

T bac Panier N° 1

Temps de préparation : 4 heures
Service à partir de 12 h

Dressage :

- ☞ Plat N°1 : Moules Poulette
- ☞ Plat N°2 : Tronçon de poisson poché et ses garnitures
- ☞ Plat N°3 : Tartelette au citron

1^{er} plat	Contraintes		Dressage
Préparation imposée Moules Poulette	<ul style="list-style-type: none"> • Respecter la fiche fournie 		8 portions En soupière + doublure et dentelle
2^{ème} plat	Techniques obligatoires	Conception personnelle	Dressage
Préparation libre Tronçon de poisson	<ul style="list-style-type: none"> - Habiller une barbue - Détailler une barbue en tronçons - Cuire « Pocher » une barbue - Confectionner une sauce semi-coagulée chaude 	Rédiger la fiche technique Confectionner deux garnitures dont une à base de pomme de terre Historier des citrons	8 portions -Au plat sur gondole -Garnitures au plat -Saucière
3^{ème} plat	Contraintes		Dressage
Préparation imposée Tartelette au citron	<ul style="list-style-type: none"> • Respecter la fiche fournie 		8 portions A l'assiette

T bac Panier N°1

Liste des produits du panier mis à disposition

Denrées	Unité	Quantité	Coût unitaire
<u>Poissonnerie</u>			
2 barbues de 1,6 kg chacune	Kg	3,2	
Moules de bouchots	Kg	4	
<u>BOF</u>			
Lait	L	1/2	
Crème liquide	L	0,350	
Oeufs	P	10	
Beurre	Kg	0.850	
<u>Alcool</u>			
Vin Blanc	L	0.08	
<u>Légumerie</u>			
Citron	Kg	1.1	
Persil frisée	B	0,04	
Purée de brocoli	kg	0,4	
Pommes de terre BF15	Kg	2	
Tomates garniture	Kg	0,480	
Échalotes	Kg	0.080	
Persil plat	Kg	0.10	
Champignons de Parie	Kg	0.200	
<u>Épicerie</u>			
Farine	Kg	0.300	
Sucre semoule	Kg	0.400	
Poudre a creme	Kg	0.025	
Nappage	Kg	0.100	

T bac Panier N°1

Liste des produits du panier mis à disposition

Denrées	Unité	Quantité	Coût unitaire
<u>Surgelés</u>			
Haricots verts	Kg	0.200	
Fèves	Kg	0.120	
Asperges vertes	Kg	0.150	
<u>Assaisonnement</u>			
Sel fin	Kg	PM	
Sel gros	Kg	PM	
Poivre du moulin	Kg	PM	
Noix de muscade	Kg	PM	
Piment de cayenne	Kg	PM	

FICHE 1

Fiche technique non valorisée à réaliser par le candidat

(A rendre complétée avec la copie)

DENRÉES POUR 8 COUV

	Unités	Quantités
Eléments de base		4
- moules de bouchots	kg	0,080
- beurre	kg	0,080
- échalotes	kg	0,080
- vin blanc	l	0,08
- persil plat	kg	0,020
Finition		
- beurre	kg	0,080
- persil plat	kg	0,040
Assaisonnement		
- poivre du moulin		PM

Livre Page 763

MOULES POULETTE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Préparer la sauce poulette de base

- Faire **suer** au beurre 0,040 kg d'échalotes ciselées et 0,200 kg de champignons de Paris émincés.
- Ajouter 0,40 l de velouté de poisson non salé et 0,10 l de crème. Laisser **réduire** durant une dizaine de minutes.
- Acidifier avec quelques gouttes de jus de citron.
- **Passer** au chinois étamine, **tamponner** et réserver au bain-marie.

3. Préparer et ouvrir les moules

- Les ouvrir selon la méthode **Marinière**

4 Terminer la sauce poulette

- **Débarrasser** les moules et enlever la coquille du dessus.
- **Décarter** délicatement et filtrer très finement la cuisson.
- **Réduire** de moitié 0,20 l de cuisson.
- Ajouter la base de la sauce poulette.
- **Réduire** à nouveau.
- Ajouter une liaison composée de 2 jaunes d'œufs et de 0,10 l de crème.
- Reporter à ébullition durant quelques secondes et, hors du feu, **monter** la sauce au beurre.
- Vérifier l'assaisonnement.
- **Passer** la sauce au chinois étamine sur les moules.
- Saupoudrer de persil haché.

REMARQUE :

- A défaut de velouté de poisson, certains professionnels ouvrent les moules avec du vin blanc et du **fumet** de poisson, et lient la cuisson avec du **beurre manié**, du velouté de champignons déshydratés ou apertisés U.H.T. peut être également utilisé..



Moules poulette

Matériel de préparation :

- 1 plaque à débarrasser
- 2 grandes calottes
- 2 petites calottes
- 1 grande passoire
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 rondau haut ou 1 grande russe avec couvercle.

FICHE 3

Fiche technique non valorisée à réaliser par le candidat

(A rendre complétée avec la copie)

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Pâte Sablée				
- farine type 55	kg	1,000	Attention Diviser par 4 les proportions	
- beurre	kg	0,500		
- sucre glace ou semoule	kg	0,500		
- sel	kg	0,010		
- œufs	pièce	4		
- beurre pour le cercle	kg	0,010		
- farine pour abaisser	kg	0,040		
- dorure		PM		
Appareil au citron				
- jus de citron ou	l	0,30		
- citrons à jus	kg	0,600		
- eau	l	PM		
- sucre semoule	kg	0,150		
- œufs entiers (3 pièces)	kg	0,165		
- œufs (3 jaunes)	kg	0,060		
- sucre semoule	kg	0,050		
- poudre à crème	kg	0,025		
- crème liquide UHT	l	0,20		
- beurre	kg	0,100		
Nappage citron*				
- nappage neutre	kg	0,100		
- jus de citron	l	0,02		
Décor* (facultatif)				
- Zestes de citron confits	kg	PM		
- citron (1 pièce)	kg	0,100		
- sucre semoule	kg	0,050		
- eau	l	PM		

TARTE AU CITRON

La pâte sablée est une pâte directement dérivée de la pâte sucrée. Elle se réalise uniquement par sablage à la main ou à la machine. Sa composition très riche en sucre, beurre et œufs, lui confère une texture particulièrement friable et cassante.

La pâte sablée est principalement utilisée nature pour la réalisation de divers petits sablés, de fonds de barquettes, de tartelettes et de petits fours frais.



TECHNIQUE DE RÉALISATION

- Mettre en place le poste de travail - 5 min**
 - Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.
- Réaliser la pâte Sablée, voir livre P 487**
 - L'envelopper dans un film plastique alimentaire et la laisser se raffermir en enceinte réfrigérée.
- Réaliser les élément de décor* (facultatif) - 5 min**
 - Lever les zestes du citron et les tailler en julienne régulière.
 - Blanchir la julienne puis la confire dans le sirop.
- Mettre en place les éléments de l'appareil au citron - 5 min**
 - Ramollir le beurre et lui donner la consistance d'une pommade.
 - Porter la crème à ébullition et la réserver.
- Réaliser l'appareil au citron - 15 min**
 - Porter dans une sauteuse le jus de citron, un peu d'eau et le sucre semoule à ébullition.
 - Blanchir les œufs entiers, les jaunes et les 0,050 kg de sucre dans une calotte.
 - Ajouter la poudre à crème.
 - Délayer progressivement le mélange avec le sirop au citron.
 - Verser l'ensemble dans la sauteuse et porter le tout à ébullition.
 - Remuer sans arrêter à l'aide d'un fouet comme pour la réalisation de la crème pâtissière.
 - Incorporer la crème bouillante puis débarrasser l'appareil dans une calotte.
 - Le filmer puis le refroidir rapidement à la température ambiante.
- Foncer le cercle - 10 min (voir p. 489/490)**
 - Le foncer sans crêtes.
 - Couper l'excédent de pâte à l'aide d'un couteau ou du rouleau.
- Cuire le fond de tarte à blanc - 5 min**
 - Recouvrir le fond d'une feuille de papier sulfurisé.
 - Le garnir de pois de cuisson et le cuire à blanc dans un four à 200 °C durant une vingtaine de minutes.
 - Débarrasser les pois aux 3/4 de la cuisson, décercler et dorer les bords extérieurs.
 - Finir la cuisson et la coloration.
 - Débarrasser le fond de tarte sur grille et le laisser refroidir.
- Terminer l'appareil et garnir le fond de tarte - 10 min**
 - Incorporer progressivement le beurre en pommade à l'appareil, bien le lisser et l'homogénéiser soigneusement (ne pas fouetter exagérément, l'appareil risque de relâcher - idem crème mousseline).
 - Garnir entièrement (à ras bord) le fond de tarte avec l'appareil.
 - Le lisser soigneusement à la spatule.
- Lustrer la tarte au citron**
 - Faire bouillir le nappage neutre, le détendre légèrement avec du jus de citron.
 - Lustrer soigneusement et régulièrement.
 - Parsemer facultativement le dessus avec les zestes de citron confits.
- Dresser la tarte au citron**
 - Disposer la tarte sur un plat rond recouvert de papier dentelle.

Fiche pour l'épreuve orale

Date :

Nom du candidat :

Fiche pour l'évaluation épreuve E31 S2 : Pole 3

Compétence ↔					C3-2 Optimiser les performances de l'équipe
Compétences opérationnelles ↔					C3-2.1 Évaluer son travail ou celui de son équipe
Auto-évaluation des Indicateurs de performance ↔	NM	Eca -	Eca +	M	Le positif, le négatif, les points à modifier à améliorer
Diriger le commis					
Assurer les techniques imposées					
S'organiser lors de la production					
Respecter des horaires d'envoi					
Bilan général					

NM : très insuffisant

ECA - : Insuffisant

ECA + : Bien

M : Très bien.

Liens utiles

<http://webtv.ac-versailles.fr/restauration/Gratter-nettoyer-et-laver-des>

<http://webtv.ac-versailles.fr/restauration/Realiser-des-moules-mariniere>

<http://webtv.ac-versailles.fr/restauration/Realiser-un-court-bouillon-au-lait>

<http://webtv.ac-versailles.fr/restauration/Detailler-des-troncons-de-poissons>

<http://webtv.ac-versailles.fr/restauration/Detailler-des-troncons-de-turbot>

<http://webtv.ac-versailles.fr/restauration/Pocher-des-troncons-de-turbot>

<http://webtv.ac-versailles.fr/restauration/Sauce-hollandaise>

<http://webtv.ac-versailles.fr/restauration/Historier-des-citrons>

<http://webtv.ac-versailles.fr/restauration/Pate-brisee-methode-inversee>

<http://webtv.ac-versailles.fr/restauration/Cuire-un-fond-de-tarte-a-blanc>

<http://webtv.ac-versailles.fr/restauration/Cuire-a-blanc-un-fond-tarte>

<http://webtv.ac-versailles.fr/restauration/Creme-au-citron>