

Les poissons au restaurant

C1-3.1 VALORISER LES PRODUITS

Les poissons

- Identifier les poissons
- Assurer le service des poissons
- organiser son guéridon et adapter la technique au poisson

Vous venez d'être engagé(e) comme chef de rang au restaurant l'Albatros à Saint-Trojan-les-Bains - Île d'Oléron. Ce restaurant s'ouvre sur deux belles terrasses qui descendent jusqu'à la plage et offre en toutes saisons une très belle vue sur l'océan et les marées. (Terrasse couverte et chauffée lorsque la météo l'exige). Aux épices douces, en saveurs sucrées-salées, à la plancha, à la vapeur d'algues, la carte propose de nombreuses références de poissons, coquillages, crustacées et incontournables spécialités locales. Délicieux sorbets et desserts maison pour terminer votre repas en couleurs ! Il n'est pas rare que pour les clients habitués, les employés du restaurant préparent les poissons au guéridon à la table du client.

L'ALBATROS

Activité 1 – Les poissons : la connaissance des produits est importante pour mieux les poissons. Vous recevez un commis. Vous lui faites découvrir la carte des poissons (**annexe 1**), vous lui demandez de reconnaître les poissons dans la chambre froide de la cuisine.

→ Identifiez les poissons.



1 -



2 -



3 -



4 -



5 -



6 -



7 -



8 -



9 -

CODE:	BARBUE SOUFFLEE SAUCE VIN BLANC BEI GNET DE POMMES DE TERRE, TAGLI ATELLES DE LEGUMES		base	8					
Descriptif									
Barbue désarêtée et farcie d'une mousseline de merlan cuite lentement au four servie avec une fine sauce vin blanc et glacée à la sal amandre. Accompagnée de beignet de pommes de terre et de fines lamelles de navets, courgettes et carottes liées au beurre, de têtes de champignons tournés.									
Apport énergétique		Coût portion:	57,5						
		Coef Mult:							
		Prix de vente:							
									
Technique									
A/ Base:									
- Habiller les barbues (vider, ébarber, enlever la peau grise au couteau)									
- Désarêter à cru : procéder comme pour lever les filets mais s'arrêter à la naissance des barbillons, sectionner l'arête mais garder l'os situé près de la tête.									
- Marquer en cuisson un fumet									
- Réaliser une farce mousseline									
- Farcir les barbues : enduire de blanc d'oeuf, assaisonner, farcir, replier les filets, brider comme un turbot poché.									
- Braiser à court mouillément (brunoise bordelaise, papier sulfurisé beurré, barbue peau blanche au dessus, vin blanc, fumet, papier beurré). Démarrer à four tiède (th2), monter progressivement la température (th4)									
cuire pendant 20 à 25 min.									
B/ Confectionner la garniture :									
- Eplucher et tailler les carottes, les navets, les courgettes à l'aide de la mandoline en fines bandelottes. Cuire à l'anglaise, lier au beurre									
- Confectionner les fleurons, cuire au four									
- Tourner les champignons, cuire à blanc									
- Réaliser une pâte à beignet et incorporer les pommes de terre râpées très fines.									
- Disposer une petite cuillère d'appareil dans de l'huile chaude.									
C/ Réaliser la sauce									
- Faire réduire le jus de cuisson des barbues, ajouter crème liquide réduite, monter au beurre, ajouter crème									
Techniques en œuvre									
- Habiller un poisson plat									
- Désarêter à cru									
- Réaliser une farce mousseline									
- Réaliser une sauce vin blanc									
DRESSAGE									
Disposer la barbue peau blanche au dessus dans un plat carré, glacer à la sal amandre. Placer les beignets de pommes de terre autour, ainsi que les nids de tagliatelles surmontés du champignons. Servir la sauce à part.									
Valorisation									
DENREES		A	B	C	D	E	TOTAL	P.U. H.T.	P.T. H.T.
POISSONNERIE									
Barbue									
2 * 1,5 kg	Kg	3					3	112	336
Merlans	Kg	1					1	32	32
Arêtes de poisson	Kg	PM							
CREMERIE									
Beurre doux	Kg	0,020	0,050	0,130			0,200	46	9,2
Oeufs	Pce	2	3				5	1,05	5,25
Crème liquide	L	0,50		0,50			1	45	45
Lait	L		0,20				0,20	2,95	0,59
LEGUMES									
Champignon à tourner	Pce		10				10	17	4,5
Echalotes	Kg	0,100					0,100	6,44	0,644
Gros oignons	Kg	0,050					0,050	2,18	0,109
Carottes	Kg		0,500				0,500	2,55	1,275
Navets longs	Kg		0,500				0,500	12	6
Courgettes	Kg		0,500				0,500	12,5	6,25
Binjze	Kg		0,500				0,500	2,2	1,1
ECONOMAT									
Farine	Kg		0,200	0,040			0,240	4,64	1,1136
Sel fin	Kg	PM							
Huile	L		0,04				0,04	11	0,44
Vin blanc	L		0,20				0,20	8,24	1,648
DIVERS									
Rognures de feuilletage	Kg		PM						
							Total denrées:	451,1	
							Assaisonnement 2%	9,022	
							Coût matières:	460,1	

Carte des poissons

L'ALBATROS **

<i>Pêche du jour en marmite façon Albatros</i>	24.00 €
<i>Pavé de saumon à l'unilatérale et sa julienne de légumes</i>	20.00 €
<i>Truite de Vendée, beurre blanc, tagliatelle de légumes</i>	18.00 €
<i>Bar de ligne portion cuit au naturel, aux algues, sauce riche</i>	32.00 €
<i>Tronçon de lotte en blanquette et ses petites primeurs</i>	38.00 €
<i>Dos de cabillaud cuit à l'étuvée, petite galette de brandade, jus réduit</i>	22.00 €
<i>Dorade grillé pour deux flambée au pastis</i>	53.00 €
<i>Sole Meunière ou Sole grillée, beurre d'huître, rizotto noir</i>	30.00 €
<i>Turbot poché pour 2, émulsion iodée, ratte en robe de champs</i>	64.00 €
<i>Truite saumonée de chez M. Clément, pastilla d'algues</i>	72.00 €

→ Vous classez les poissons du **document 1** dans le tableau ci-dessous.

T. A. – Les poissons– Bac Pro Commercialisation et services en restauration

Poisson de mer rond	
Poisson de mer plat 2 filets	
Poisson de mer plat 4 filets	
Poisson de rivières	

Activité 2 – Les découpes et les cuissons : vous relevez sur la carte différentes techniques de préparations et de cuisson des poissons.

→ Vous associer le ou les types de découpe aux différents poissons.

Poissons	Filets	Pavés	Escalopes	Goujonnette	Tronçons	Darnes
Poissons ronds						
Poissons plats						

→ Vous citez les différents modes de cuisson adaptés aux poissons.



La réglementation : Depuis le 1er janvier 2002, une nouvelle réglementation concernant l'étiquetage des produits de la pêche et de l'aquaculture est entrée en vigueur. Le consommateur doit désormais disposer d'informations précises sur les produits de la pêche ou de l'aquaculture vendus au détail : en poissonnerie, en grandes et moyennes surfaces ou sur les marchés. Cette obligation d'information concerne les produits, qu'ils soient issus de l'Union Européenne ou qu'ils soient importés dès lors qu'ils sont présentés : vivants, réfrigérés ou congelés, entiers ou en filets, salés, séchés, fumés ou en saumure.

L'étiquette : Vous lisez l'étiquette **document 2**.

→ Vous identifiez les informations obligatoires.

Document 2

Les méthodes de conservation : Le poisson est une denrée fragile. Une fois réceptionné, il se consomme rapidement. Le poisson doit être conservé dans les meilleures conditions afin de préserver l'ensemble de ses qualités organoleptiques et respecter une qualité sanitaire maximale. Cette dernière faisant partie d'une législation détaillée ci-dessous.

Méthode De Conservation	Réfrigération	Congélation
Température De Stockage		
Méthode		
Durée		

Citer les autres méthodes de conservation des poissons.

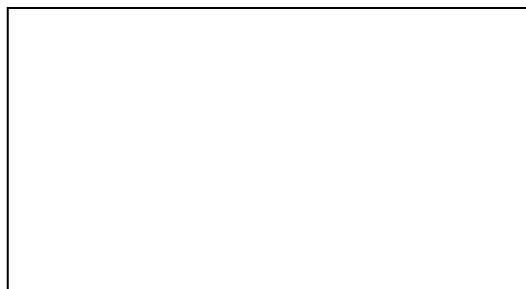
Activité3 - La commercialisation : Pour vendre il faut connaître ses produits. Vous informez votre nouveau collaborateur de l'importance de maîtriser les techniques de ventes.

→Vous listez les informations qui vous permettront d'élaborer vos argumentaires de vente

→ Vous citez les critères sur lesquels vous insisterez lors de votre argumentation.

Activité – les préparations des poissons en salle : afin de satisfaire ses clients, l'ensemble de la brigade de salle est formé au technique de découpage et de filetage des poissons en présence du client.
A l'aide de croquis simplifiés, vous expliquez à votre nouveau commis les principales techniques et les règles à respecter lors de ces préparations.

→ Vous mettez en place votre poste de travail



→ Vous adaptez la technique au produit à servir puis vous le dressez harmonieusement sur une assiette.

Fileter :

- Une sole meunière
- Une sole grillée
- Une dorade portion
- Une dorade pour 2 personnes