

## SUJET N° 15M06

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

- *Filet de truite, jardinière de légumes* (4 personnes)
- *Choux à la crème vanille* (8 personnes)

Sujet National	Session 2016	SUJET 15M06	
CAP CUISINE			
Épreuve : EP2 – Productions culinaires	Durée : 4H30	Coef : 12	page 1/3

## FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

INTITULÉ	Responsables	Nombre de personnes
Filet de truite, jardinière de légumes	Poissonnier Garde manger	4

MATIÈRES PREMIÈRES	UNITÉS	QUANTITÉ	TECHNIQUES DE RÉALISATION
<b>Éléments de base</b>			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mettre en place le poste de travail.</li> <li>2. Lever les filets de truite.</li> <li>3. Éplucher, laver et tailler en jardinière les carottes et les navets.</li> <li>4. Réaliser le fumet de poisson PAI.</li> <li>5. Réaliser une duxelles sèche.</li> <li>6. Cuire les haricots verts à l'anglaise, et étuver les autres légumes.</li> <li>7. Sauter les filets de truite préalablement farinés, déglacer au vin blanc et jus de citron, mouiller avec le fumet de poisson, réduire, rajouter la duxelles et le persil haché, liaison jaunes+crème, rectifier l'assaisonnement.</li> <li>8. Dresser et glacer à la salamandre.</li> </ol>
- Truite vidée	pièce	4	
- Farine	kg	0,040	
- Beurre	kg	0,080	
- Fumet poisson PAI	kg	0,030	
- Crème	l	0,10	
- Jaune d'œuf	pièce	2	
- Vin blanc sec	l	0,10	
<b>Duxelle</b>			
- Champignons de Paris	kg	0,250	
- Citron	pièce	1	
- Persil	kg	0,020	
- Échalotes	kg	0,040	
- Beurre	kg	0,040	
<b>Garniture</b>			
- Carottes	kg	0,200	
- Haricots verts surgelés	kg	0,200	
- Navets	kg	0,200	
- Beurre	kg	0,040	

MATÉRIEL DE PRÉPARATION	MATÉRIEL DE DRESSAGE
Planche à découper, russes, sautoir, poêle, cul de poule, fouet, spatule, éminceur, couteau d'office, économe.	4 assiettes plates

