

FICHE TECHNIQUE						
Intitulé du plat :	Cuisses de poulet Façon Basquaise riz pilaff Cuisses de poulet rôties et terminées de cuire dans une ratatouille maison et servis avec un riz pilaff.				Plat	
					Nb de Couverts : 4	
Denrées (Par techniques de réalisation)	Unités	Quantités	N° de Phase	Phases techniques	Temps	
Eléments de base				Préparer les légumes : • Laver, tailler les oignons et réserver au frais. • Eplucher, laver et couper les légumes qui composent la ratatouille fraîche. Cuire la ratatouille Mettre en cuisson le riz : Préparer l'oignon, ajouter le riz et l'eau et cuire (riz pilaff) + BG. Marquer les cuisses de poulets en cuisson : Saler et poivrer les cuisses de poulets. • Faire cuire lentement au four. • Disposer les cuisses de poulets sur le côté peau, les laisser légèrement colorer, puis les retourner pour colorer l'autre face. Assembler le tout une fois cuit et réchauffer lentement. Servir selon la demande		
Cuisses de poulet (4)	kg	0.800				
Huile	L	0.015				
Thym	Botte	Pm				
Laurier	Botte	Pm				
Sel	Kg	Pm				
Poivre	Kg	Pm				
Légumes						
Courgettes	kg	0.100				
Oignons	Kg	0.080				
Aubergines	Kg	0.080				
Tomates	Kg	1				
Ail	Kg	0.030				
Beurre	kg	0.040				
Riz Pilaff						
Riz	kg	0.150				
Oignons	kg	0.050				
BG	Pce	1				
Eau	L	0.230				
Beurre	Kg	0.010				
Huile olive	L	0.020				
Assaisonnement						
Sel	kg	Pm				
Poivre	kg	Pm				
Matériel de préparation				Matériel de dressage :		

FICHE TECHNIQUE					
Intitulé du plat :	Cuisses de poulet Façon grand-mère, pommes purée Cuisses de poulet cuites «à l'étouffée», servis avec une garniture de lardons, de petits oignons glacés à brun, de champignons sautés et de pommes purée.				Plat
					Nb de Couverts : 4
Denrées (Par techniques de réalisation)	Unités	Quantités	N° de Phase	Phases techniques	Temps
Eléments de base				Préparer les légumes : - Laver, tailler et réserver les champignons au frais. - Eplucher, laver et couper les pommes de terre et les mettre à cuire pour réaliser une purée. - Tailler la poitrine et la faire sauter. - Cuire les petits oignons glacés à brun Réaliser une purée. Marquer les cuisses de poulets en cuisson : Saler et poivrer les cuisses de poulets. Eplucher et laver les oignons et les carottes de la garniture aromatique, puis les émincer. - Faire blondir lentement le beurre dans un récipient creux de grandeur appropriée (en aucun cas le beurre ne doit brûler). - Disposer les cuisses de poulets sur le côté peau, les laisser légèrement colorer, puis les retourner pour colorer l'autre face. - Ajouter la garniture aromatique. - Couvrir le récipient, puis cuire les cuisses de poulets à couverts durant 20 à 30 mn en surveillant fréquemment. Servir selon la demande	
Cuisses de poulet (4)	kg	0.800			
Huile	L	0.015			
Thym	Botte	Pm			
Laurier	Botte	Pm			
Sel	Kg	Pm			
Poivre	Kg	Pm			
Légumes					
Champignons	kg	0.100			
Oignons	Kg	0.080			
Carottes	Kg	0.080			
Pommes de terre	Kg	1			
Oignons grelots surgelés	Kg	0.030			
Beurre	kg	0.040			
Charcuterie					
Poitrine fumée	Kg	0.100			
Assaisonnement					
Sel	kg	Pm			
Poivre	kg	Pm			
Du fond brun sera mis à disposition					
Matériel de préparation				Matériel de dressage :	

FICHE TECHNIQUE						
Intitulé du plat :	Escalopes de volaille à la crème et champignons, riz pilaff à l'indienne Escalopes de volailles sautées avec des champignons et une sauce qui est réalisée à base de crème. Accompagné d'un riz pilaff à l'Indienne (pommes, bananes et amandes effilées)				Plat	
					Nb de Couverts : 4	
Denrées (Par techniques de réalisation)	Unités	Quantités	N° de Phase	Phases techniques	Temps	
Eléments de base				Mettre en cuisson le riz : Préparer l'oignon, ajouter le riz et l'eau et cuire (riz pilaff). Préparer les fruits et les amandes pour la réalisation du riz à l'indienne Marquer les escalopes sauté en cuisson : Saler, poivrer et fariner les escalopes de volaille. Faire blondir très légèrement. Préparer la garniture : Eplucher, laver, escaloper et cuire les champignons sautés . Réaliser la sauce : S'assurer de la cuisson des escalopes de volaille Ajouter la crème et laissé cuire en surveillant. Réduire à nouveau de manière à obtenir une consistance nappante. Dresser selon la demande		
Volaille en escalopes	kg	0.400				
Farine	kg	0.100				
Beurre	kg	0.080				
Sauce						
Champignons de Paris	kg	0.100				
Beurre	kg	0.020				
Huile	L	0.005				
Crème liquide	L	0.200				
Sel	Kg	Pm				
Poivre	Kg	Pm				
Garnitures						
Riz	kg	0.150				
Oignons	kg	0.050				
BG	Pce	1				
Eau	L	0.230				
Pommes	Kg	0.150				
Bananes 1 pces	Kg	0.120				
Amandes effilées	Kg	0.010				
Assaisonnement						
Sel	kg	Pm				
Poivre	kg	Pm				
Curry	Kg	Pm				
Pm = pour mémoire						
Matériel de préparation				Matériel de dressage :		