**Œuf poché aux coquillages et légumes
Mouillettes en feuilletage**

Couverts : 4

Sujet n° : 15

Descriptif :

Coquillages cuits à la marinière liés d'un velouté de poisson crémé, safrané, garni de légumes cuits à l'anglaise, d'un œuf poché et de mouillettes de feuilletage aux amandes et graines de pavot bleu.

PHASES ESSENTIELLES DE PROGRESSION	NATURE	Unité	Denrées par phases essentielles					Total
			A	B	C	D	E	
A - Base - Ciseler l'échalote et hacher le persil - Cuire séparément les moules et les coques à la marinière - Décoquiller les coquillages	Poissonnerie							
	Moules de bouchot	Kg	0,800					0,800
	Coques	Kg	0,300					0,300
	Crèmerie							
	Crème liquide	Litre		0,200				0,200
	Beurre	Kg	0,040	0,030				0,070
	Œuf extra frais	Pièce			4			4
	Œuf	Pièce			1			1
B - Sauce Velouté de poisson : Réhydrater le fumet de poisson. Réaliser un roux blanc Mouiller au fumet de poisson et aux jus de cuisson des coquillages. Crémer et safraner Mettre le velouté au point Lier les coquillages	Légumes							
	Echalote	Kg	0,050					0,050
	Persil plat	Botte	1/8					1/8
	Carotte	Kg			0,400			0,400
	Céleri rave	Kg			0,300			0,300
	Economat							
	Vinaigre blanc	Litre			0,100			0,100
	Safran en poudre	Kg		0,001				0,001
	Amande hachée	Kg			0,020			0,020
	Pavot bleu graine	Kg			0,010			0,010
	Sel fin	Kg			Pm			Pm
	Poivre du moulin	Kg			Pm			Pm
	Fumet de poisson PAI	Kg		0,050				0,050
	Farine	Kg		0,030				0,030
C - Garnitures 1) Œufs pochés : Pocher les œufs Rafraichir et ébarber Réserver au frais 2) Jardinière : tailler les légumes en Jardinière (2,5 cm de long et 4mm de coté) Cuire séparément à l'anglaise 3) Mouillettes : Tailler des bandes de feuilletage de 10 cm Par 1 cm. Dorer, parsemer d'amandes hachées et de pavot bleu. Cuire à 200° C	Surgelés							
	Haricots verts	Kg			0,100			0,100
	Petits pois	Kg			0,100			0,100
	Feuilletage plaque	Pièce			0,2			0,2
Dressage :		Dressage libre à l'assiette						