



DATE: 08/07/2008

FICHE TECHNIQUE

BLANQUETTE DE ROUSSETTE 160g/360g



Niveau	PLATS MAISON		
Catégorie	4000 Plat		
Type	4010 Poissons		
Nb portion(s)	1		
Préparation	00:20	Cuisson	00:35
		Repos	00:00

Descriptif	Blanquette de roussette		
Note	ASS		
Coût matière portion HT	0,99	Prix de vente réel TTC	0,00
Coût matière total HT	0,99	Coefficient multiplicateur	0,00

Progression

Versez 2 litres d'eau dans une marmite, ajoutez le vin et le bouquet garni, portez à ébullition puis ajoutez les carottes coupées en gros tronçons et les oignons coupés en 4. Baissez le feu et laissez cuire 1 heure. Faites fondre ensuite le beurre dans une sauteuse et mettez-y la roussette à revenir de chaque côté pendant 5 mn, retirez la roussette (pour pouvoir mélanger correctement) et versez alors la farine, remuez bien, puis ajoutez petit à petit des louches de bouillon chaud (les 3/4 du bouillon environ) tout en remuant bien. Laissez mijoter 15 mn. Dans un bol, fouettez la crème et les jaunes d'œufs. Retirez le poisson lorsqu'il est cuit et versez la crème dans la sauce ainsi que le citron, mélangez, puis ajoutez le poisson, les légumes et les champignons émincés. Laissez cuire tout doucement 5 mn. Rectifiez l'assaisonnement et servez avec un riz blanc.

Ingrédients

Ingrédients	Qté	Unité	PMP	Qté x PMP
BEURRE DOUX - PLAQUE 250 G - Frais	8,000	Gramme	5,90	47,20
CAROTTES - ST 2,5 KG - IMPORT - Surgéle	70,000	Gramme	1,08	75,60
CHAMPIGNON EMINCE HOTEL - ST 2.5KG - UE - Surg	40,000	Gramme	1,48	59,20
CREME LIQUIDE UHT 32% - BK 1000 G - Frais	8,000	Gramme	2,69	21,52
FARINE MENAGERE T55 - ST 1000 G	8,000	Gramme	0,40	3,16
JAUNES OEUFS - BIBON 2000 G - Frais	7,000	Gramme	6,76	47,32
LAURIERS ENTIER - BTE 60 G	0,010	Gramme	3,06	0,03
OIGNON EMINCE - ST 2500 G - IMPORT - Surgéle	30,000	Gramme	1,11	33,30
POIVRE BLANC MOULU - BTE 365 G	0,100	Gramme	4,40	0,44
SAUMONETTE - PCE 600 G -NZ - Surgéle	160,000	Gramme		
SEL FIN - SAC 1000 G	0,300	Gramme	0,23	0,07
THYM ENTIER - BTE 145 G	0,010	Gramme	3,00	0,03
VIN BLANC CUISINE 11° - PET 100 CL	3,000	Cl	1,30	3,91