

CAHIER DE TRAVAUX PRATIQUES T CAP CUISINE

NOM :
PRENOM

« LA RESTAURATION GASTRONOMIQUE »

MISE EN SITUATION

SEMAINE	DATE	TP MARDI SOIR	DATE	TA MERCREDI MATIN	DATE	TP JEUDI MIDI
S36	04/09	PRISE DE CONTACT PRESENTATION DE L'AXE				
S37	12/09	Gaspacho de courgette et Raviole de chèvre frais Carré de veau rôti, jus à la sauge et risotto aux girolles Buffet de dessert autour du chocolat	13/09	<u>Elaborer des phases préliminaires</u> → Apprêter du filet de bœuf → Agrémenter un fond brun de veau lié PAI → Appareil à Pommes Duchesse → Appareil fondant au chocolat	14/09 9	Soupe froide à la tomate Filet mignon de porc aux épices, légumes du marché Ile flottante revisitée
S38	19/09	Cappuccino de Potimarron et éclats de cèpes Magret de canard au miel et aux figues, carottes au cumin Buffet autour de la tarte	20/09	<u>Elaborer des phases préliminaires</u> → Apprêter du filet mignon de porc → Agrémenter fumet de poisson au vin rouge PAI → Conduire une sauce espagnole maigre → Agrémenter un dérivé de tapenade à base de champignons. → Tourner des pommes à l'anglaise.	21/09 9	Tartare de Saumon et crémeux d'avocat Echine de porc confit, purée maison et petits légumes Macarons citron basilic
S39	26/09	Saucisson en brioche, Sauce au Porto Filet de bœuf façon Rossini, pommes Maxim Buffet autour des choux	27/09	<u>Elaborer des phases préliminaires</u> → Dessaler morue (démonstration) → Habiller, lever filets de poissons rond et plat → Confectionner un bouillon de poissons → Confectionner une crème anglaise pour glace au nougat, conservée réglementairement → Tourner des pommes façon cocotte. → Pâte brisée sucrée, abaisser, foncer en tartelette	28/09 9	Ravioles de crevettes et bouillon thai Blanc de volaille fermière, jus de rôti et petits légumes Dessert autour de la poire

S40	03/10	Bisque de langoustine et son huile parfumé Le Pigeon en 2 cuissons, Betterave confite Buffet d'entremets	04/10	<u>Elaborer des phases préliminaires</u> → Fonds de volaille, de gibier et de veau → Brider une volaille en entrée pour pocher → Confectionner un fond blanc de volaille → Pâte brisée sucrée, crème d'amande. → Réhydrater cèpes, macérer pruneaux.	05/10	Carpaccio de canard à la mangue Pavé de bœuf snacké, écrasé topinambour et échalotes confites à la Guinness Dessert autour de la pomme
S41	10/10	Crème de choux fleur aux coquillages Selle d'agneau farcie, jus réduit et légumes en cocotte Buffet autour des fruits exotiques	11/10	<u>Elaborer des phases préliminaires</u> → Vérifier, parer, ficeler des côtes de bœuf. → Elaborer des phases préliminaires → Démonstration d'une sauce émulsionnée stable → Pâte à beignet	12/10	Tartare de légumes confits Dos de cabillaud en croûte de noisette, risotto crémeux au Comté Verrine au chocolat
S42	17/10	MENU SPECIAL SEMAINE DU GOUT Voir Parrain de Promotion	18/10	<u>Connaissances produits : festifs</u> Elaborer des phases préliminaires → Amuse bouche → Petites pâtisseries	19/10	MENU SPECIAL SEMAINE DU GOUT Voir Parrain de Promotion
S43	VACANCES TOUSSAINT					
S44						

Candidat					
DESCRIPTIF		GASPACHO DE COURGETTE ET RAVIOLE DE CHEVRE FRAIS			
Points critiques CCP		CCP1	CCP2	CCP3	
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée
GASPACHO DE COURGETTE			1.1	Laver et tailler grossièrement les courgettes.	10
Courgette	kg	0,500		Porter le lait et le sel à ébullition	5
Sel fin	kg	0,005		Ajouter les courgettes et cuire 35 minutes	35
Lait	L	0,500		Mixer, passer au chinois étamine. Monter au beurre	10
Beurre	kg	0,050			
			1.2	Laver le citron et prélever le zeste	5
RAVIOLE DE CHEVRE				Peler et ciseler les échalotes et la ciboulette	5
Pâte à raviole	feuille	48		Torréfier les pignons de pin	5
Chèvre frais	kg	0,200		Ecraser les le chèvre frais et incorporer le reste des ingrédients	5
Echalote	kg	0,040		Mettre en poche à douille et réserver au frais	
Ciboulette	botte	1/4			
Citron	pièce	1/4	1.3	Déposer une raviole sur le poste de travail	20
Huile d'olive vierge	L	0,020		Dorer le tour avec de l'œuf battu à l'aide d'un pinceau et déposer la farce au centre.	
Pignon de pin	kg	0,025		Déposer une deuxième feuille, presser les bords. Découper à l'emporte-pièce.	
				Pocher 3 à 4 minutes puis refroidir dans de l'eau glacée	
EMULSION CHEVRE					
Lait entier	L	0,500	1.4	Oter la croute du chèvre et découper en petits morceaux.	10
Chèvre sec	kg	0,100		Porter le lait à ébullition et ajouter le chèvre puis la lécithine de soja.	
Lécithine de soja	kg	0,008		Mixer et émulsionner à l'envoi.	
DECORATION			1.5	Verser du gaspacho au fond d'une assiette creuse. Déposer 3 ravioles.	5
Pousse de Shiso	barq	1		Emulsionner le chèvre et décorer avec le herbes et les pousses.	
Fleurs comestibles	barq	1			
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat			

Candidat					
DESCRIPTIF		CARRE DE VEAU ROTI, JUS A LA SAUGE ET RISOTTO AUX GIROLLES			
Points critiques CCP		CCP1	CCP2	CCP3	
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée
CARRE DE VEAU ET JUS DE ROTI			2.1	Équeuter la sauge et la ciseler finement.	5
Carré de veau 6 côtes	pièce	2		Colorer le carré sur toutes ses faces dans une cocotte et débarrasser sur grille.	20
Sauge	botte	1/4		Rôtir à 200°C pendant 15 minutes (t°C à cœur 65°C)	
Jus de veau lié	L	0,600		Déglacer la poêle avec le vin blanc, laisser réduire de moitié et ajouter le fond de veau avec la sauge ciselée.	20
Huile d'olive	L	0,015			
Sel fin	kg	0,005			
				Chinoiser et réserver au bain marie.	
GIROLLES SAUTEES					
Girolles fraîches	kg	0,500	2.2	Eplucher et ciseler les échalotes. Nettoyer les girolles.	20
Echalotes	kg	0,100		Suer les échalotes au beurre. Ajouter les girolles et les saisir. Assaisonner et réserver	
Beurre	kg	0,030			
			2.3	Eplucher et ciseler les oignons. Ajouter le riz, nacrer.	25
RISOTTO				Déglacer avec du vin blanc et cuire jusqu'à absorption du liquide.	
Riz rond Arborio ou Carnaroli	kg	0,400		Ajouter le bouillon de volaille et réaliser la même opération.	
Oignon jaune	pièce	1/2		Cuire jusqu'à consistance crémeuse. Débarrasser au bain marie.	
Bouillon de volaille	L	1			
Vin blanc sec italien	L	0,200	2.4	Réchauffer le risotto, ajouter le parmesan râpé et du beurre. Saisir les girolles, ajouter au risotto.	10
Beurre	kg	0,050			
Parmesan	kg	0,050			
				Réduire le jus à la nappe	
				Dresser le carré dans un plat de service	
DECORATION				Déposer le risotto dans un cercle, déposer des pousses assaisonnées et un trait de jus réduit.	
Pousses de salade	kg	0,050			
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat			

Candidat						
DESCRIPTIF		DECLINAISON CHOCOLATEE SELON MICHALAK				
Points critiques CCP		CCP1	CCP2	CCP3		
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée	
CREME CHANTILLY GIANDUJA CAFE					CREME CHANTILLY GIANDUJA CAFE	
Crème liquide U.H.T à 35 % de M. G.	kg	0,500	1.1	Porter à ébullition la crème, le sel et le café soluble. Ajouter le chocolat hors du feu et mixer.	10	
Gianduja de Valrhona® à 32 % de cacao	kg	0,260				
Nescafé® soluble	kg	0,012				
Fleur de sel	kg	0,002		Réserver une nuit au frais		
CREME ONCTUEUSE CAFE DE COLOMBIE					CREME ONCTUEUSE CAFE DE COLOMBIE	
CREME ONCTUEUSE CAFE DE COLOMBIE			1.2	Ramollir la gélatine dans l'eau froide	5	
Grains de café de Colombie	kg	0,040	1.3	Torréfier les grains de café à 170°C pendant 10 minutes. Concasser	15	
Gélatine en feuille	feuille	2		Porter à ébullition la crème, ajouter le café soluble, le sel et le café torréfié		
Crème liquide U.H.T à 35 % de M. G.	L	0,140		Blanchir les jaunes et la cassonade		
Lait entier	L	0,120		Chinoiser la crème et peser la préparation. Ajouter le lait pour atteindre 130gr.		
Jaune d'œuf	kg	0,040				
Sucre cassonade	kg	0,070				
Nescafé® soluble	kg	0,006		Ajouter la gélatine et le chocolat. Descendre la préparation à 40°C		
Fleur de sel	kg	0,002		Ajouter le beurre en parcelle et mixer. Filmer et réserver au froid une nuit		
Chocolat au lait Tanariva de Valrhona® à 33 % de cacao	kg	0,120				
Beurre	kg	0,040		BISCUIT CHOCOLAT MARIGNY		
			1.4	Tamiser farine, cacao et féculé.	10	
BISCUIT CHOCOLAT MARIGNY				Monter les blancs en neige, serrer avec le sucre en trois fois et ajouter les jaunes.		
Blancs d'œufs	kg	0,140				
Cacao en poudre	kg	0,030				
Féculé de pomme de terre	kg	0,030		Mélanger à l'aide d'une Maryse les poudres et les blancs.		
Farine	kg	0,030		Cuire à 180°C pendant 10 minutes		
				MONTAGE		
Sucre semoule	kg	0,140	1.5	Monter la chantilly et mettre en poche à douille ainsi que la crème onctueuse	10	
Jaunes d'œufs	kg	0,130		Réaliser des étages et décorer		
Beurre	kg	0,060				
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat				

Candidat						
DESCRIPTIF		FONDANT CHOCOLAT/CARAMEL, GLACE AU YAOURT				
Points critiques CCP		CCP1	CCP2	CCP3		
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée	
FONDANT CHOCOLAT					FONDANT CHOCOLAT	
Chocolat noir 70%	kg	0.150	2.1	Chemiser un moule à cake avec du papier film	10	
Jaunes d'œuf	pièce	4	2.2	Fondre au bain marie le chocolat	20	
Sucre	kg	0.150		Blanchir les jaunes et le sucre		
Beurre	kg	0.200		Verser le chocolat sur le mélange blanchi		
Cacao en poudre	kg	0.100		Rendre le beurre pommade et ajouter le cacao. Mélanger avec l'appareil.		
Crème liquide	L	0.300		Fouetter la crème et incorporer à l'appareil. Réserver		
APPAREIL CARAMEL					APPAREIL CARAMEL	
Sucre	kg	0.150	2.3	Réaliser un caramel, décuire avec le beurre et la crème	20	
Eau	L	0.075		Ajouter la couverture, fondre		
Beurre demi-sel	kg	0.150		Refroidir à 20/25°C et incorporer la crème fouettée.		
Crème liquide	L	0.150				
Couverture lactée	kg	0.150		MONTAGE		
Crème fouettée	kg	0.300	2.4	Montage de l'entremet	20	
				Alterner les couches des 2 appareils. Passer		
GLACE AU YAOURT					GLACE AU YAOURT	
Yaourt Danone spécial cuisine	kg	1		GLACE AU YAOURT		
Lait en poudre	kg	0.040	2.5	Porter à ébullition tous les ingrédients	10	
Eau	L	0.230		Mixer et mettre dans un bol de PACOJET		
Sucre	kg	0.290		Pacossier		
Dextrose	kg	0.095				
Stabilisateur	kg	0.005				
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat				

Candidat						
DESCRIPTIF		TARTE FINE AU CHOCOLAT ET FRAMBOISE, MERINGUETTE				
Points critiques CCP		CCP1				
		CCP2				
		CCP3				
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée	
PATE SUCREE AMANDE						
Beurre	kg	0.090	3.1	-Mettre le beurre, le sucre, l'amande en poudre, le sel, l'œuf et la vanille dans la cuve du batteur.	15	
Sucre glace	kg	0.060		-Ajouter la farine. Bouler, réserver au frais		
Amande en poudre	kg	0.040		-Abaisser et détailler à l'emporte pièce de 10 cm de diamètre		
Œuf	Pièce	0.030		-Cuire à blanc à 160°C pendant 10/15 minutes		
Vanille liquide	L	0.004				
Farine	kg	0,200		GANACHE NOIRE FOUETTEE		
			3.2	-Porter à ébullition la crème, fondre la couverture au bain marie	35	
GANACHE NOIRE FOUETTEE						
Couverture noire	kg	0.300		-Tiédir jusqu'à 25 °C. Incorporer la crème fouettée.		
Crème liquide	L	0.300		-Mouler dans un cercle		
Crème fouettée	L	0.300				
MERINGUETTE AU CHOCOLAT						
CREME ANGLAISE						
			3.3	-Tamiser le sucre glace et le cacao.	30	
Crème anglaise vanille	L	1/2		-Monter les blancs en neige		
				-Serrer avec le sucre		
MERINGUETTE AU CHOCOLAT						
				-Incorporer le mélange sucre glace et cacao		
Blanc d'œuf	kg	4		-Garnir une poche à douille et coucher les bâtonnets		
Sucre semoule	kg	0.250		-Sécher 1h00 à 100°C		
Sucre glace	kg	0.080				
Cacao en poudre	kg	0.025		DECOR		
			3.4	-Découper la ganache, la déposer sur une abaisse.	15	
DECOR						
				-Déposer les framboises sur la ganache		
Framboise	kg	0.200		-Décorer avec la crème anglaise, le coulis et la menthe		
Coulis de framboise	L	1/4				
Menthe	botte	1/2				
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat				

ORDONNANCEMENT DES TACHE

8/14h	
15	
30	
45	
9/15h	
15	
30	
45	
10/16h	
15	
30	
45	
11/17h	
15	
30	
45	
12/18h	
15	
30	

FICHE D'AUTO EVALUATION

TECHNIQUES :	NM	ECA -	ECA +	M
COMPETENCES SOCIALES ET COMPORTEMENTALES :	NM	ECA -	ECA +	M
Se présenter et avoir une tenue propre et adaptée au milieu professionnel.				
Effectuer son travail, selon les consignes, sans attendre les ordres.				
Faire preuve de dynamisme, de participation active, de rapidité, de vivacité dans son travail.				
Faire preuve de curiosité professionnelle et demander des conseils				
Savoir s'adapter aux remarques formulées.				
NOTE				

SYNTHESE DE MA PRESTATION

J'EVALUE MON TRAVAIL	NS	C	S	JE PROPOSE DES AXES D'AMELIORATION DE MON TRAVAIL
Organiser mon travail				
Réaliser les techniques de base				
Mettre en œuvre les cuissons				
Dresser les préparations				
Atteindre une qualité marchande				

Candidat						
DESCRIPTIF		CAPPUCCINO DE POTIMARRON ET ECLATS DE CEPES				
Points critiques CCP		CCP1				
		CCP2				
		CCP3				
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée	
CREME DE POTIMARRON			1.1	Laver, peler, vider les potimarrons	25	
Potimarron	kg	0,700		Eplucher et ciseler l'oignon		
Oignons	kg	0,200		Détailler grossièrement le potimarron		
Beurre	kg	0,050		Suer les oignons au beurre, ajouter es potimarron et mouiller avec le bouillon de volaille. Cuire 45 minutes		
Bouillon de volaille	L	1,5				
Crème fraîche	kg	0,100		Mixer et chinoiser. Crémier et réserver au bain marie.	10	
EMULSION LARD FUME			1.2	Découenner et enlever les cartilages.	20	
Lard fumé	kg	0,250		Détailler grossièrement et saisir		
Crème liquide	L	0,200		Déglacer avec la crème, porter à ébullition et infuser.		
				Chinoiser et mettre en siphon avec 2 cartouche de gaz		
ECLATS DE CEPES						
Cèpes	kg	0,250	1.3	Peler et dégermer l'ail. Hacher	20	
Ail	gousse	1		Laver, trier et hacher le persil		
Persil	botte	1/4		Laver et nettoyer les cèpes. Tailler en brunoise		
Huile d'olive	L	0,020		Sauter vivement les cèpes pendant 30 secondes avec l'ail et le persil		
DECORATION			1.4	Etaler les tranches de jambon sur une plaque. Cuire 10 minutes à 210°C	15	
Jambon de Bayonne	tranche	8		Mixer les chips		
				Verser la crème dans une tasse, déposer les cèpes, ajouter l'émulsion par-dessus et saupoudrer de chips de jambon		
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat				

Candidat						
DESCRIPTIF		MAGRET DE CANARD AU MIEL ET AUX FIGUES, CAROTTES AU CUMIN				
Points critiques CCP		CCP1 CCP2 CCP3				
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée	
MAGRET DE CANARD SAUTE			2.1	Quadriller les magrets, frotter au sel et au piment.		
Magret de canard	pièce	4		Sauter côté gras sur le coin du fourneau		
Beurre	kg	0,030		Retourner en fin de cuisson, ajouter le beurre et le thym. Arroser		
Thym frais	botte	1/4		Débarrasser sur une grille et couvrir		
Fleur de sel	kg	PM				
Piment d'Espelette	kg	PM	2.2	Laver les figues et les inciser en faisant une croix		
				Déposer une cuillère de miel au centre		
FIGUE ROTIE AU MIEL				Cuire sous la salamandre, assaisonner.		
Figues fraîche	pièce	24				
Miel	kg	0,050	2.3	Eplucher les carottes et tailler grossièrement.		
Fleur de sel	kg	PM		Porter à ébullition le bouillon de volaille		
				Ajouter les carottes et cuire 30 minutes		
FINE PUREE DE CAROTTE				Mixer, ajouter le beurre, chinoiser et assaisonner		
Carotte des sables	kg	0,250				
Bouillon de volaille	L	0,500	2.4	Peler les carottes et cuire en mode vapeur		
Beurre	kg	0,100		Chauffer le beurre avec quelques graines de cumin.		
Fleur de sel	kg	PM		Lustrer les carottes a l'envoi		
Cumin	kg	PM				
			2.5	Laver les carottes		
CAROTTE AU CUMIN				Rôtir au beurre et au thym pendant 35 minutes à 180°C		
Carottes	pièce	4				
Beurre demi sel	kg	0,050				
Graine de cumin	kg	PM				
CAROTTES ROTIES						
Carottes pourpres	pièce	1				
Beurre	kg	0,020				
Thym	botte	1/4				
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat				

Candidat						
DESCRIPTIF		TARTE DES SŒURS TATIN ET CREME GLACEE				
Points critiques CCP		CCP1 CCP2 CCP3				
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée	
BRUNOISE DE POMMES				BRUNOISE DE POMMES		
Pommes	kg	0,500	1.1	Laver et éplucher les pommes	20	
Citron	Pièce	1		Citronner et tailler en brunoise		
				Réserver		
CARAMEL BEURRE SALE						
Sucre	kg	0,300		CARAMEL AU BEURRE SALEE		
Beurre	kg	0,075	1.2	Réaliser un caramel à sec	10	
Crème liquide	L	0,020		Décuire avec le beurre et détendre avec la crème		
Fleur de sel	kg	0,002				
				PATE A LINZER		
PATE A LINZER			1.3	Préchauffer le four à 160 °C	15	
Sucre glace	kg	0,035		Tamisez le sucre glace, la fécule et la farine. Ajoutez le zeste de citron jaune et le sel		
Fécule de pomme de terre	kg	0,020				
Farine T45	kg	0,100		Ramollir le beurre, incorporer les poudres tamisées et mélanger		
Zeste de citron jaune	kg	0,001		Etaler entre 2 feuilles et cuire 20 min		
Sel	kg	0,002		Emietter et ajouter 10 gr de beurre fondu		
Beurre	kg	0,100				
CREME GLACEE				CREME GLACEE		
Jaunes d'œufs	pièce	3	1.4	Mettre le lait à bouillir avec la vanille fendue, le café et le sirop de glucose	20	
Vanille bourbon	gousse	2		Blanchir les jaunes et le sucre		
Sucre	kg	0,075		Verser le lait sur les jaunes et cuire à la nappe		
Lait	L	0,250		Ajouter la crème fraîche et turbiner		
Grain de café	pièce	1/2				
Sirop de glucose	kg	0,020				
Crème fraîche	L	0,125				
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat				

Candidat						
DESCRIPTIF		TARTE FINE AU CHOCOLAT ET FRAMBOISE, MERINGUETTE				
Points critiques CCP		CCP1				
		CCP2				
		CCP3				
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée	
PATE SUCREE AMANDE						
Beurre	kg	0.090	3.1	-Mettre le beurre, le sucre, l'amande en poudre, le sel, l'œuf et la vanille dans la cuve du batteur.	15	
Sucre glace	kg	0.060		-Ajouter la farine. Bouler, réserver au frais		
Amande en poudre	kg	0.200		-Abaisser et détailler à l'emporte pièce de 10 cm de diamètre		
Œuf	Pièce	0.030		-Cuire à blanc à 160°C pendant 10/15 minutes		
Vanille liquide	L	0.004				
Farine	kg	pm		GANACHE NOIRE FOUETTEE		
			3.2	-Porter à ébullition la crème, fondre la couverture au bain marie	35	
GANACHE NOIRE FOUETTEE						
Couverture noire	kg	0.300		-Tiédir jusqu'à 25 °C. Incorporer la crème fouettée.		
Crème liquide	L	0.300		-Mouler dans un cercle		
Crème fouettée	L	0.300				
MERINGUETTE AU CHOCOLAT						
CREME ANGLAISE						
			3.3	-Tamiser le sucre glace et le cacao.	30	
Crème anglaise vanille	L	1/2		-Monter les blancs en neige		
				-Serrer avec le sucre		
MERINGUETTE AU CHOCOLAT						
Blanc d'œuf	kg	4		-Garnir une poche à douille et coucher les bâtonnets		
Sucre semoule	kg	0.250		-Sécher 1h00 à 100°C		
Sucre glace	kg	0.080				
Cacao en poudre	kg	0.025		DECOR		
			3.4	-Découper la ganache, la déposer sur une abaisse.	15	
DECOR						
Framboise	kg	0.200		-Déposer les framboises sur la ganache		
Coulis de framboise	L	1/4				
Menthe	botte	1/2				
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat				

Candidat						
DESCRIPTIF		TARTE FRAISE/PISTACHE				
Points critiques CCP		CCP1 CCP2 CCP3				
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée	
CREME CHANTILLY PISTACHE						
Crème liquide	L	0,250	1.1	Bouillir la crème et le sel	10	
Pâte de Pistache	kg	0,020		Hacher le chocolat et l'incorporer à la crème avec la pâte de pistache		
Fleur de sel	kg	0,001		Mixer et réserver une nuit au frais		
Chocolat blanc	kg	0,075				
CREME ONCTUEUSE PISTACHE						
CREME ONCTUEUSE PISTACHE			1.2	Chauffer la crème et la pâte de pistache à 50°C et incorporer le sucre et la pectine. Porter ensuite à ébullition.	15	
Crème liquide	L	0,240				
Pâte de pistache	kg	0,017		Ajouter les jaunes hors du feu et mixer pendant 2 minutes		
Sucre semoule	kg	0,030		Filmer et reposer une nuit au frais		
Pectine X58	kg	0,001				
Jaune d'oeuf	kg	0,050				
SABLE LINZER			1.3	Mélanger la farine avec la levure chimique, le sucre glace, le beurre, le rhum, la poudre d'amande et le sel dans la cuve d'un batteur	15	
Farine T45	kg	0,120		Remplir un cercle à tarte sur 2 mm d'épaisseur. Cuire à 160°C pendant 20 min		
Levure chimique	kg	0,004				
Sucre glace	kg	0,020				
Beurre doux	kg	0,110	1.4	Mélanger le sucre glace, la fécule, la poudre d'amandes et la poudre de pistache.	15	
Rhum	L	0,050		Ajouter 40 gr de blancs et mélanger		
Poudre d'amande	kg	0,020		Monter le reste des blancs en neige et serrer avec le sucre		
Fleur de sel	kg	0,004		Fondre le beurre et ajouter la pâte de pistache		
				Ajouter les jaunes aux poudres, la pâte de pistache au beurre		
BISCUIT MOELLEUX PISTACHE				Mélanger correctement puis incorporer les blancs d'œufs montés.		
Poudre d'amande	kg	0,060		Cuire 15 minutes à 180°C, refroidir et découper en cube		
Sucre glace	kg	0,110				
Fécule de pomme de terre	kg	0,015				
CONFIT DE FRAISES						
Poudre de pistache	kg	0,050	1.5	Chauffer le coulis avec le sucre	10	
Pâte de pistache	kg	0,030		Couper les fraises en 4 puis enrober dans le coulis		
Jaune d'œuf	pièce	1				
Blancs d'œufs	pièce	5				
FINITION						
Sucre semoule	kg	0,040	1.6	Répartir du confit de fraise sur le biscuit pistache,	15	

Fleur de sel	kg	0,005		disposez les fraises puis nappez-les avec la gelée de fraise.	
Beurre doux	kg	0,080		Monter la chantilly au fouet et dressez des rosaces de crème, puis parsemez de pistaches hachées.	
CONFIT DE FRAISE					
Fraises gariguettes	kg	0,250			
Cassonade	kg	0,040			
Pectine NH	kg	0,002			
FINITION					
Gelée de fraise	kg	0,100			
Fraises gariguettes	kg	0,500			
Pistaches	kg	0,050			
Consignes & Matériel de dressage			Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat		

ORDONNANCEMENT DES TACHE

8/14h	
15	
30	
45	
9/15h	
15	
30	
45	
10/16h	
15	
30	
45	
11/17h	
15	
30	
45	
12/18h	
15	
30	

FICHE D'AUTO EVALUATION

<u>TECHNIQUES :</u>	NM	ECA -	ECA +	M
<u>COMPETENCES SOCIALES ET COMPORTEMENTALES :</u>	NM	ECA -	ECA +	M
Se présenter et avoir une tenue propre et adaptée au milieu professionnel.				
Effectuer son travail, selon les consignes, sans attendre les ordres.				
Faire preuve de dynamisme, de participation active, de rapidité, de vivacité dans son travail.				
Faire preuve de curiosité professionnelle et demander des conseils				
Savoir s'adapter aux remarques formulées.				
NOTE				

SYNTHESE DE MA PRESTATION

J'EVALUE MON TRAVAIL	NS	C	S	JE PROPOSE DES AXES D'AMELIORATION DE MON TRAVAIL
Organiser mon travail				
Réaliser les techniques de base				
Mettre en œuvre les cuissons				
Dresser les préparations				
Atteindre une qualité marchande				

Candidat						
DESCRIPTIF		SAUCISSON EN BRIOCHE, SAUCE AU PORTO				
Points critiques CCP		CCP1				
		CCP2				
		CCP3				
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée	
PATE A BRIOCHE			1.1	Réunir dans la cuve du batteur la farine, les œufs, le sucre et la levure émiettée.	20	
Farine type 45	kg	0,200		Mélanger au crochet et ajouter le sel. Pétrir de nouveau jusqu'à ce que la pâte se décolle de la paroi.		
Sel fin	kg	0,004				
Sucre semoule	kg	0,030		Ajouter le beurre pomme et pétrir		
Levure de bière	kg	0,008		Débarasser dans une calotte et laisser pousser 2 heures à T°C ambiante		
Œuf	pièce	2				
Beurre	kg	0,120	2.1	Piquer les saucissons et pocher 20 minutes à l'eau salée.	20	
SAUCISSON			2.3	Laver et éplucher les légumes	30	
Saucisson à pocher	kg	0,400		Taille en paysanne les carottes, ciseler les échalotes et les oignons. Suer tous les légumes		
Gros sel	kg	PM		Déglacer avec le Porto et réduire de moitié		
				Mouiller avec le fond et la glace de viande		
SAUCE PORTO				Réduire jusqu'à consistance souhaitée.		
Beurre	kg	0,060		Monter au beurre, chinoiser et réserver au bain marie		
Carotte	kg	0,040				
Oignon	kg	0,040	2.4	Rompre la pâte, graisser un moule à cake.	15	
Echalote	kg	0,020		Diviser la pâte en deux et abaisser sur 1 cm		
Parures de champignons	kg	0,040		Déposer le saucisson au centre et recouvrir d'une deuxième abaisse.		
Fond brun de veau lié	L	0,400		Mouler, dorer et pousser à 30°C		
Glace de viande	L	PM		Dorer de nouveau et cuire 20 à 25 minutes à 200°C		
Porto	L	0,040				
Sel	kg	PM				
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat				

Candidat						
DESCRIPTIF		FILET DE BŒUF FAÇON ROSSINI, POMMES MAXIM				
Points critiques CCP		CCP1 CCP2 CCP3				
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée	
FILET DE BŒUF ROSSINI			2.1	Portionner le filet en 8 morceaux de 200 gr	10	
Filet de bœuf Charolais	kg	2		Enlever les traces sanguinolentes du foie gras. Faire 8 tranches.		
Foie gras des Landes	kg	0,700				
			2.2	Laver et éplucher les pommes de terre	20	
POMMES MAXIM				Emincer à la mandoline sur 3 mm d'épaisseur		
Pomme de terre Agria	kg	1,800		Fondre le beurre, ajouter la féculé et assaisonner.		
Beurre	kg	0,200		Verser sur les pommes de terre, remuer		
Féculé de pomme de terre	kg	0,010		Disposer dans un cercle une première couche en rosace puis une deuxième.		
				Stocker au froid 10 minutes		
HARICOTS VERT						
Haricots vert	kg	0,250	2.3	Equeter les haricots vert et cuire à l'anglaise. Refroidir à l'eau glacée.	20	
Beurre	kg	0,030				
Fleur de sel	kg	PM	2.4	Eplucher, ciseler les échalotes et le céleri	25	
				Suer la garniture, ajouter le poivre et l'ail écrasé.		
SAUCE PERIGUEUX				Déglacer au Porto et réduire. Ajouter le Cognac, flamber et réduire de nouveau		
Echalotes	kg	0,100		Mouiller avec le jus de bœuf et cuire 30 minutes		
Céleri branche	kg	0,030		Râper la truffe, émincer les parures de foie gras.		
Jus de boeuf	L	1		Ajouter la truffe, les parures et le vin de Jerez puis mixer.		
Beurre	kg	0,020		Chinoiser et débarrasser au bain marie		
Poivre mignonnette	kg	0,004				
Ail	gousse	2	2.5	Sauter au beurre les filets jusqu'à l'appoint de cuisson voulu	10	
Porto	L	0,200				
Cognac	L	0,080		Chauffer les haricots avec le beurre et la fleur de sel		
Parures de foie gras	kg	0,140				
Truffe noire	kg	0,010		Sauter les pommes Maxim 3 minutes sur chaque faces		
Vin de Jerez	L	0,100		Dresser		
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat				

Candidat						
DESCRIPTIF		LE SAINT HONORE				
Points critiques CCP		CCP1 CCP2 CCP3				
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée	
PATE A CHOUX			2.1	-Détailler un disque de pâte feuilletée, le piquer.	10	
Œufs	P	4		PATE A CHOUX		
Beurre	kg	0.080	2.2	-Réaliser ¼ de litre de pâte à choux	20	
Beurre (plaque)	kg	0.010		-Coucher une couronne de pâte à choux à 1 cm du bord du disque de feuilletage, et une spirale moins épaisse en partant du centre,		
Farine	kg	0.125		-Cuire au four.		
Sucre semoule	kg	0.010	2.3	-Coucher 25 choux avec le reste de pâte, doré	10	
Sel fin	kg	0.005		-Cuire séparément au four à 200°C,		
Eau	L	0.250		-Débarrasser sur grille, maintenir les choux en étuve.		
CREME PATISSIERE				CREME PATISSIERE		
Lait	L	0.500	2.4	-Réaliser la crème pâtissière, ajouter le beurre en fin de cuisson	15	
Vanille	Gousse	1		-Débarrasser sur plaque inox, saupoudrer de sucre glace, réserver.		
Œufs (jaunes)	P	6		CREME CHANTILLY		
Sucre en poudre	kg	0.140	2.5	-Fouetter la crème froide ajouter le sucre glace, serrer la crème,	10	
Fécule de maïs	kg	0.140		-Réserver au frais.		
Beurre	kg	0.030		FINITION		
FEUILLETAGE			2.6	-Garnir les choux avec la crème pâtissière, les caraméliser puis les coller sur le pourtour du disque de pâte	10	
Feuilletage 3 ^{ème} gamme	Plaque	1/2	2.7	-Garnir l'intérieur avec la Chantilly, refroidir en enceinte réfrigérée	10	
CHANTILLY						
Crème liquide à 35% de MG	L	0.600				
Sucre glace	kg	0.060				
Vanille	Gousse	1				
CARAMEL						
Sucre semoule	kg	0.400				
Eau	L	PM				
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat				

ORDONNANCEMENT DES TACHE

8/14h	
15	
30	
45	
9/15h	
15	
30	
45	
10/16h	
15	
30	
45	
11/17h	
15	
30	
45	
12/18h	
15	
30	

FICHE D'AUTO EVALUATION

<u>TECHNIQUES :</u>	NM	ECA -	ECA +	M
<u>COMPETENCES SOCIALES ET COMPORTEMENTALES :</u>	NM	ECA -	ECA +	M
Se présenter et avoir une tenue propre et adaptée au milieu professionnel.				
Effectuer son travail, selon les consignes, sans attendre les ordres.				
Faire preuve de dynamisme, de participation active, de rapidité, de vivacité dans son travail.				
Faire preuve de curiosité professionnelle et demander des conseils				
Savoir s'adapter aux remarques formulées.				
NOTE				

SYNTHESE DE MA PRESTATION

J'EVALUE MON TRAVAIL	NS	C	S	JE PROPOSE DES AXES D'AMELIORATION DE MON TRAVAIL
Organiser mon travail				
Réaliser les techniques de base				
Mettre en œuvre les cuissons				
Dresser les préparations				
Atteindre une qualité marchande				

Candidat						
DESCRIPTIF		BISQUE DE LANGOUSTINE ET SON HUILE PARFUME				
Points critiques CCP		CCP1				
		CCP2				
		CCP3				
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée	
BISQUE DE LANGOUSTINE			1.1	Décortiquer les langoustines	35	
Langoustine	pièce	16		Eplucher les légumes		
Echalote	pièce	1		Ciseler les oignons et échalotes, tailler en brunoise les carottes		
Oignons	pièce	1		Suer la garniture à l'huile d'olive, ajouter le concentré de tomate		
Concentré de tomate	kg	0,020		Déglacer au cognac, flamber.		
Huile d'olive	L	0,020		Ajouter le vin blanc et réduire. Mouiller avec le fumet, ajouter le riz et les zestes d'orange. Cuire 1h		
Carotte	kg	0,200				
Cognac	L	0,200		Chinoiser, rectifier l'assaisonnement et la consistance. Débarrasser au bain marie		
Fumet de poisson	L	1,5				
Vin blanc	L	0,400				
Orange	pièce	1/2	1.2	Peler et ciseler les oignons.	35	
Riz	kg	0,050		Suer l'oignon, nacer le riz.		
				Mouiller au vin et cuire jusqu'à absorption		
RISOTTO				Mouiller avec le fumet et répéter l'opération. Ajouter le beurre en fin de cuisson		
Oignon jaune	kg	0,200		Débarrasser au bain marie.		
Riz Arborio	kg	0,400				
Vin blanc	L	0,400				
Fumet de poisson	L	1	1.3	Piquer à l'aide d'un cure dent les langoustines	10	
Beurre	kg	0,030		Snacker pendant 1 minute à l'huile d'olive		
LANGOUSTINE SNACKEE				Débarrasser sur papier absorbant et saler		
Queue de langoustine	Pièce	PM				
Huile d'olive	L	0,030	1.4	Dresser à l'emporte-pièce le risotto	10	
Fleur de sel	kg	PM		Poser 2 langoustines sur le risotto en prenant soin de retirer les piques		
DECORATION				Mettre la bisque au chinois à piston		
Fleur	Barq.			Décorer avec les fleurs et les herbes		
Pousse	Barq.					
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat				

Candidat						
DESCRIPTIF		LE PIGEON EN 2 CUISSONS, BETTERAVE CONFITE				
Points critiques CCP		CCP1				
		CCP2				
		CCP3				
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée	
PIGEON EN 2 CUISSONS						
Pigeon	pièce	4	2.1	Fendre les pigeons en 2. Les cuisses d'un côté et les coffre de l'autre.	20	
5 baies	kg	0,010				
Sarriette	botte	1/4		Confire dans l'huile d'olive avec les baies les cuisses de pigeon pendant 45 minutes		
Huile d'olive	L	1		Déposer la sarriette dans les coffres et mettre en poche sous vide		
				Cuire à 56°C pendant 1h30		
				Sauter à l'envoi, assaisonner		
BETTERAVE CONFITE						
Betterave rouge	pièce	2	2.2	Déposer un lit de gros sel dans une cocotte	10	
Betterave blanche	pièce	2		Mettre les betteraves par-dessus et le thym		
Betterave jaune	pièce	2		Cuire à 160°C pendant 1 heure		
Betterave Chioggia	pièce	2		Reposer 30 minutes après cuisson		
Gros sel	kg	1				
Beurre	kg	0,200	2.3	Porter à ébullition le vin, le sucre, la vanille fendue et grattée.	10	
Thym	botte	1/4		Réduire jusqu'à consistance sirupeuse		
				Ajuster la consistance avec la Maizena		
REDUCTION VIN ROUGE						
Vin rouge	L	1	2.4	Couper les betteraves en 4, arroser de beurre, assaisonner.	10	
Sucre	kg	0,250		Lever les filets des coffres et dresser harmonieusement.		
Vanille	gousse	1		Déposer les cuisses confites ainsi que les betteraves		
Maizena	kg	0,020		Napper de sauce		
				Décorer avec des herbes		
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat				

Candidat						
DESCRIPTIF		DACQUOISE PISTACHE ET MOUSSE FROMAGE BLANC				
Points critiques CCP		CCP1 CCP2 CCP3				
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée	
DACQUOISE						
Œuf	kg	0.165	1.1	-Réaliser dans la cuve du batteur les œufs, les jaunes, le sucre et la pâte de pistache. Mélanger pendant 10 minutes.	10	
Jaune	kg	0.060				
Sucre	kg	0.100	1.2	-Monter les blancs en neige et serrer avec 0.050 kg de sucre. -Mélanger les 2 masses	10	
Pâte de pistache	kg	0.030				
Blanc d'œuf	kg	0.090	1.3	-Incorporer la farine et les pistaches hachées. -Étaler sur une toile de cuisson et cuire à 210°C pendant 9 minutes. -Retourner et refroidir.	5	
Sucre	kg	0.050				
Farine	kg	0.075				
Pistache haché	kg	0.050				
MOUSSE FROMAGE BLANC						
Sucre	kg	0.200	1.4	MOUSSE FROMAGE BLANC -Ramollir la gélatine dans de l'eau froide	5	
Gélatine	kg	0.008				
Blanc d'œuf	kg	0.120	1.5	-Cuire le sucre avec 0.060 kg d'eau et porter la température à 121°C. -Ajouter la gélatine -Verser le sucre cuit dans la cuve d'un batteur sur les blancs d'œufs, battre jusqu'à refroidissement complet. -Fouetter le fromage blanc et le mascarpone	20	
Fromage blanc	kg	0.300				
Mascarpone	kg	0.100				
Crème fouettée	kg	0.400				
FRUITS ROUGE MARINES						
Fruits rouge	kg	0.300	1.6	-Mélanger les 2 masses et mouler dans des moules en silicone, puis alléger avec la crème fouettée. -Prendre au congélateur.	10	
Sucre	kg	0.025				
Jus de citron	L	0.500				
Basilic	botte	1/4				
Menthe	botte	1/4	1.7	FRUITS ROUGE MARINES -Mélanger tous les ingrédients et mariner les fruits rouge.	10	
Huile d'olive	L	0.020				
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat				

Candidat						
DESCRIPTIF		MOUSSE CHOCOLAT, CAMEL BEURRE SALE ET NOIX DE PECAN				
Points critiques CCP		CCP1	CCP2	CCP3		
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée	
MOUSSE CHOCOLAT					MOUSSE CHOCOLAT	
Beurre noisette	Kg	0,050	1.1	Monter la crème et réserver au frais	25	
Fleur de sel	Kg	0,002		Réaliser le beurre noisette et verser sur le chocolat. Mélanger et ajouter le sel		
Chocolat noir 64%	Kg	0,180		Réaliser un sirop avec le sucre et l'eau		
Eau	L	0,050		Mélanger les jaunes et le lait. Ajouter le sirop et cuire au bain marie à 83°C		
Sucre	Kg	0,050		Verser dans la cuve du batteur et monter le sabayon		
Jaune	Kg	0,060		Incorporer 1/3 de la crème fouettée au chocolat, puis incorporer le reste		
Crème montée	L	0,450		Mélanger la masse chocolaté et le sabayon		
Lait	L	0,015		Réserver au frais		
CAMEL BEURRE SALE					CAMEL BEURRE SALE	
Sucre	kg	0.100	1.2	Réaliser un caramel à sec	10	
Beurre demi-sel	kg	0,050		Ajouter le beurre puis la crème. Mélanger		
Crème liquide	L	0,150				
NOIX DE PECAN CAMELISEE					NOIX DE PECAN CAMELISEE	
			1.3	Réaliser un caramel et refroidir légèrement	10	
Noix de pécan	kg	0,150		Piquer les noix à l'aide d'un cure dent et enrober de sucre		
Sucre semoule	kg	0,200				
MONTAGE					MONTAGE	
			1.4	Mouler à 1 tiers la mousse chocolat	15	
Copeaux de chocolat	kg	PM		Verser un peu de caramel et noix de Pécan		
Pousses	barq	1		Mouler de nouveau d'un tiers.		
				Décorer avec le caramel, noix de pécan, pousses, copeaux de chocolat		
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat				

INTITULÉ			FICHE TECHNIQUE N°1		
TIRAMISU AUX FRAMBOISES			Nombre de couverts : 8		
DENREES	UNITE	QUANTITE	N° PHASE	TECHNIQUES	DUREE
COMPOTEE DE FRAMBOISE			1.1	COMPOTEE DE FRAMBOISE -Laver et trier les framboises -Réunir le jus de citron, le sucre et les framboises dans une russe.	15
Framboise	kg	0,125			
Sucre	kg	0,030			
Citron	pièce	1/2			
CREME MASCARPONE			1.2	CREME MASCARPONE -Blanchir les jaunes et le sucre. -Ajouter le mascarpone -Monter les blancs en neige -Incorporer les blancs aux jaunes blanchis -Parfumer avec l'Amaretto. -Réserver en poche à douille.	10
Jaune d'oeuf	pièce	8			
Sucre	kg	0,060			
Mascarpone	kg	0,500			
Blanc d'oeuf	pièce	8			
Amaretto	L	PM			
BISCUIT			1.3	BISCUIT -Réaliser un sirop avec le sucre, l'eau et le sirop de fraise -Imbiber les biscuits et dresser au fond du verre	20
Biscuit cuiller	pièce	16			
Sirop de fraise	L	PM			
Eau	L	0,300			
Sucre	kg	0,100			
DECORATION			1.4	DECORATION -Répartir le coulis, puis la crème mascarpone, une autre couche de coulis, puis une autre de mascarpone. -Terminer par les spéculos écrasés. -Décorer avec les framboises	10
Spéculos	kg	0,200			
Framboise	kg	0,050			
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat			

ORDONNANCEMENT DES TACHE

8/14h	
15	
30	
45	
9/15h	
15	
30	
45	
10/16h	
15	
30	
45	
11/17h	
15	
30	
45	
12/18h	
15	
30	

FICHE D'AUTO EVALUATION

TECHNIQUES :	NM	ECA -	ECA +	M
COMPETENCES SOCIALES ET COMPORTEMENTALES :	NM	ECA -	ECA +	M
Se présenter et avoir une tenue propre et adaptée au milieu professionnel.				
Effectuer son travail, selon les consignes, sans attendre les ordres.				
Faire preuve de dynamisme, de participation active, de rapidité, de vivacité dans son travail.				
Faire preuve de curiosité professionnelle et demander des conseils				
Savoir s'adapter aux remarques formulées.				
NOTE				

SYNTHESE DE MA PRESTATION

J'EVALUE MON TRAVAIL	NS	C	S	JE PROPOSE DES AXES D'AMELIORATION DE MON TRAVAIL
Organiser mon travail				
Réaliser les techniques de base				
Mettre en œuvre les cuissons				
Dresser les préparations				
Atteindre une qualité marchande				

Candidat						
DESCRIPTIF		CREME DE CHOU FLEUR AUX COQUILLAGES				
Points critiques CCP		CCP1				
		CCP2				
		CCP3				
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée	
COQUES A LA MARINIERE						
Coques	kg	1	1.1	COQUES A LA MARINIERE -Rincer abondamment les coques dans plusieurs eaux. -Eplucher et ciseler finement les échalotes. -Déposer coques, échalotes, beurre, et vin blanc dans un rondau. Cuire à couvert jusqu'à ouverture complète.	10	
Beurre	kg	0.020	1.2		5	
Echalotes	kg	0.050				
Vin blanc	L	0.020				
CREME DE CHOU FLEUR						
Beurre	kg	0.100	1.3	-Filtrer et réserver le jus. Décoquiller les coques.	15	
Blanc de Poireau	kg	0.200				
Farine	kg	0.100	1.4	CREME DE CHOU FLEUR -Trier et laver le chou fleur. Réserver quelques sommités pour le décor, les blanchir départ à chaud. -Laver et émincer finement le poireau. Suer au beurre, ajouter la farine et cuire. -Mouiller avec le fond blanc et la marinère des coques. Porter à ébullition et ajouter le chou fleur.	10	
Fond blanc	L	2.25				
Marinière de coques	L	0.250				
Chou fleur	kg	1.25				
Sel fin	kg	Pm	1.5		15	
Crème fraîche	kg	0.200				
DECORATION						
Cerfeuil	botte	1/2		-Cuire 45 minutes, mixer et chinoiser. -Lier le potage à l'envoi.		
DECORATION						
-Déposer les coques au centre de l'assiette cardinale à l'aide d'un emporte pièce, verser la crème de chou fleur avec le chinois à piston. -Décorer avec les sommités de chou fleur et les pluches de cerfeuil.						
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat				

Candidat						
DESCRIPTIF		FILET D'AGNEAU, JUS DE NAVARIN ET PETITS LEGUMES GLACES				
Points critiques CCP		CCP1				
		CCP2				
		CCP3				
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée	
FILET D'AGNEAU ROTI				FILET D'AGNEAU ROTI		
Selle d'agneau	kg	2	1.1	-Parer et désosser la selle. Séparer les filets	25	
Huile d'olive	L	0.080		-Ciseler les panoufles et les battre		
Muscade	kg	pm		-Ficeler avec les filets		
Cumin	kg	pm	1.2	-Colorer au four à 200°C pendant 5 minutes. Terminer la cuisson à 80°C jusqu'à 60° à cœur	35	
Ras el hanout	kg	pm		-Reposer et découper		
JUS DE NAVARIN				JUS DE NAVARIN		
Os d'agneau	kg	pm	1.3	-Concasser les os et rissoler	25	
Huile d'arachide	L	0.065		-Ajouter la garniture aromatique, suer		
Oignon	kg	0.120		-Ajouter la concassé de tomate		
Carotte	kg	0.120		-Mouiller et ajouter l'ail et le bouquet garni		
Concentré de tomate	kg	0.025	1.4	-Porter à ébullition et cuire à couvert à 160°C pendant 2H00	120	
Ail	gousse	2		-Décanter, dégraisser. Réduire à la nappe		
Bouquet garni	pièce	1				
				LEGUMES GLACES		
LEGUMES GLACES			1.5	-Laver et gratter tous les légumes	30	
Carotte fane	kg	0.400		-Raccourcir les fanes		
Navet rond	kg	0.400	1.6	-Glacer à blanc avec l'eau le sucre et le beurre. Cuire à couvert	25	
Radis	botte	1/2				
Beurre	kg	0.080				
Sucre semoule	kg	pm				
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat				

Candidat						
DESCRIPTIF		TARTE TATIN A LA MANGUE				
Points critiques CCP		CCP1				
		CCP2				
		CCP3				
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée	
BRUNOISE DE MANGUES				BRUNOISE DE POMMES		
Mangues	kg	1	1.1	Laver et éplucher les mangues	20	
Citron	Pièce	1		Citronner et tailler en brunoise		
				Réserver		
CARAMEL BEURRE SALE						
Sucre	kg	0,300		CARAMEL AU BEURRE SALEE		
Beurre	kg	0,075	1.2	Réaliser un caramel à sec	10	
Crème liquide	L	0,020		Décuire avec le beurre et détendre avec la crème		
Fleur de sel	kg	0,002				
				PATE A LINZER		
PATE A LINZER			1.3	Préchauffer le four à 160 °C	15	
Sucre glace	kg	0,035		Tamisez le sucre glace, la féculé et la farine. Ajoutez le zeste de citron jaune et le sel		
Féculé de pomme de terre	kg	0,020				
Farine T45	kg	0,100		Ramollir le beurre, incorporer les poudres tamisées et mélanger		
Zeste de citron jaune	kg	0,001		Etaler entre 2 feuilles et cuire 20 min		
Sel	kg	0,002		Emietter et ajouter 10 gr de beurre fondu		
Beurre	kg	0,100				
CREME GLACEE				CREME GLACEE		
Jaunes d'œufs	pièce	3	1.4	Mettre le lait à bouillir avec la vanille fendue, le café et le sirop de glucose	20	
Vanille bourbon	gousse	2		Blanchir les jaunes et le sucre		
Sucre	kg	0,075		Verser le lait sur les jaunes et cuire à la nappe		
Lait	L	0,250		Ajouter la crème fraîche et turbiner		
Grain de café	pièce	1/2				
Sirop de glucose	kg	0,020				
Crème fraîche	L	0,125				
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat				

Candidat						
DESCRIPTIF		ANANAS ROTI A LA VANILLE BOURBON ET FLAMBE AU RHUM AGRICOLE, PATE COCO				
Points critiques CCP		CCP1	CCP2	CCP3		
DENREE	Unité	Quantité	N° phase	TECHNIQUE	Durée	
ANANAS ROTI					SIROP	
Ananas avion gros	pièce	1,5	1.1	Zester le citron vert et presser pour le jus.	20	
Cassonade	kg	0.300		Fendre la vanille en 2 et prélever le caviar		
Gingembre en poudre	kg	0.005		Réaliser un caramel à sec avec la cassonade		
Vanille Bourbon	gousse	3		Déglacer avec le jus d'ananas, le jus de citron, le rhum, la vanille, les zestes et le gingembre râpé.		
Citron vert	pièce	1		Réduire et laisser infuser		
Jus d'ananas Pur Jus Pressé	L	0.500				
Rhum brun	L	0.050		ANANAS ROTI		
Banane	pièce	1/2	1.2	Peler à vif les ananas	10	
				Piquer des gousses de vanille, rôtir au four à 180°C 45 min		
PATE BRISEE				Arroser avec le sirop et retourner en cours de cuisson, réserver.		
Beurre	kg	0.150				
Farine	kg	0.300		PATE BRISEE		
Sel fin	kg	0.002	1.3	Mettre tous les ingrédients dans la cuve du robot	10	
Œuf	pièce	1		Mixer, bouler, filmer et réserver		
sucré	kg	0.050		Etaler et fonder les cercles, réserver au frais		
Eau	L	PM				
FARCE PATE COCO						
FARCE PATE COCO			1.4	Râper la noix de coco, ajouter la cassonade, la cannelle, le zeste de citron vert. Mélanger	20	
Noix de coco fraîche	pièce	1		Ajouter les blancs en neige et mélanger délicatement		
Cassonade	kg	0.100		Emplir le moule garni de pâte Brisée et cuire à 180°C 30 à 35 min, réserver.		
Cannelle en poudre	kg	0.005				
Citron vert	pièce	1		COULIS FRUITS		
Œufs (blancs)	pièce	2	1.5	Récupérer le caramel des ananas, mixer avec la banane, le jus d'1/2 citron vert, réserver	10	
Consignes & Matériel de dressage		Matériel de préparation et de cuisson : à compléter par le candidat				

ORDONNANCEMENT DES TACHE

8/14h	
15	
30	
45	
9/15h	
15	
30	
45	
10/16h	
15	
30	
45	
11/17h	

15	
30	
45	
12/18h	
15	
30	

FICHE D'AUTO EVALUATION

<u>TECHNIQUES :</u>	NM	ECA -	ECA +	M
<u>COMPETENCES SOCIALES ET COMPORTEMENTALES :</u>	NM	ECA -	ECA +	M
Se présenter et avoir une tenue propre et adaptée au milieu professionnel.				
Effectuer son travail, selon les consignes, sans attendre les ordres.				
Faire preuve de dynamisme, de participation active, de rapidité, de vivacité dans son travail.				
Faire preuve de curiosité professionnelle et demander des conseils				
Savoir s'adapter aux remarques formulées.				
NOTE				

SYNTHESE DE MA PRESTATION

J'EVALUE MON TRAVAIL	NS	C	S	JE PROPOSE DES AXES D'AMELIORATION DE MON TRAVAIL
Organiser mon travail				
Réaliser les techniques de base				
Mettre en œuvre les cuissons				
Dresser les préparations				
Atteindre une qualité marchande				