



DATE: 08/07/2008

FICHE TECHNIQUE

BOEUF MIROTON COLLIER FRAIS 180g / 250g



Niveau	PLATS MAISON				
Catégorie	4000 Plat				
Type	4020 Boeuf				
Nb portion(s)	1				
Préparation	00:15	Cuisson	00:40	Repos	00:00

Descriptif	Boeuf miroton			
Note	PPG1/2			
Coût matière portion HT	1,02	Prix de vente réel TTC	0,00	
Coût matière total HT	1,02	Coefficient multiplicateur	0,00	

Progression

Faire chauffer le beurre dans une sauteuse et faire blondir doucement les oignons éminces. Saupoudrer de farine et laisser prendre couleur. Mouiller avec le bouillon, ajouter le concentré de tomate et le bouquet garni, saler, poivrer, couvrir et laisser mijoter 20 minutes à feu doux. Prechauffer le four à 170. Couper le boeuf en tranches minces. Verser la moitié de la sauce aux oignons dans un plat à gratin. Disposer les tranches de viande et recouvrir avec le reste de sauce. Parsemer de persil haché, verser le vinaigre et saupoudrer de chapelure. Parsemer de noisettes de beurre et faire gratiner 20 minutes

Ingrédients

Ingrédients	Qté	Unité	PMP	Qté x PMP
BEURRE DOUX - PLAQ 250 G - Frais	12,000	Gramme	5,90	70,80
BOUILLON BŒUF- BTE 1000 G - 50 L - KNORR	3,000	Gramme	9,19	27,58
CHAPELURE BRUNE - PQ 1000 G	12,000	Gramme	1,61	19,36
CONCENTRE TOMATE - BTE 4/4 800 G	7,000	Gramme	0,87	6,08
FARINE MENAGERE T55 - ST 1000 G	6,000	Gramme	0,40	2,37
LAURIERS ENTIER - BTE 60 G	0,010	Gramme	3,06	0,03
OIGNON EMINCE - ST 2500 G - IMPORT - Surgele	40,000	Gramme	1,11	44,40
POIVRE GRIS MOULU - BTE 350 G	0,100	Gramme	3,97	0,40
SAUTE BOEUF COLLIER - 70 G - Frais	180,000	Gramme	5,00	900,00
SEL GROS - SAC 1000 G	1,000	Gramme	0,30	0,30
THYM ENTIER - BTE 145 G	0,010	Gramme	3,00	0,03