

Pellé Cyril

Papillote de poisson du marché sur légumes
De saison, beurre aux agrumes
8 couverts



DENRÉES	UNITÉS	QUANTITÉ	PRIX	DÉROULEMENT
BASE				<p>BASE : Éplucher et laver tous les légumes. Tailler les carottes, le poireau et le fenouil en julienne, les champignons en quartiers et le chou en grosses sommités. Cuire à l'étuver les juliennes et les champignons à blanc avec le jus de citron.</p> <p>POISSON: Habiller les filets de poissons et portionner à 120 gr, assaisonner, réserver.</p> <p>BEURRE AUX AGRUMES: Suer au beurre les échalotes ciselées finement, déglacer au vin blanc, réduire. Ajouter le fumet de poisson et les agrumes zestés, réduire. Lier à la maïzena si besoin et crémer.</p> <p>MONTAGE Disposer les films à papillotes sur une table, ajouter la julienne de légumes, poisson cru, champignons et chou romanesco, zestes d'agrumes. Refermer la papillote à l'aide d'une ficelle.</p> <p>CUISSON : Cuire au four à 120 150°C, sonder entre 48 et 50°C à cœur.</p>
Poisson du marché	Kg	1		
Carotte	Kg	0,300		
Fenouil	Pce	2		
Poireau	Pce	2		
Chou romanesco	Pce	1		
Champignons de Paris	Kg	0,5		
Beurre	Kg	0,100		
Citron jaune	Pce	1		
BEURRE AUX AGRUMES				
Beurre	Kg	0,100		
Échalotes	Kg	0,100		
Vin blanc	L	0,25		
Fumet de poisson	L	0,50		
Citron Combava	Pce	2		
Orange bio	Pce	2		
FINITION SAUCE				
Fécule	Kg	Pm		
Crème liquide	L	0,100		
Sel, poivre, piment d'Espelette	Pm	Pm		
EMBALLAGE				
Film à papillotes	Pce	8		
Notes personnelle :				