


Fiche technique Cookrest Elaboration et cuisson d'un potage type « purée de légumes secs », préparation de légumes frais et de légumes secs, confection d'une mirepoix (G.A.)	Nbre de couvert : 8 Préparation : 1 h 20 Cuisson : environ 1 h	
--	--	---



Potage Saint Germain aux Croutons

Ingrédients	Poids	Unités	Techniques
<u>1 Base</u>			<u>Mettre en place le poste de travail (5 mn)</u>
•Pois cassés	0,800	Kg	<u>1 Pois cassés (5 mn)</u> Laver les pois cassés, les blanchir (départ eau froide), écumer, rafraichir, égoutter
<u>2 Garniture Aromatique</u>			<u>2A Lardons (5 mn)</u>
•Poitrine de porc salée	0,080	Kg	Enlever la couenne et détailler la poitrine de porc en lardons, les faire blanchir, départ eau froide, écumer, égoutter
•Vert de poireaux	0,080	Kg	<u>2B Garniture Aromatique (20 mn)</u>
•Carottes	0,080	Kg	Laver et éplucher les légumes
•Oignons	0,080	Kg	Emincer le poireau, tailler en mirepoix carotte et oignon
•Bouquet garni	1	Pièce	<u>2C Marquer le potage en cuisson (10 mn)</u>
•Ail	2	Gousse	Raidir les lardons dans le beurre, ajouter poireaux, carottes et oignons, faire suer 5 mn
•Beurre	0,040	Kg	Ajouter les pois cassés et mouiller avec 2,5 l d'eau froide, (ou de fond de veau blanc), additionner du bouquet garni et de l'ail
<u>3 Garniture</u>			Faire bouillir et cuire lentement à couvert durant 45 mn à 1 h
•Pain de mie	0,160	Kg	Saler (gros sel) au 2/3 tiers de la cuisson
•Huile	0,08	L	<u>3 Garniture (15 mn)</u>
•Beurre	0,020	Kg	Couper le pain en cubes d'1 cm de côté, faire sauter avec l'huile et un peu de beurre, réserver (sur du papier absorbant)
<u>4 Finition</u>			Effeuille le cerfeuil, conserver les pluches dans de l'eau froide
•Crème épaisse	0,080	Kg	<u>4 Passer le potage (15 mn)</u>
•Cerfeuil	1/4	Botte	Oter le bouquet garni, mixer (ou passer au moulin à légumes) le potage, puis passer au chinois en foulant, crémer (ou beurrer)
			Mettre à bouillir, écumer si besoin
			Vérifier l'assaisonnement, la texture, la couleur
			Débarrasser au bain-marie, tamponner
•Sel fin			<u>Dresser (5 mn)</u>
•Gros sel	PM		Disposer les croutons sur un plat à part
			Servir le potage brûlant en soupière, disposer le cerfeuil (égoutté) au dernier moment (pour éviter qu'il ne cuise)
			<i>Choisir les pois cassés bien verts,</i>
			<i>Le temps de cuisson du potage dépend de la qualité des pois</i>
			<i>On peut utiliser du fond blanc pour mouiller ce potage, il sera plus gustatif</i>
			<i>On peut remplacer la crème par du beurre (0,040 kg)</i>