

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8

DARTOIS AUX CHAMPIGNONS

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	FEUILL.	VELOUTE CHAMP.	DORURE		TOTAUX	
<p>- Préparer le feuilletage à 6 tours.</p> <p>- Abaisser deux bandes, une légèrement plus grande que l'autre.</p> <p>- Fourrer avec un velouté aux champignons bien serré, crémé et lié aux jaunes.</p> <p>- Velouté : champignons en quartiers cuits à blanc, lié avec roux.</p> <p>- Décor libre.</p> <p>- Dresser sur papier dentelle. Persil branche.</p> <p>1. Feuilletage.</p> <p>2. Champignons → Escaloper Cuire dans un blanc.</p> <p>3. Velouté avec cuisson champignons+crème+jaunes</p> <p>4. Lier champignons → Refroidir.</p>	Farine	kg	0,300	0,040			0,340	
				+ 0,100				
	Sel fin	kg	0,008	PM				0,008
	Eau	L	0,150					0,150
	Beurre feuilletage	kg	0,225					0,225
	Oeufs	Pièce			2 jaunes	1		3
	Beurre	kg			0,040			0,040
	Crème fraîche	L			0,050			0,050
	Champignons	kg			0,500			0,500
	Citron	Pièce			½			½
	Persil	PM						PM

ACADEMIE DE GRENOBLE			SESSION 2002	
EXAMEN : BEP HOTELIERIE-RESTAURATION - CAP CUISINE			Durée : 4 h 30 min	
Epreuve : EP1.2 PRODUCTION CULINAIRE			Coefficient : BEP : 8	CAP : 12
Echelle :	Nb. Tirages :	SUJET N°1	Feuille : 2/2	

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

ESCALOPES DE VEAU VIENNOISE POMMES SAUTEES A CRU

PROGRESSION	DENREES	U	ELEM. DE BASE	GARNITURE	LEGUMES	FINITION	TOTAUX	
<p>BASE : Parer et aplatir les escalopes préparer l'anglaise, la mie de pain, la farine. Paner les escalopes.</p> <p>GARNITURE : Cuire les oeufs durs. Eplucher et émincer les pommes de terre (BF 15). Ecaler les oeufs. Hacher les blancs et les jaunes. Tailler en tranches les citron pelés à vif. Préparer les olives et les anchois. Hacher le persil. Egoutter les câpres.</p> <p>CUISSONS : Faire « sauter » les pommes. Cuire les escalopes. Fond lié fourni.</p> <p>DRESSAGE : Dresser la garniture sur un plat long de service. Dresser les escalopes + un cordon de fond lié. Dresser les pommes en légumier + persil haché.</p>	BOUCHERIE :							
	4 escalopes de 150 g	kg	0,600				0,600	
	PRIMEUR :							
	Citrons	pièce			1		2	3
	Pommes de terre	kg				1,200		1,200
	Persil haché	cuil.			2		1	3
	CREMERIE :							
	Beurre	kg	0,040			0,025	0,040	0,105
	Oeufs	pièce	2		2			4
	GARDE-MANGER :							
	Fond de veau lié	L					0,100	0,100
	ECONOMAT :							
	Huile	L	0,075			0,200		0,275
	Filets d'anchois	pièce			4			4
	Olives vertes	pièce			4			4
	Câpres	kg			0,040			0,040
	Pain de mie	kg	0,150					0,150
	Farine	kg	0,025					0,025
	Sel fin	PM	PM			PM	PM	PM

ACADEMIE DE GRENOBLE			SESSION 2002	
EXAMEN : BEP HOTELIERIE-RESTAURATION - CAP CUISINE			Durée : 4 h 30 min	
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 ARLEQUIN POMMES À L'ANGLAISE

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE + CUISSON	GARNITURE	FUMET	SAUCE	TOTAL DENREES	
Habiller les truites, lever les filets, retirer les peaux Marquer un fumet Faire suer une julienne de blanc de poireau Tailler les poivrons en brunoise, faire suer Tourner les pommes de terre, les réserver. Plaquer les filets roulés et garnis de julienne de poireau, mouiller au vin et fumet Cuire les pommes de terre à l'anglaise Cuire les filets de truite au four Hacher le persil Réaliser la sauce par réduction, ajouter le poivron en brunoise, crémer, monter au beurre Servir sur assiette garnie les 3 autres portions sur plat. Décorer avec le persil	Truites	Pièce	4				4 (1 kg)	
	Echalotes	kg	0,040				0,040	
	Vin blanc	Litre	0,10				0,10	
	Beurre	kg	0,040	0,050		0,080	0,170	
	Poireau	kg	0,200				0,200	
	Pomme de terre	kg		1,000			1,000	
	Oignon	kg				0,070	0,070	
	Bouquet garni	pièce				1	1	
	Carotte	kg				0,030	0,030	
	Persil	Bouquet					PM	1/4
	Mignonnette	kg				PM		PM
	Poivre blanc	kg		PM			PM	PM
	Sel	kg		PM			PM	PM
	Eau	Litre				PM		PM
	Huile	Litre			0,05			0,05
Poivron vert	kg					0,060	0,060	
Poivron rouge	kg					0,060	0,060	
Crème	Litre					0,010	0,10	

ACADEMIE DE GRENOBLE			SESSION 2002	
EXAMEN : BEP HOTELLERIE-RESTAURATION - CAP CUISINE			Durée : 4 h 30 min	
Epreuve : EP1.2 PRODUCTION CULINAIRE			Coefficient : BEP : 8 CAP : 12	
Echelle :	Nb. Tirages :	SUJET N°2	Feuille : 1/2	

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

FILETS DE TRUITES DORIA SAUCE VIN BLANC - POMME A L'ANGLAISE

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE	GARNITURE	SAUCE	FUMET	TOTAL DENREES
BASE : Habiller, fileter les truites.	POISSONNERIE :						
	Truites de 250 g	kg	1				1
Plaquer en plat beurré + échalotes ciselées. Réserver au frais.	B.O.F. :						
	Beurre	kg	0,020	0,020	0,070	0,020	0,130
	Crème	L			0,200		0,200
Réaliser un fumet avec les arêtes et le fumet fourni.	ECONOMAT :						
	Vin blanc	L	0,040			0,020	0,060
GARNITURE : Détailler les concombres épépiner, tourner en gousse d'ail, étuver au beurre.	PRIMEURS :						
	Echalotes		0,020			0,040	0,060
	Oignons					0,040	0,040
	Poireaux (verts)					PM	PM
	Bouquet garni					1	1
	Concombre	Pièce		1			1
Pomme de terre : tourner à l'anglaise cuire à l'eau.	BF 15	kg		0,800			0,800
Marquer en cuisson les filets: pocher à court mouillement avec vin blanc et fumet.	MISE EN PLACE :						
	Fumet	L				0,250	0,250
	Sel fin		PM	PM	PM		PM
	Poivre du moulin		PM		PM		PM
Réaliser la sauce par réduction avec la crème. Monter au beurre.	Sel gros		PM				PM
Dressage libre en plat sabot ou à l'assiette, avec les concombres autour. Napper de sauce. Les pommes à l'anglaise en légumier.							

ACADEMIE DE GRENOBLE			SESSION 2002	
EXAMEN : BEP HOTELIERIE-RESTAURATION - CAP CUISINE			Durée : 4 h 30 min	
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

BANDE DE TARTE FEUILLETÉE AUX FRAMBOISES

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE	GARNITURE	SAUCE CREME	FINITION	TOTAL DENREES	
FEUILLETAGE : Réaliser la détrempe. Tourner le feuilletage à 6 tours. Façonner et cuire la bande de tarte. CREME PATISSIERE : Réaliser la crème pâtissière. FINITION : Garnir la bande de tarte de crème pâtissière. Disposer les framboises. DRESSAGE : Plat rectangulaire ou long + dentelles	FEUILLETAGE :							
	Farine	kg	0,300				0,300	
	Eau	L	0,150				0,150	
	Margarine à feuilletage	kg	0,225				0,225	
	Sel	kg	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

ACADEMIE DE GRENOBLE			SESSION 2002	
EXAMEN : BEP HOTELLERIE-RESTAURATION - CAP CUISINE			Durée : 4 h 30 min	
Epreuve : EP1.2 PRODUCTION CULINAIRE			Coefficient : BEP : 8	CAP : 12
Echelle :	Nb. Tirages :	SUJET N°3	Feuille : 2/2	

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

POULET SAUTE AUX FINES HERBES GARNITURE MENTONNAISE

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE + CUISSON	SAUCE	GARNITURE	TOTAL DENREES	
<p>BASE : Découpe à cru en 4/4 de la volaille. Réserver les morceaux. Fond fourni.</p> <p>GARNITURE : Artichauts : Tourner. Cuire dans un blanc. Couper en quartiers. Etuver au beurre. Pommes de terre : Tourner et cuire cocotte. Courgettes : Canneler, trçonner, évider. Blanchir fortement. Etuver au four puis garnir avec une Duxelle additionnée de mie de pain.</p> <p>CUISSON DE LA VOLAILLE Sauter. Après cuisson, réserver les morceaux.</p> <p>SAUCE : Après cuisson décanter la viande. Réaliser une sauce par déglçage. Finir : monter au beurre, ajouter fines herbes.</p> <p>DRESSAGE : 1 part à l'assiette. 3 parts au plat creux avec garniture autour. Morceaux nappés de sauce.</p>	BOUCHERIE :						
	Poulet	kg	1,200			1,200	
	ECONOMAT :						
	Farine		PM			PM	
	Huile	L	0,020			0,020	
	Vin blanc	L		0,050		0,050	
	Cognac	L		0,020		0,020	
	Mie de pain	kg			0,030	0,030	
	B.O.F. :						
	Beurre	kg	0,020	0,025	0,080	0,125	
	PRIMEURS :						
	Echalotes	kg		0,020	0,020	0,040	
	Cerfeuil	boite		PM		PM	
	Estragon	boite		PM		PM	
	Persil	boite		PM	PM	PM	
	Courgettes	kg			0,400	0,400	
	Artichaut	Pièce			2	2	
	Citron	Pièce			¼	¼	
	Champignons	kg			0,150	0,150	
	Pommes de terre (BF 15)	kg			0,600	0,600	
	MISE EN PLACE :						
Fond brun lié de volaille	L			0,500		0,500	
Sel fin			PM	PM	PM	PM	
Poivre du moulin			PM	PM		PM	

ACADEMIE DE GRENOBLE			SESSION 2002	
EXAMEN : BEP HOTELIERIE-RESTAURATION - CAP CUISINE			Durée : 4 h 30 min	
Epreuve : EP1.2 PRODUCTION CULINAIRE			Coefficient : BEP : 8	CAP : 12
Echelle :	Nb. Tirages :	SUJET N°4	Feuille : 1/2	

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

STEAK SAUTE BERCY POMMES COCOTTE

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE	GARNITURE	SAUCE	FINITION	TOTAL DENREES
1. Vérifier la viande.	<u>VIANDE :</u>						
	Steak (0,150 Kg)	P	4				4
2. Préparer les éléments de la sauce Bercy : Ciseler les échalotes Hacher le persil.	<u>LEGUMES :</u>						
	Pommes de terre BF 15	kg		1,250			1,250
3. Préparer les pommes : Eplucher les pommes Blanchir les pommes Rissoler les pommes Terminer les pommes au four Débarrasser les pommes Les beurrer.	Echalotes	kg		0,050			0,050
	Persil	kg				0,020	0,020
	<u>B.O.F :</u>						
	Beurre	kg	0,040	0,020	0,020		0,080
4. Sauter les steaks : 2 saignants 2 à point	<u>EPICERIE :</u>						
	Vin blanc	L			0,05		0,05
5. Réaliser la sauce Bercy Débarrasser les steaks Réserver au chaud Dégraisser le sautoir Suer les échalotes Déglacer vin blanc Ajouter fond de veau Monter au beurre	Fond de veau lié	L			0,2		0,2
	Huile	L	0,02	0,04			0,06
	Sel fin	kg	P.M	P.M	P.M		P.M
	Poivre	kg	P.M			P.M	P.M
6. Dresser : Sur plat oval, Napper de sauce Bercy Parsemer de persil Les pommes en légumier.							

ACADEMIE DE GRENOBLE			SESSION 2002	
EXAMEN : BEP HOTELLERIE-RESTAURATION - CAP CUISINE			Durée : 4 h 30 min	
Epreuve : EP1.2 PRODUCTION CULINAIRE			Coefficient : BEP : 8	CAP : 12
Echelle :	Nb. Tirages :	SUJET N°5	Feuille : 1/2	

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8

BANDE DE TARTE FEUILLETÉE AUX FRAISES

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE	GARNITURE	SAUCE CREME	FINITION	TOTAL DENREES
FEUILLETAGE :	FEUILLETAGE :						
Réaliser la détrempe.	Farine	kg	0,300				0,300
Tourner le feuilletage à 6 tours.	Eau	L	0,150				0,150
Façonner et cuire la bande de tarte.	Margarine à feuilletage	kg	0,225				0,225
	Sel	kg	0,005				0,005
CREME PATISSIERE :	PATISSIERE :						
Réaliser la crème pâtissière.	Lait	L			1/2		1/2
	Jaune d'oeuf	Pièce			4		4
FINITION :	Sucre	kg			0,125		0,125
Garnir la bande de tarte de crème pâtissière.	Farine	kg			0,070		0,070
Disposer les framboises.	Vanille				P.M		P.M
Napper la tarte	GARNITURE :						
	Fraises	kg			0,500		0,500
DRESSAGE :	FINITION :						
Plat rectangulaire ou long + dentelles	Nappage rouge	kg				0,120	0,120

ACADEMIE DE GRENOBLE			SESSION 2002	
EXAMEN : BEP HOTELLERIE-RESTAURATION - CAP CUISINE			Durée : 4 h 30 min	
Epreuve : EP1.2 PRODUCTION CULINAIRE			Coefficient : BEP : 8	CAP : 12
Echelle :	Nb. Tirages :	SUJET N°5	Feuille : 2/2	

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 4

CARRE D'AGNEAU AUX PRIMEURS

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	BASE	GARNITURE	JUS	FINITION	TOTAL DENREES
<p>BASE :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Parer, habiller et manchonner le carré. - Cuire le carré au four. <p>GARNITURE :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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>FINITION :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Faire le jus de rôti. <p>DRESSAGE :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sur plat ovale avec la garniture. - Jus en saucière. <p>* surgelés</p>	BOUCHERIE :						
	- Carré	kg	1				1
	CREMERIE :						
	- Beurre	kg	0,020	0,040	0,020		0,080
	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 :						
	- Carottes	kg		0,400	0,040		0,440
	- Oignons	kg			0,040		0,040
	- Ail	Gousse			2		2
	- 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 :						
	- Eau	L				P.M	P.M

ACADEMIE DE GRENOBLE			SESSION 2002	
EXAMEN : BEP HOTELIERIE-RESTAURATION - CAP CUISINE			Durée : 4 h 30 min	
Epreuve : EP1.2 PRODUCTION CULINAIRE			Coefficient : BEP : 8	CAP : 12
Echelle :	Nb. Tirages :	SUJET N°6	Feuille : 1/2	

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8

ECLAIRS AU CHOCOLAT

PHASES ESSENTIELLES	DENREES	U	PÂTE	CREME PATISSIERE	FINITION	TOTAL DENREES
BASE :	CREMERIE :					
Faire la pâte à choux.	- Oeufs	Pièce	4	6	1	11
Plaquer, dorer et cuire les éclairs.	- Beurre	kg	0,080		0,010	0,090
	- Lait	L		0,75		0,75
CREME PATISSIERE :	ECONOMAT :					
Confectionner la crème pâtissière au chocolat.	- Sel fin	kg	0,005			0,005
Refroidir.	- Farine	kg	0,150	0,075		0,225
	- Sucre	kg	0,010	0,150		0,160
FINITION :	- Cacao	kg		0,025	0,015	0,040
Percer, garnir et glacer les éclairs.	- Fondant blanc	kg			0,300	0,300
	- Vanille	Gousse		1/2		1/2
DRESSAGE :	DIVERS :					
Sur plat rond avec papier dentelle.	- Eau	L	0,25		P.M	0,25
	- Papier dentelle	Pièce			1	1

ACADEMIE DE GRENOBLE			SESSION 2002	
EXAMEN : BEP HOTELLERIE-RESTAURATION - CAP CUISINE			Durée : 4 h 30 min	
Epreuve : EP1.2 PRODUCTION CULINAIRE			Coefficient : BEP : 8	CAP : 12
Echelle :	Nb. Tirages :	SUJET N°6	Feuille : 2/2	