

# BACCALAURÉAT TECHNOLOGIQUE HÔTELLERIE

**SESSION 2012**

**ÉPREUVE PRATIQUE "TECHNIQUES PROFESSIONNELLES"**

**Partie A → TECHNOLOGIE ET MÉTHODES CULINAIRES**

**SUJET N°10**

**PARTIE PRATIQUE** (durée 2 heures, envoi compris)

A l'aide de la fiche technique jointe, vous devez réaliser, pour quatre personnes :

**SAUTÉ DE BŒUF AU WASABI ET POIVRON,  
MÉLANGE DE LÉGUMES**

# BACCALAURÉAT TECHNOLOGIQUE HÔTELLERIE

Plat : SAUTÉ DE BŒUF AU WASABI ET POIVRON, POÊLÉE DE LÉGUMES		4 couverts		SUJET N°				
				<b>10</b>				
Descriptif : Émincé de bœuf sauté aux trois poivrons et relevé au wasabi, servi avec un mélange de légumes composé de carottes, haricots verts, asperges et oignons, parfumé au gingembre.								
PHASES ESSENTIELLES DE PROGRESSION	DENRÉES					Total		
	NATURE	U	PHASES ESSENTIELLES					
			A	B	C		D	E
<p><b><u>A. SAUTÉ DE BŒUF</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Monder les poivrons. Tailler en cubes.</li> <li>- Ciseler l'oignon.</li> <li>- Réhydrater 1/4 de litre de fonds brun clair.</li> <li>- Réaliser une marinade avec le wasabi, l'huile d'arachide et la sauce soja.</li> <li>- Détailler les pavés en lanières de 1 cm d'épaisseur.</li> <li>- Mariner la viande. Réserver au frais.</li> <li>- Égoutter et sauter à l'huile.</li> <li>- Garder saignante.</li> <li>- Débarrasser.</li> <li>- Suer les oignons et ajouter les poivrons.</li> <li>- Déglacer au fonds de veau.</li> <li>- Lier à la fécule.</li> </ul> <p><b><u>B. MÉLANGE DE LÉGUMES</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Émincer l'oignon.</li> <li>- Tailler les carottes en sifflets.</li> <li>- Tailler le gingembre en julienne.</li> <li>- Glacer les carottes à blanc.</li> <li>- Cuire les haricots verts et les asperges à l'anglaise, les tailler en tronçons de 3 cm.</li> <li>- Suer les oignons et le gingembre, ajouter les légumes taillés et assaisonner.</li> </ul> <p><b><u>C. FINITION</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ciseler la ciboulette.</li> <li>- Parsemer à l'envoi.</li> </ul>	<p><b><u>BOUCHERIE</u></b></p> <p>Pavé de Rumsteak</p>	kg	0,600				0,600	
	<p><b><u>CRÉMERIE</u></b></p> <p>Beurre</p>	kg		0,050			0,050	
	<p><b><u>LÉGUMERIE</u></b></p> <p>Poivron vert</p>	kg	0,050				0,050	
	Poivron rouge	kg	0,050				0,050	
	Poivron jaune	kg	0,050				0,050	
	Carotte	kg		0,200			0,200	
	Oignon	kg	0,050	0,050			0,100	
	Gingembre	kg		0,010			0,010	
	Ciboulette	Botte			1/8		1/8	
	<p><b><u>ÉCONOMAT</u></b></p> <p>Wasabi</p>	kg	0,002				0,002	
	Huile d'arachide	l	0,010				0,010	
	Sauce soja	l	0,010				0,010	
	Fonds de veau clair	kg	0,010				0,010	
	Fécule	kg	0,004				0,004	
	Gros sel	kg		pm			PM	
	Sel	kg	PM	pm			PM	
	Poivre	kg	PM	pm			PM	
	<p><b><u>SURGELÉ</u></b></p> <p>Asperge verte</p>	kg		0,200			0,200	
	Haricot vert	kg		0,200			0,200	
Dressage : A l'assiette, à l'appréciation du candidat								

Désignation	Unité	Quantité	Prix unitaire	Montant
<b><u>BOUCHERIE</u></b>				
Pavé de Rumsteak	kg	0,600	12,14 €	7,28 €
<b><u>CRÉMERIE</u></b>				
Beurre	kg	0,050	4,00 €	0,20 €
<b><u>LÉGUMERIE</u></b>				
Poivron vert	kg	0,050	1,50 €	0,08 €
Poivron rouge	kg	0,050	3,63 €	0,18 €
Poivron jaune	kg	0,050	3,90 €	0,20 €
Carotte	kg	0,200	0,80 €	0,16 €
Oignon	kg	0,100	0,60 €	0,06 €
Gingembre	kg	0,010	14,55 €	0,15 €
Ciboulette	Botte	1/8	0,60 €	0,08 €
<b><u>ÉCONOMAT</u></b>				
Wasabi	kg	0,002	4,57 €	0,01 €
Huile d'arachide	l	0,010	1,89 €	0,02 €
Sauce soja	l	0,010	7,46 €	0,07 €
Fond de veau clair	kg	0,010	15,00 €	0,15 €
Fécule	kg	0,004	20,00 €	0,08 €
Gros sel	kg	pm	pm	pm
Sel	kg	pm	pm	pm
Poivre	kg	pm	pm	pm
<b><u>SURGELÉ</u></b>				
Asperges vertes	kg	0,200	6,07 €	1,21 €
Haricots verts	kg	0,200	2,26 €	0,45 €
			<b>S/TOTAL</b>	<b>10,37 €</b>
<b>REMARQUES :</b>			Assaisonnement 2%	<b>0,21 €</b>
			<b>TOTAL</b>	<b>10,58 €</b>

**Prévoir :**

**GRILLE D'ÉVALUATION – PARTIE A : TECHNOLOGIE ET METHODES CULINAIRES****Durée : 2 heures 15 minutes****Coefficient : 3****Date :****Service : Déjeuner/Dîner****Candidat n° d'inscription :****N° de rang****N° de sujet : 10****Nom :****Prénom :**

DOMAINES		D	C	B	A	Total points	Observations
<b>ENTRETIEN</b>							
Capacité à rendre compte oralement							
Qualité de la description de l'activité							
Qualité de l'approfondissement							
Pertinence des réponses aux questions posées par le jury							
<b>SOUS-TOTAL 1</b>						/12	
<b>P R A T I Q U E</b>	<b>ORGANISATION</b> - Du poste et du temps					/3	
	<b>HYGIENE</b> - Poste, personnelle, denrées					/3	
	<b>TECHNIQUES GESTUELLES</b> - Tailler des sifflets de carotte - Tailler une julienne de gingembre - Émincer un oignon					/3 /3 /3	
	<b>CUISSONS</b> - Sauter une viande rouge - Glacer à blanc des carottes - Cuire à l'anglaise des haricots verts - Suer des légumes (oignons et gingembre)					/5 /3 /4 /3	
	<b>APPAREILS, FONDS ET SAUCES</b> - Conduire une sauce par déglçage					/4	
	<b>METTRE EN ŒUVRE UN/DES PAI</b> - Cuire des asperges vertes surgelées					/4	
	<b>PRESENTATION</b>					/4	
	<b>DEGUSTATION</b>					/6	
	<b>SOUS-TOTAL 2</b>						/48
<b>TOTAL</b>						/60 points	
<b>NOTE FINALE SUR 20 :</b>							

**D = Aucune maîtrise ; C = Maîtrise insuffisante ; B = Maîtrise acceptable ; A = Maîtrise satisfaisante**

<i>NOM DES MEMBRES DE LA COMMISSION</i>	<i>SIGNATURES</i>