

SUJET N° 18M06

PRODUIRE ET DISTRIBUER LES 2 PLATS
À L'AIDE DES FICHES TECHNIQUES SUIVANTES

- *Fricassée de volaille ménagère, pommes
noisette* (4 personnes)
- *Bavarois aux fraises* (8 personnes)

| | | | |
|--|--------------|---------------|----------|
| Sujet National | Session 2013 | SUJET N°18M06 | |
| CAP CUISINE | | | |
| Épreuve : EP2 – Productions culinaires | Durée : 4H30 | Coef : 12 | page 1/3 |

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

| INTITULÉ | Responsable | Nombre de personnes |
|---|-------------|---------------------|
| Fricassée de volaille ménagère, pommes noisette | saucier | 4 |

| MATIÈRES PREMIÈRES | UNITÉ | QUANTITÉ | TECHNIQUES DE RÉALISATION |
|-------------------------------------|-------|----------|---|
| Éléments de base | | | <ul style="list-style-type: none"> • Mettre en place le poste de travail. • Réaliser toutes les préparations préliminaires des légumes. • Découper en quatre la volaille à cru. • Ciseler l'oignon et réaliser un bouquet garni. • Marquer la fricassée (ragoût à blanc) : <ul style="list-style-type: none"> - Raidir les morceaux de volaille. - Suer l'oignon ciselé. - Singer, déglacer au vin blanc, mouiller au fond blanc et ajouter le bouquet garni. • Confectionner la garniture ménagère : <ul style="list-style-type: none"> - Tourner les carottes et les navets et les cuire à l'anglaise. - Cuire les haricots verts à l'anglaise et les tailler pour la jardinière. - Cuire les petits pois à l'anglaise. - Une fois rafraîchis, réunir tous les légumes dans un sautoir, beurrer. - Tailler en cœur les croûtons et les sauter à l'huile. - Glacer à blanc les petits oignons. • Lever à la cuillère les pommes de terre et les rissoler. • Terminer la fricassée, décanter le ragoût, crémier la sauce et mettre au point (liaison, couleur, assaisonnement). • Dresser et envoyer. |
| - Poulet | kg | 1,200 | |
| - Farine | kg | 0,040 | |
| - Beurre | kg | 0,060 | |
| - Oignons | kg | 0,080 | |
| - Sel, poivre | kg | PM | |
| - Thym, laurier | kg | PM | |
| - Vin blanc sec | l | 0,10 | |
| - Fond blanc de volaille déshydraté | l | 1,50 | |
| Garniture ménagère | | | |
| - Carottes | kg | 0,300 | |
| - Navets longs | kg | 0,200 | |
| - Petits pois (surgelés) | kg | 0,050 | |
| - Haricots verts (surgelés) | kg | 0,100 | |
| - Tranches de pain de mie | pièce | 4 | |
| - Petits oignons (surgelés) | kg | 0,120 | |
| - Pommes de terre à chair ferme | kg | 0,600 | |
| - Beurre | kg | 0,080 | |
| - Sel, poivre | kg | PM | |
| - Sucre semoule | kg | 0,010 | |
| - Huile de tournesol | l | 0,10 | |
| Finition | | | |
| - Crème fraîche | kg | 0,150 | |

| MATÉRIEL DE PRÉPARATION | MATÉRIEL DE DRESSAGE |
|--|---|
| Petit rondau haut, russe, sautoir, chinois, passoire. Poêle à frire | Plat rond creux avec doublure et papier gaufré, éventuellement saucière supplémentaire |

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

| | | |
|----------------------|-------------|---------------------|
| INTITULÉ | Responsable | Nombre de personnes |
| Bavarois aux fraises | pâtissier | 8 |

| MATIÈRES PREMIÈRES | UNITÉ | QUANTITÉ | TECHNIQUES DE RÉALISATION |
|-----------------------------------|-------|----------|--|
| Éléments de base | | | <ul style="list-style-type: none"> • Mettre en place le poste de travail. • Mettre les feuilles de gélatine à tremper dans de l'eau froide. • Fouetter la crème. • Confectionner le sirop et dissoudre la gélatine. Ajouter la purée de fraises et quelques gouttes de jus de citron si nécessaire, refroidir sur glace. • Dès que l'appareil commence à prendre, incorporer délicatement la crème fouettée. • Garnir les moules ou les cercles aussitôt. • Mettre au point le coulis surgelé. • Monter le reste de crème et parfumer. • Démouler sur assiette avec un cordon de coulis, les fraises entières, les feuilles de menthe et un décor de crème chantilly. |
| - Gélatine feuille | kg | 0,015 | |
| - Sucre semoule | kg | 0,200 | |
| - Eau froide | l | 0,15 | |
| - Purée de fraises | kg | 0,500 | |
| - Citron jaune | pièce | 1/2 | |
| - Crème fleurette | l | 0,40 | |
| Chantilly | | | |
| - Crème fleurette | l | 0,10 | |
| - Sucre glace | kg | 0,010 | |
| - Extrait de vanille | pm | pm | |
| Coulis de fruits rouge | | | |
| - Coulis de fruits rouges surgelé | kg | 0,180 | |
| Décor | | | |
| - Fraises fraîches | kg | 0,150 | |
| - Menthe fraîche | botte | 1/4 | |

| MATÉRIEL DE PRÉPARATION | MATÉRIEL DE DRESSAGE |
|--|-----------------------|
| Ramequins ou cercles à entremets individuels cuil de poule mixer | Assiettes à entremets |