

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

- Entrée froide
 Entrée chaude
 Plat
 Dessert
 Pâtisserie
 Snacking
 Collation

ASSIETTE DE CRUDITÉS ŒUF DUR ET THON

Techniques mises en œuvre :

- Préparation de végétaux frais
- Taillage rondelle
- Dressage sur assiette

Denrées	Unités S.I	Quantités pour 10 p.	Quantités pourp.	Equivalences
Tomate	pièce	5		
Concombre	pièce	2		
Carotte	kg	1		
Salade prête à l'emploi	sachet	1		
Persil ciselé	c à c	5		
Œuf dur	pièce	5		
Mayonnaise	kg	0,150		150 g.
Thon au naturel	B.1/4	2		
Vinaigrette	L	0,200		200 mL
Sel fin	PM			

	ETAPES DE FABRICATION	Matériel
1	Laver et parer les tomates et le concombre ; Éplucher, parer et laver les carottes	Matériel de légumerie
2	Tailler concombre et tomates en tranches fines. Épépiner les tranches de tomates ; Déposer séparément dans une passoire au-dessus d'une plaque	Planche Couteau denté, 2 plaques 2 passoires
3	Râper les carottes. Placer dans un saladier et assaisonner avec la moitié de la vinaigrette	Râpe moyenne Plaque Saladier + fourchette
4	Couper chaque œuf dur en 4 quartiers	Planche Couteau d'office
5	Égoutter le thon ; écraser à la fourchette et mélanger dans un saladier avec la mayonnaise	Passoire Saladier + fourchette
6	Ouvrir le sachet de salade	Ciseaux
7	Dresser dans les petites assiettes : disposer quelques feuilles de salade, alterner tomate et concombre en rosace, déposer une cuillère de thon et une cuillère de carottes ; décorer de 2 quartiers d'œuf dur ; parsemer de persil ciselé	10 petites assiettes 2 cuillères à soupe 1 pince

Vocabulaire technique

Épépiner :