

<b>PROTOCOLE DE FABRICATION</b>
---------------------------------

<b>NOM DU PLAT :</b>			
<b>Poulet sauté aux oignons</b>		<b>POUR 8 PERSONNES</b>	
	<b>U</b>	<b>Q</b>	<b>Phases de fabrication</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• sucre roux</li> <li>• sauce de soja</li> <li>• vinaigre de xérès</li> <li>• maïzena</li> <li>• bouillon de poulet</li> <li>• gros oignons</li> <li>• blancs de poulet</li> <li>• huile de tournesol</li> <li>• huile de sésame</li> <li>• poivre</li> </ul>	c.a.c c.a.s c.a.s c.a.s c.a.s U Kg càc c.a.c PM	3 8 3 3 6 3 0.500 3 2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Couper le poulet en tranches fines</li> <li>2. Dans un récipient, faire mariner la viande avec le sucre, la sauce de soja, et le vinaigre pendant 30 minutes.</li> <li>3. Dans un bol, délayer la maïzena avec le bouillon de poulet. Mélanger et réserver.</li> <li>4. Couper les oignons en lamelles. Réserver.</li> <li>5. Faire chauffer une poêle à feu vif avec de l'huile de tournesol.</li> <li>6. Après 30 secondes, ajouter la viande.</li> <li>7. Toujours à feu vif, remuer continuellement la viande pendant 2 minutes.</li> <li>8. Déposer la viande dans une assiette.</li> <li>9. Ajouter 1 c.a.s d'huile dans la poêle et la laisser chauffer pendant 30 secondes sur feu vif.</li> <li>10. Ajouter les oignons. Remuer pendant 3 minutes.</li> <li>11. Incorporer le poulet, puis le mélange à base de maïzena précédemment préparé.</li> <li>12. Laisser cuire encore 2 minutes en remuant doucement et sans arrêt.</li> <li>13. Ajouter l'huile de sésame.</li> <li>14. Mélanger rapidement puis retirer immédiatement la poêle du feu.</li> </ol>

Réaliser le plat témoin.

<b>INSTRUCTION POUR LE THERMOSCELLAGE*</b>	
Barquette	

<b>INSTRUCTION POUR LE DRESSAGE*</b>			
Assiette		Multiportions	

<b>CUISSON</b>		
Appareil	Température	Temps
Sauteuse	Feu vif	Environ 15 min

<b>REFROIDISSEMENT</b>	
Température	Temps
+ 10°C	- de 2 heures

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

Nom :

Date :

INSTRUCTIONS POUR LE SOUS-VIDE*					
Sac		Soudure		Vacuomètre	

Nom :

Date :

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