

Fricassée de volaille à l'ancienne, riz pilaf

Ingrédients pour 8 Personnes

Préparation : Cuisson :

Méthode d'élaboration

1/ Marquer un fonds blanc de volaille	Produits	Unité	Quantité	Prix Unitaire	Prix Total	
<p>Découper les poulets en 8. Réunir dans une marmite les os de volaille dégorgés et concassés. Mouiller avec de l'eau à 2 cm au-dessus des os et porter à ébullition. Parer le poireau et réaliser un bouquet garni avec le vert. Couper la tête d'ail en 2 et les oignons en quartiers.</p> <p>Piquer un des quartiers d'un dou de girofle sur le talon. Tronçonner carottes, blanc de poireau et céleri. A ébullition, écumer la marmite et ajouter la garniture aromatique. Cuire le fonds 1 h à petite ébullition en écumant fréquemment. Le passer au chinois étamine.</p>	Poulet PAC de 1,4 kg	P	2			
	Eau	L	PM			
	Carotte	Kg	0,200			
	Oignon	Kg	0,200			
	Poireau	Kg	0,200			
	Celeri branche	Kg	0,100			
	Clou girofle	P	1			
	Thym, laurier	B	1			
	2/ Marquer la fricassée	Produits	Unité	Quantité	Prix Unitaire	Prix Total
	<p>Assaisonner le poulet. Le raidir au beurre côté peau en premier pour les blancs. Débarasser les morceaux. Ajouter les oignons ciselés. Suer à couvert. Singer, mélanger, mouiller au fonds blanc. Assaisonner.</p> <p>Replacer les morceaux de poulet. Porter à ébullition, couvrir et enfourner la fricassée de volaille à 200°C 15 mn environ pour les pointes d'ailes et 30 mn pour les autres morceaux. Décanter la fricassée. Passer la sauce au chinois étamine. La crémer, rectifier son assaisonnement et la verser sur les morceaux de poulet.</p>	Farine T55	Kg	0,060		
Sel fin, poivre		Kg	PM			
Crème épaisse		L	0,300			
3/ Préparer la garniture à l'ancienne	Produits	Unité	Quantité	Prix Unitaire	Prix Total	
<p>Escaloper et cuire à blanc les champignons. Glacer à blanc les petits oignons.</p>	Petit oignon	Kg	0,250			
	Beurre (oignons)	Kg	0,020			
	Sucre semoule	Kg	PM			
	Champignon	Kg	0,250			
	Beurre (champignons)	Kg	0,020			
	Jus de citron	P	1/2			
4/ Marquer un riz pilaf	Produits	Unité	Quantité	Prix Unitaire	Prix Total	
<p>Suer les oignons ciselés et nacer le riz. Mouiller au fonds blanc (prévoir une fois et demie le volume du riz), saler, ajouter un bouquet garni et porter à frémissement. Couvrir de papier sulfurisé et d'un couvercle, puis enfourner 20 mn à 180°C. Sortir le riz et le laisser gonfler à couvert 15 mn. Ôter le bouquet garni, ajouter le beurre en parcelles et égrener le riz en le remuant avec une fourchette</p>	Riz long étuvé	Kg	0,400			
	Oignon	Kg	0,160			
	Beurre (suer)	Kg	0,080			
	Fonds blanc de volaille	L	PM			
	Bouquet garni	P	1			
	Beurre (égrener)	Kg	0,040			
5/ Dresser	Produits	Unité	Quantité	Prix Unitaire	Prix Total	
<p>Dresser le ragoût à blanc (fricassée). Napper et répartir la garniture à l'ancienne. Accompagner de riz pilaf. Décorer de cerfeuil.</p>	Cerfeuil	B	3/4			

Coût Matières Premières total :

Coût Matières Premières Portion : #####



Argumentation Commerciale