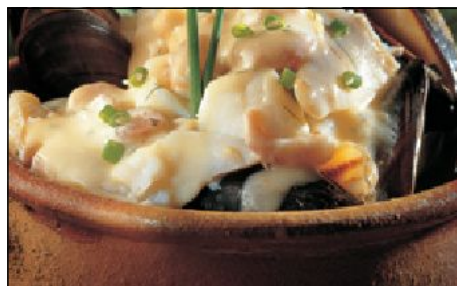




DATE: 08/07/2008

FICHE TECHNIQUE

CASSOLETTE DE CABILLAUD AU VIN BLANC 150g / 330gNiveau **PLATS MAISON**Catégorie **4000 Plat**Type **4013 Poissons >70% avec P/L>2**Nb portion(s) **1**Préparation **00:50**Cuisson **00:35**Repos **00:00**Descriptif **Cassolette de Poisson au vin blanc**Note **CASS**Coût matière portion HT **1,63**Prix de vente réel TTC **4,00**Coût matière total HT **1,63**Coefficient multiplicateur **2,33****Progression**

Pocher le poisson dans de l'eau citronnée. Egoutter et garder au chaud . Preparer la sauce blanche et y faire fondre le fumet. Ajouter le vin, la creme sel et poivre. Incorporer le poisson, les moules, crevettes a la sauce et rechauffer. Parsemer de ciboulette

Ingrédients

Ingrédients	Qté	Unité	PMP	Qté x PMP
AIL PULPE - POT 1000G	2,000	Gramme		
FILET CABILLAUD - 100/400 G - NORV- Surgele	150,000	Gramme	8,93	1 339,50
HUILE OLIVE - VERRE 100 CL	2,000	Cl	3,85	7,69
OIGNON EMINCE - ST 2500 G - IMPORT - Surgele	15,000	Gramme	1,11	16,65
OLIVES NOIRES DENOYAUTEES 30/33 - BTE 4/4 550	5,000	Piece	1,11	5,55
PDT VAPEUR PAST - ST 4000 G -Frais	125,000	Gramme		
POIVRE BLANC MOULU - BTE 365 G	0,050	Gramme	4,40	0,22
ROMARIN - BTE 250 G	2,000	Gramme		
SEL FIN - SAC 1000 G	0,150	Gramme	0,23	0,03
TOMATES CONC PELEES - BTE 4/4 800 G	60,000	Gramme	0,68	40,68
VIN BLANC CUISINE 11° - PET 100 CL	3,000	Cl	1,30	3,91