

SUJET N° 09S05

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

Cuisse de lapereau aux champignons, pommes de terre à l'anglaise et légumes glacés (4 personnes)

Tarte granitée aux fruits rouges (8 personnes)

Sujet national	Session 2017	SUJET 09S05	
CAP CUISINE			
Épreuve : EP2 – Productions culinaires	Durée : 4H30	Coef : 12	page 1/3

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

INTITULÉ	Responsable	Nombre de personnes
<i>Cuisse de lapereau aux champignons, pommes de terre à l'anglaise et légumes glacés</i>	Saucier	4 couverts

MATIÈRES PREMIÈRES	UNITÉS	QUANTITÉ	TECHNIQUES DE RÉALISATION
<u>Éléments de base</u>			<ol style="list-style-type: none"> 1. Mettre en place le poste de travail. 2. Manchonner les cuisses de lapereau, réserver. 3. Préparer les légumes : <ul style="list-style-type: none"> - Escaloper les champignons. - Tourner les pommes de terre. - Tourner les navets. - Lever des billes de carottes à la cuillère à racine. - Ciseler les échalotes. - Equeuter et hacher le persil. 4. Marquer les morceaux de lapereau en cuisson : <ul style="list-style-type: none"> - Assaisonner les morceaux, faire rissoler dans un rondou avec le beurre et l'huile. - Dégraisser, suer les échalotes et déglacer au vin blanc. - Mouiller avec le fond brun de veau lié tomaté, ajouter le bouquet garni, l'ail. - Cuire au four à couvert au four à 200°C pendant 50min. 5. Cuire les légumes : <ul style="list-style-type: none"> - Sauter les champignons. - Glacer à blanc les navets, les carottes et les oignons grelots. - Cuire à l'anglaise les pommes de terre. 6. Décanter les morceaux de lapereau, terminer la sauce. 7. Dresser sur assiette les morceaux de lapereau nappés de sauce, ajouter la garniture et saupoudrer de persil haché.
- Cuisse de lapereau	pièce	4	
- Huile d'arachide	l	0.02	
- Beurre	kg	0.020	
- Echalotes	kg	0.040	
- Bouquet garni	pièce	1	
- Ail	gousse	1	
- Vin blanc sec	l	0.10	
- Fond brun de veau lié tomaté (fourni par le centre)	l	0.70	
<u>Garniture</u>			
- Champignons de Paris	kg	0.200	
- Pommes de terre Charlotte	kg	1.200	
- Carottes	kg	0.800	
- Navets longs	kg	0.800	
- Oignons grelots surgelés	kg	0.150	
- Beurre	kg	0.120	
- Sucre semoule	kg	0.080	
- Eau	l	pm	
<u>Finition</u>			
- Persil	botte	$\frac{1}{4}$	
<u>Assaisonnement</u>			
- Sel fin	kg	pm	
- Gros sel	kg	pm	
- Poivre blanc	kg	pm	

MATÉRIEL DE PRÉPARATION	MATÉRIEL DE DRESSAGE
Rondeau et couvercle, papier sulfurisé, sautoir	Assiette ronde

