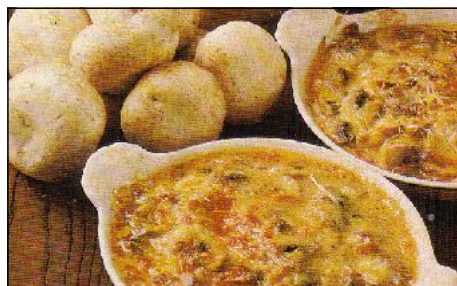




DATE: 08/07/2008

FICHE TECHNIQUE

CABILLAUD EN GRATIN 100g / 370g



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

Descriptif	Gratin de morue		
Note	PPG1/2		
Coût matière portion HT	1,28	Prix de vente réel TTC	0,00
Coût matière total HT	1,28	Coefficient multiplicateur	0,00

Progression

Mettre les rondelles de pdt cuites dans le gastro. Faire fondre les champignons citronnés avec l'échalotte dans le beurre. Saupoudrer de farine, cuire 1 mn et mouiller avec le vin. Saler, poivrer, muscader et ajouter le poisson. Remplir chaque plat, saupoudrer de gruyère, et mettre au four

Ingrédients

Ingrédients	Qté	Unité	PMP	Qté x PMP
BEURRE DOUX - PLAQ 250 G - Frais	9,000	Gramme	5,90	53,10
CHAMPIGNON EMINCE - ST 2,5KG - FR - Surgele	45,000	Gramme		
EMMENTAL RAPE 45%MG - ST 1000 G - Frais	8,000	Gramme	6,07	48,52
FARINE MENAGERE T55 - ST 1000 G	7,000	Gramme	0,40	2,77
FILET CABILLAUD - 100/400 G - NORV- Surgele	100,000	Gramme	8,93	893,00
LAIT 1/2 ECREME UHT - BRIK 1000 G - Frais	70,000	Gramme	0,84	58,66
PDT LAMELLES PAST - ST 4000 G - Frais	130,000	Gramme	1,10	143,00
POIVRE BLANC MOULU - BTE 365 G	0,005	Gramme	4,40	0,02
SEL FIN - SAC 1000 G	0,150	Gramme	0,23	0,03