



DATE: 08/07/2008

FICHE TECHNIQUE

## CARBONADE AUX POIRES 160g



Niveau	PLATS MAISON		
Catégorie	4000 Plat		
Type	4020 Boeuf		
Nb portion(s)	1		
Préparation	00:25	Cuisson	02:30
		Repos	00:00

Descriptif	Carbonade aux poires		
Note	PPG1/2		
Coût matière portion HT	2,17	Prix de vente réel TTC	7,60
Coût matière total HT	2,17	Coefficient multiplicateur	3,51

## Progression

Salier, poivrer et fariner la viande taillée en gros cubes. Faire revenir les oignons et l'ail 5 bonnes minutes. Ajouter la viande et prolonger de quelques minutes. Lorsque le fond commence à accrocher légèrement, verser la bière. Lorsqu'elle s'est bien intégrée, verser le mélange pour carbonnades, 75 cl d'eau environ, ainsi que le laurier. Laisser mijoter 1h. Ajouter les carottes en grosses rondelles, le pain d'épices et la moutarde. Mijoter de nouveau 3/4 d'heure à 1h. Ajouter 10 à 15 cl d'eau en cours de route si le mélange devient trop épais trop vite.. Saler et poivrer si nécessaire

## Ingrédients

Ingrédients	Qté	Unité	PMP	Qté x PMP
BIERE - BLLE 100 CL - CONSIGNE	4,000	Cl	1,60	6,42
CAROTTES RDELLES - 2.5 KG - IMPORT - Surgele	50,000	Gramme	0,85	42,50
COEUR RUMSTEAK PAD - 2150 G - Frais	160,000	Gramme		
HUILE OLIVE - VERRE 100 CL	1,500	Cl	3,85	5,77
OIGNON EMINCE - ST 2500 G - IMPORT - Surgele	25,000	Gramme	1,11	27,75
POIRES WILLIAM SIROP - BTE 4/4 480 GR	80,000	Gramme	0,94	74,88
POIVRE GRIS MOULU - BTE 350 G	0,100	Gramme	3,97	0,40
SEL FIN - SAC 1000 G	0,300	Gramme	0,23	0,07
SUCRE POUDRE - PQ 1000 G	5,000	Gramme	1,06	5,29
TOMATES CONC PELEES - BTE 4/4 800 G	80,000	Gramme	0,68	54,24