FICHE N°	LOTTE ROTIE SAUCE AMERICAINE RIZ ARLEQUIN	BASE (pers.)
		8

DESCRIPTIF

Filet de lotte rôti au four, accompagné d'une sauce à base de crustacés.
Riz agrémenté
de petits légumes en brunoise.

PRESENTATION

PHASES TECHNIQUES

MISE EN PLACE DU POSTE
Denrées, matériel, cuisson, etc..

PREPARATIONS PRELIMINAIRES
Habiller la lotte
Nettoyer les crustacés
Dégorger les arêtes de poisson
Eplucher les légumes

TAILLER
Ciseler oignons
Emincer légumes Américaine
Brunoise de poivrons

MARQUER UN FUMET
facultatif:on peut ajouter les arêtes directement dans la sauce américaine

MARQUER CUISSON SAUCE AMERICAINE

CUIRE LE RIZ ARLEQUIN
Suer les oignons
Nacrer le riz
Mouillement
Bouquet garni
Cuisson au four durant 18 minutes

ROTIR
Lotte au four

DRESSER ET DECORER

DENREES / VENTILATION

ARTICLES	U	A	B	C	D	TOT
POISSONNERIE						
Queue de lotte	kg	2,40				2,40
Arêtes de poisson	kg	0,75				0,75
Crustacés	kg	2,00				2,00
CREMERIE						
Beurre	kg		0,04	0,02		0,06
LEGUMERIE						
Ail	gousse		4,00			4,00
Carottes	kg		0,10			0,10
Cerfeuil	botte			0,25		0,25
Echalotes	kg		0,05			0,05
Estragon	botte		0,25	0,25		0,50
Oignons	kg		0,10		0,15	0,25
Poireau	pièce		0,10		0,10	0,20
Poivron rouge	pièce	1,00				1,00
Poivron vert	pièce	1,00				1,00
Riz long					0,40	0,40
Tomates	kg		0,35			0,35
ECONOMAT						
Cognac	litre		0,04			0,04
Farine	kg		0,04			0,04
Huile d'olive	litre	0,01	0,02			0,03
Laurier	pm		PM			pm
Piment de cayenne	pm		pm			pm
Poivre du moulin	pm		pm			pm
Poivre en grains	kg		pm			pm
Thym	pm		PM			pm
Tomate concentree	kg		0,04			0,04
Vin blanc	litre		0,08			0,08