

PLAT N° : 1	BAVAROIS DE TOMATE, TARTARE DE SARDINES							Base 8 personnes	Sujet n° 10		
DESCRIPTIF : Bavarois à base de concassée de tomate collée à la gélatine et allégée à la crème fouettée. Servi avec un toast garni d'un tartare de sardine relevé de citron confit et de poivre vert.											
PHASES ESSENTIELLES DE PROGRESSION		DENRÉES							VALEUR		
		PHASES ESSENTIELLES									
1) Concassée de tomate : - Etuver la concassée de tomate. - Mixer et obtenir une purée sèche. 2) Tartare de sardines : - Vider et lever les filets de sardines. Désarêter et détailler en brunoise. - Mariner avec le jus de citron vert, la brunoise de citron confit et de filet d'anchois, le poivre vert et l'huile d'olive. Réserver au frais 3) Bavaois de tomate : - Tremper et essorer la gélatine. La faire fondre et l'incorporer à la concassée de tomate réduite (compter 15 grammes/kilo). - Refroidir sur glace et incorporer la crème fouettée bien ferme et la ciboulette ciselée. - Mouler (petits ramequins ou moules souples), - Réserver au frais. 4) Réaliser les toasts : - Parer et détailler le pain de mie en 8 triangles. - Toaster à l'huile d'olive et frotter à l'ail. 5) Dresser et envoyer : - Disposer le toast garni de tartare. - Démouler les bavaois, - Décorer de feuilles de basilic.	NATURE	U	1	2	3	4	5	TOTAL	PUHT	PTHT	
	POISSONNERIE										
	Sardine grosse	kg		0,750					0,750		
	CRÉMERIE										
	Crème liquide	l			0,25				0,25		
	LÉGUMERIE										
	Ail gousse	pièce	2				1		3		
	Basilic	botte						0,50	0,50		
	Bouquet garni	pièce	1						1		
	Ciboulette	botte			0,25				0,25		
	Citron vert	pièce		1					1		
	Échalote	kg	0,100						0,100		
	Tomate TV	kg	1,200						1,200		
	ÉPICERIE										
	Citron confit au sel	kg		0,080					0,080		
	Concentré de tomate	kg	0,020						0,020		
	Épices usuelles	pm	pm	pm							
	Filet d'anchois au sel	pièce		2					2		
	Gélatine feuille	kg			pm						
	Huile d'olive	l	0,05	0,05			0,05	0,05	0,20		
	Pain de mie (tranche)	pièce					4		4		
	Poivre vert égoutté	kg		pm					pm		
	DRESSAGE :							TOTAL DENRÉES			
	À L'ASSIETTE							ASSAISONNEMENTS			
								COÛT MATIÈRES			

ANNEXE n° 3 CRITÈRES D'ÉVALUATION DU PLAT IMPOSÉ

- Présentation
- Dégustation
- Qualité des commentaires (Utilisation du vocabulaire professionnel)
- Pertinence de l'analyse
- Qualité de la communication
- Dispositions prises par le candidat