



FICHE PROJET RECETTE
CONCOURS DE CUISINE 2019



DESCRIPTIF ET REALISATION (à remplir par le candidat)

COMITE ANIMATION

1 Chemin de Brard – 43290 SAINT-BONNET-LE-FROID

04.71.65.64.41

contact@saintbonnetlefr oid.fr

www.saintbonnetlefr oid.fr





LISTE DES INGREDIENTS A DISPOSITION pour réaliser : réaliser 4 assiettes de magret de canard (un demi-magret par assiette avec une garniture de légumes, une céréale, et champignons et une sauce.

- 2 magrets de canard
- Différents champignons (cèpes, charbonniers, pieds de mouton, champignons de paris, chanterelles grises)
- cépes secs extra
- Légumes : châtaignes, potimarron, carottes, céleri branche, céleri boule, pomme de terre, oignons, ail, échalotes
- Céréales : quinoa, boulgour de blé
- Epicerie : jus de canard, beurre, lait, œufs, farine, vin blanc, vinaigre, sucre, huile d'olive
- Herbes : ciboulette, persil, estragon, aneth, cerfeuil, thym, basilic, gingembre, citronnelle

LISTE DU MATERIEL MIS A DISPOSITION

- *2 poêles TEFAL
- *3 sauteuses
- *2 casseroles (Russes, 2 cul de poule)
- *1 éminceur, 1 couteau d'office, 1 filet de sol
- *1 planche
- *2 plaques à débarrasser
- *2 feux, 1 frigo, 1 four
- *1 fouet, 1 spatule, 1 Maryse, 4 cuillères à potage, 2 cuillères à thé, 1 poche à douille
- *Papier sulfurisé
- *Sopalin, nécessaire pour nettoyer

ATTENTION : Vous devez apporter avec vous, votre tablier, vos torchons, 1 ou 2 couteaux (personnel).

COMITE ANIMATION

1 Chemin de Brard – 43290 SAINT-BONNET-LE-FROID

04.71.65.64.41

contact@saintbonnetlefrd.fr

www.saintbonnetlefrd.fr

