

Nom :

Date :

PROTOCOLE DE FABRICATION

NOM DU PLAT :

**Cabillaud en coco,
badiane et safran**

POUR 8 PERSONNES

	U	Q	Phases de fabrication
<ul style="list-style-type: none"> • Pavé de cabillaud • Lait de coco • Safran • Etoile de badiane • Oignon • Poivron • Huile d'olive • Sel, poivre 	U Bte dose U Kg Kg CS PM	8 2 1 2 0,400 0,500 5	<ul style="list-style-type: none"> - Préchauffer le four à 200°C. - Faire cuire les légumes 3 à 5 minutes dans l'huile d'olive. - Verser le lait de coco dans un gastronorme, ajouter le safran et les étoiles de badiane. - Rajouter les légumes, mélanger. Saler, poivrer. - Déposer les filets de poisson. - bien les recouvrir de sauce - Cuire au four 20 minutes. - Traiter en liaison chaude ou froide selon les réservations.

Réaliser le plat témoin.

INSTRUCTIONS POUR LE SOUS-VIDE*
--

Sac		Soudure		Vacuomètre	
-----	--	---------	--	------------	--

INSTRUCTION POUR LE THERMOSCELLAGE*
--

Barquette	
-----------	--

INSTRUCTION POUR LE DRESSAGE*

Assiette		Multiportions	
----------	--	---------------	--

CUISSON

Appareil	Température	Temps
Sauteuse	Feu vif	5 min
Four	200°C	20 min

REFROIDISSEMENT

Température	Temps
+ 10°C	- de 2 heures

* Instructions à compléter par le jury (si nécessaire).

Nom :

Date :

PREPARATION(S)	ETRE CAPABLE DE :		QUALITE ORGANOLEPTIQUE	
	TECHNIQUES DE FABRICATION	TECHNIQUES DE CONDITIONNEMENT ET DE DRESSAGE	RESULTATS ATTENDUS	RESULTATS OBTENUS