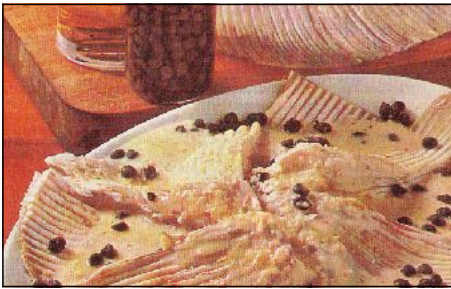


AILE DE RAIE SUP A LA CREME 200g/250g


Niveau	Cher		
Catégorie	4001 Poisson		
Type	PERSONNES AGEES		
Nb portion(s)	1		
Préparation	00:10	Cuisson	00:25
		Repos	00:00

Descriptif	Aile de raie a la creme		
Note			
Coût matière portion HT	1,08	Prix de vente réel TTC	1,15
Coût matière total HT	1,08	Coefficient multiplicateur	1,06
Marge brute	0,00		

Progression

Plongez les ailes de raie dans le court-bouillon, faites pocher 8 minutes, en veillant à ce que le liquide soit juste frémissant. Pendant ce temps, versez la crème fraîche dans la casserole, faites chauffer, laissez un peu réduire. Lorsque les ailes de raie sont cuites, égouttez, retirez la peau. réservez dans un plat creux bien chaud

Ajoutez 1 filet de jus de citron dans la crème, ainsi que les câpres égouttées, salez et poivrez, déposez la sauce sur les ailes de raie. Parsemez de persil ciselé et servez aussitôt

Ingrédients

Ingrédients	Qté	Unité	PMP	Qté x PMP
POIVRE BLANC MOULU - BTE 365 G	0,100	Gramme	0,01	0,00
SEL FIN - SAC 1000 G	0,300	Gramme	0,00	0,00
FUMET POISSON - BTE 1040 G - 50 L - KNORR	3,000	Gramme	0,01	0,03
PERSIL HACHE - ST 250 G - Surgele	0,010	Gramme	0,00	0,00
CAPRES FINES - BTE 4/4 800 G	5,000	Gramme	0,00	0,01
AILE RAIE EBARB - 400/800 G - NZ - Surgele	200,000	Gramme	0,00	0,93
CREME LIQUIDE UHT 32% - BK 1000 G - Frais	45,000	Gramme	0,00	0,11