



DATE: 08/07/2008

FICHE TECHNIQUE

BLANQUETTE DE FILET DE LOTTE AU CHAMPAGNE 200g / 450g



| | | | |
|---------------|-------------------------------|---------|-------|
| Niveau | PLATS MAISON | | |
| Catégorie | 4000 Plat | | |
| Type | 4013 Poissons >70% avec P/L>2 | | |
| Nb portion(s) | 1 | | |
| Préparation | 00:20 | Cuisson | 01:30 |
| | | Repos | 00:00 |

| | | | |
|-------------------------|----------------------------------|----------------------------|------|
| Descriptif | Blanquette de lotte au champagne | | |
| Note | PPG1/2 | | |
| Coût matière portion HT | 2,37 | Prix de vente réel TTC | 0,00 |
| Coût matière total HT | 2,37 | Coefficient multiplicateur | 0,00 |

Progression

Porter l'eau (3/4 litre), le champagne, le bouillon dans un faitout ou une grande casserole. Porter a ebullition . Prenons les carottes et les echalotes. Verser dans le bouillon. Melanger. Ajouter les champignons, le thym, sel et poivre, melanger. Cuire pendant 30 a 40 minutes, mais arreter la cuisson des que les carottes sont cuites. Commencons la cuisson du riz. Dans une casserole, 8 cl de champagne, l'eau et le safran, saler. Porter a ebullition. Enlever la peau et les aretes du saumon et de la lotte et couper en gros morceaux. Nos carottes sont cuites. Verser dans le bouillon pendant 15 minutes a petit freuissement. Ajouter les crevettes 5 minutes avant de terminer la cuisson du poisson. L'eau du riz bout. Verser le riz en pluie, melanger regulierement jusqu'a sa cuisson. Egoutter, reserver au chaud. Allons chercher la passoire. Egoutter le poisson et les crevettes et reserver au chaud pendant la confection de la sauce. Prelever un demi litre de bouillon, reserver le reste pour un consommé ou un potager. Passer quelques secondes au mixer ou au moulin legumes. Filtrer. Verser dans une casserole. Prenons la creme. Verser dans la casserole mettre a feu doux, melanger regulierement. Verser un peu d'eau froide dans un verre et melanger la maizena. Verser dans la sauce pour permettre d'epaissir et melanger regulierement. Emincer le persil. Melanger avec le riz. Reserver au chaud. Remplir les ramequins, au moment de servir, poser le plat dessus, retourner en donnant un petit coup sec et presenter votre blanquette de poissons. Verser le poisson dans la sauce chaude au moment de servir, rechauffer cinq ou 10 minutes. Saupoudrer de persil

Ingrédients

| Ingrédients | Qté | Unité | PMP | Qté x PMP |
|---|---------|--------|-------|-----------|
| BOUILLON LEGUMES - BTE 1500 G - KUB OR | 1,000 | Gramme | 14,47 | 14,47 |
| CAROTTE - CAT 1 - Frais | 55,000 | Gramme | 0,68 | 37,40 |
| CHAMPIGNON PARIS - CAT 1 - FR - Frais | 30,000 | Gramme | 4,73 | 141,90 |
| CREME LIQUIDE UHT 32% - BK 1000 G - Frais | 20,000 | Gramme | 2,69 | 53,80 |
| CREVETTE CUITE 60/80 - Surgele | 2,000 | Piece | 10,18 | 20,36 |
| ECHALOTTE - ST 250 G - - Surgele | 10,000 | Gramme | 4,80 | 48,00 |
| FILET LOTTE S/P - 150/400 G - CHINE - Surgele | 150,000 | Gramme | 8,54 | 1 281,00 |
| FILET SAUMON ROSE - 150/350 G - Surgele | 50,000 | Gramme | | |
| JUS CITRON - VERRE 75 CL | 0,300 | Cl | 2,45 | 0,73 |
| MAIZENA - PQ 750 G | 3,000 | Gramme | 4,10 | 12,29 |
| MOUSSEUX Brut - VERRE 75 CL | 4,500 | Cl | 0,86 | 3,89 |
| PERSIL HACHE - ST 250 G - Surgele | 0,010 | Gramme | | |
| POIVRE BLANC MOULU - BTE 365 G | 0,100 | Gramme | 4,40 | 0,44 |
| RIZ ETUVE INDICA - SAC 5000 G | 50,000 | Gramme | | |
| SAFRAN - 10 G | 0,050 | Gramme | 10,18 | 0,51 |
| SEL FIN - SAC 1000 G | 0,300 | Gramme | 0,23 | 0,07 |
| THYM MOULU - BTE 400 G - | 0,010 | Gramme | | |