

Soupe de poisson

Ingrédients pour 8 Personnes

Préparation : Cuisson :

Méthode d'élaboration

| | Produits | Unité | Quantité | Prix Unitaire | Prix Total |
|--|---------------------|--------|----------|---------------|------------|
| Marquer la soupe en cuisson Ecailler, vider, et rincer les poissons. Emincer les oignons, le poireau, les échalotes, les carottes, le céleri et le fenouil. Couper les tomates en quartiers. Préparer un bouquet garni. Dégermer l'ail. Egoutter soigneusement le poisson. Suer à couvert la garniture aromatique à l'huile d'olive. Ajouter les poissons et le concentré de tomate. Mouiller à l'eau à 1 cm au-dessus des poissons. Ajouter le bouquet garni, l'ail dégermé et écrasé, le safran et la badiane ; assaisonner au gros sel et piment de Cayenne. Porter à ébullition. Ecumer et cuire doucement 25 à 30 mn. | Poissons de roche | Kg | 1,600 | | |
| | Huile d'olive | L | 0,050 | | |
| | Oignons | Kg | 0,200 | | |
| | Poireau | Kg | 0,160 | | |
| | Echalotes | Kg | 0,100 | | |
| | Carottes | Kg | 0,100 | | |
| | Céleri branche | Kg | 0,080 | | |
| | Fenouil bulbeux | Kg | 0,080 | | |
| | Tomates | Kg | 0,400 | | |
| | Concentré de tomate | Kg | 0,040 | | |
| | Bouquet Garni | Pièce | 1 | | |
| | Ail | Gousse | 8 | | |
| | Safran | Kg | 0,002 | | |
| | Badiane | Kg | 0,002 | | |
| | Gros sel | Kg | Pm | | |
| Piment de cayenne | Kg | Pm | | | |
| Monter la sauce rouille Monter une sauce mayonnaise et lui adjoindre l'ail pilé, le safran et le piment de Cayenne. | Œuf jaune | Pièce | 2,000 | | |
| | Moutarde | Kg | 0,015 | | |
| | Vinaigre blanc | L | 0,005 | | |
| | Sel / Poivre | Kg | Pm | | |
| | Ail | Kg | 0,010 | | |
| | Piment de cayenne | Pm | Pm | | |
| | Huile d'arachide | L | 0,300 | | |
| | | | | | |
| Préparer l'accompagnement Tailler le pain en rondelles, le nourrir d'huile d'olive avec un pinceau et le faire colorer au four à 180°C. Frotter chaque rondelle à l'ail | Baguette | Kg | 0,160 | | |
| | Huile Olive | L | 0,040 | | |
| | Ail | Gousse | 4 | | |
| | | | | | |
| Terminer la soupe de poisson Retirer le bouquet garni. Mixer brièvement la soupe et la passer au chinois. La portert à ébullition et l'écumer. Rectifier | | | | | |
| Finition et Dressage Dresser la soupe en soupière ou à l'assiette. Servir avec gruyère râpé, croûtons et rouille. | Gruyère | Kg | 0,160 | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| Coût Matières Premières total : | | | | | |
| Coût Matières Premières Portion : | | | | | ##### |



Argumentation Commerciale