2 PRODUCTION CULINAIRE			Coefficient : BEP : 8 CAP : 12	
Echelle :	Nb. Tirages :	SUJET	N° 4	Feuille : 2/2

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

COQUELETS COCOTTE GRAND-MERE

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE + CUISSON	GARNITURE COCOTTE	FOND DE SAUCE	FINITION	TOTAL DENREES
Habiller les coquelets	<u>VOLAILLE</u>						
Brider les coquelets en entrée	Coquelets	Kg	1,200				1,200
	(2 pièces de 0,600)						
Réaliser la garniture grand-mère							
	<u>CHARCUTERIE</u>						
Eplucher, laver, glacer à brun les petits oignons							
	Poitrine de porc salée	Kg		0,125			0,125
Tailler, blanchir, sauter les lardons							
	<u>CREMERIE</u>						
Laver, escaloper, faire sauter les champignons de Paris							
	Beurre	Kg	0,050	0,080		0,020	0,150
Eplucher, tourner les pommes cocotte							
	<u>LEGUMES</u>						
Les faire blanchir							
	Pommes de terre	Kg		1			1
Les faire rissoler							
	Champignons de Paris	Kg		0,150			0,150
Marquer en cuisson les coquelets							
	Petits oignons	Kg		0,125			0,125
Confectionner le fond d'accompagnement							
	<u>ECONOMAT</u>						
Terminer la garniture							
	Huile	L	PM	0,050			0,050
Hacher le persil							
	Sucre semoule	Kg		0,010			0,010
Dresser en cocotte OU							
	Sel fin	PM	PM	PM	
sur assiette							
	Poivre du moulin	PM	PM	PM	
Pour le dressage sur assiette, la volaille est découpée et la garniture disposée autour.							
	<u>CAVE</u>						
	Vin blanc	L			0,050		0,050
	<u>DIVERS</u>						
	Fond de veau lié	L			0,500		0,500
	Persil (botte)	Pce				1/4	1/4

ACADEMIE DE GRENOBLE			SESSION 2001		
EXAMEN : BEP/CAP HOTELLERIE RESTAURATION Option CUISINE			Durée : 4 H 30 min		
Epreuve : EPI PRODUCTION CULINAIRE			Coefficient : BEP : 8 CAP : 12		
Echelle :	Nb. Tirages :	SUJET	N° 5	Feuille : 1/2	

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8

AMBASSADEUR

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE + CUISSON	CREME PATISSIERE			FINITION
Chemiser le moule confectionner la génoise	Oeufs	Pce	4	2			
Confectionner la crème pâtissière	Beurre	Kg	0,020				
	Lait	L		0,5			
Confectionner le sirop de punchage avec le sirop des fruits	Sucre	Kg	0,125	0,125			
	Farine	Kg	0,125				
Emincer les fruits au sirop	Maïzena	Kg		0,050			
Monter l'ambassadeur	Sucre glace	Kg					0,050
Tailler en 3 disques la génoise	Fruits au sirop	4/4		1			
	Pâte d'amandes	Kg					0,25
Masquer de crème pâtissière, disposer les fruits et recouvrir avec le deuxième disque	Chocolat couverture						PM
	Cointreau				PM		
Abaisser la pâte d'amandes et recouvrir la génoise							
Décor libre							

ACADEMIE DE GRENOBLE				SESSION 2001	
EXAMEN : BEP/CAP HOTELIERIE RESTAURATION Option CUISINE				Durée : 4 H 30 min	
Epreuve : EP1 PRODUCTION CULINAIRE				Coefficient : BEP : 8 CAP : 12	
Echelle :	Nb. Tirages :	SUJET	N°5	Feuille : 2/2	

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8

QUICHE AUX DEUX SAUMONS A LA JULIENNE DE POIREAUX

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE + CUISSON				TOTAL DENREES
Confectionner la pâte brisée Eau 0,050	<u>POISSONNERIE</u>						
	Saumon fumé	Kg		0,080			0,080
	Saumon frais	Kg		0,200			0,200
<u>GARNITURE</u>							
Gruyère râpé	<u>CREMERIE</u>						
Saumon fumé							
Coupé en fine lanière	Gruyère	Kg		0,080			0,080
Saumon frais en gros dès	Beurre	Kg	0,130	0,050			0,180
Julienne de blancs de poireaux étuvés	Crème	L			0,250		0,250
	Lait	L			0,250		0,250
	Oeufs	Pce	1		4		4
<u>APPAREIL</u>							
2 jaunes + 2 oeufs, lait crème, sel, poivre, noix de muscade	<u>LEGUME</u>						
	Blancs de poireaux	Kg		0,100			0,100
<u>ECONOMAT</u>							
Foncer les cercles							
Répartir la garniture saumon + poireaux gruyère râpé + crème prise cuisson à 200°C	Farine	Kg	0,275				0,275
	Sel fin		PM	PM	PM		PM
	Poivre			PM	PM		PM
	Noix muscade				PM		PM

ACADEMIE DE GRENOBLE				SESSION 2001	
EXAMEN : BEP/CAP HOTELLERIE RESTAURATION Option CUISINE				Durée : 4 H 30 min	
Epreuve : EPI PRODUCTION CULINAIRE				Coefficient : BEP : 8 CAP : 12	
Echelle :	Nb. Tirages :	SUJET	N° 7	Feuille : 1/2	

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

COTES DE VEAU FERMIERE

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE + CUISSON	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
	Navets	Kg		0,400			0,400
	Céleri rave	Kg		0,300			0,300
Faire étuver la paysanne de légumes au beurre	Oignons gros	Kg		0,100			0,100
Cuisson des côtes " SAUTER "	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

ACADEMIE DE GRENOBLE

SESSION 2001

EXAMEN : BEP/CAP HOTELIERIE RESTAURATION Option CUISINE

Durée : 4 H 30 min

Epreuve : EPI PRODUCTION CULINAIRE

Coefficient : BEP : 8 CAP : 12

Echelle :

Nb. Tirages :

SUJET

N° 7

Feuille : 2/2