

Carré d'agneau aux fruits secs

Ingrédients pour 8 Personnes

Méthode d'élaboration

Préparation : Cuisson :

1/ Habiller le carré d'agneau		Produits	Unité	Quantité	Prix Unitaire	Prix Total
Supprimer le parchemin, mançonner. Supprimer les vertèbres une à une. Supprimer également le nerf sciatique. Quadriller les graisses de surface du carré. Ficeler afin de garder le carré bien compact. Envelopper chaque haut de côte d'un papier aluminium. Réserver au froid.		Carre Agneau 8 Cotes	Pièce	3		
		1.1kg				
2/ Réaliser les crêpes florentines aux champignons		Produits	Unité	Quantité	Prix Unitaire	Prix Total
CONFECTIONNER LA PÂTE (à crêpes salée)		Farine	Kg	0.200		
SAUTER les crêpes fines		Œuf	Pièce	3		
ESCALOPER et cuire à blanc les champignons		Lait	L	0.300		
Mettre dans une sauteuse l'eau, un peu de beurre en morceaux, le sel et le jus de citron. Porter à ébullition, ajouter les champignons, couvrir d'un papier sulfurisé et porter vivement à ébullition. Cuire ainsi durant 3 à 5 minutes. Les champignons doivent être bien blancs.		Beurre	Kg	0.050		
		Champignons	Kg	0.250		
		Sel	Kg	Pm		
		Citron	Kg	Pm		
SAUTER les épinards frais		Epinards frais	Kg	0.625		
Trier, équeuter et laver les épinards. Éplucher la gousse d'ail. Mettre le beurre dans le sautoir ajouté l'ail écrasé et le faire chauffer. Ajouter en une fois les épinards, saler, poivrer et couvrir. Faire sauter vivement. Les épinards vont perdre beaucoup de volume. Leur conserver leur couleur bien verte.		Ail	Kg	0.010		
		Beurre	Kg	0.050		
		Sel et Poivre	Kg	Pm		
MONTER/GRATINER (les crêpes farcies)		Mozzarella	Kg	0.150		
Filmer le plan de travail. Étaler les crêpes côte à côte. Les garnir avec le mélange champignon/épinard bien assaisonné. Rouler les crêpes (de 3 cm de diamètre). Les recouvrir de fines tranches de mozzarella. Les badigeonner légèrement de beurre et les assaisonner. Faire gratiner sous		Beurre	Kg	0.020		
3/ Cuisson rôti du carré		Produits	Unité	Quantité	Prix Unitaire	Prix Total
Disposer les pièces à cuire sur plaque à rôti, les assaisonner. Assaisonner les pièces, les arroser de beurre fondu et d'huile. Enfourner dans un four à 200 °C jusqu'à la coloration de la pièce (5mn) Ensuite, baisser le four à 180 °C		Beurre	Kg	0.025		
		Huile olive	L	0.040		
		Sel et Poivre	Kg	Pm		
4/ Réaliser un jus court d'agneau		Produits	Unité	Quantité	Prix Unitaire	Prix Total
Utiliser les parures des carrés d'agneau. Colorer les os. Déglacer en trois fois avec peu d'eau froide (bien décoller les sucs). Faire pincer à chaque fois. Mouiller avec le restant d'eau. Ajouter l'ail, les tomates en quartiers, le bouquet garni. Cuire de 1 heure 30 à 5 heures à très faible ébullition en écumant régulièrement. Chinoiser en foulant. Réduire jusqu'à l'état sirupeux. Lier si besoin avec un peu de fécule. En finition : porter à ébullition la sauce à émulsionner, ajouter le beurre froid et l'huile d'olive. Émulsionner longuement avec un mixer plongeant. Vérifier l'assaisonnement. Tailler les abricots secs en fine brunoise. Torrifier les pistaches, noisettes, amandes et pignons de pin (hacher grossièrement). Ajouter le tout dans le jus d'agneau mis au point, laisser infuser.		Huile d'olive	Kg	0.010		
		Carotte	Kg	0.100		
		Oignon	Kg	0.100		
		Tomate	Kg	0.400		
		Ail	Kg	0.060		
		Bouquet garni	Kg	1.000		
		Concentré de tomate	Kg	0.020		
		Abricot sec	Kg	0.040		
		Amande hachée	Kg	0.040		
		Noisette entières	Kg	0.040		
		Pistaches	Kg	0.040		
		Pignon de pin	Kg	0.040		
5/Finition et dressage		Produits	Unité	Quantité	Prix Unitaire	Prix Total
Dresser sur le côté de l'assiette 3 petites côtes d'agneau. A l'opposé, dresser trois crêpes florentine. Dresser la sauce en gouttes. Accompagner d'une saucière de jus d'agneau.						
Coût Matière Premières total :						
Coût Matière Premières Portion : #####						



Argumentation Commerciale