

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8 couverts

INTITULE DU PLAT : Cuisse de lapin à la moutarde - Spätzle



Objectifs d'apprentissage:

- Réaliser une fricassée ou un ragoût à blanc (p.529)

<http://webtv.ac-versailles.fr/restauration/Fricassee-de-volaille-a-l-ancienne>

- Singer

<http://webtv.ac-versailles.fr/restauration/Singer>

<u>DENREES</u>			<u>UNITES</u>	<u>QUANTITES</u>	<u>PHASE TECHNIQUE DE REALISATION</u>
<u>Ragoût à blanc:</u>					<p><u>.1/ Manchonner les cuisses de lapin</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • La réserver en enceinte réfrigérée. <p><u>.2/ Préparer la garniture aromatique</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Eplucher et ciseler les oignons et les échalotes. • Confectionner un bouquet garni. • Eplucher, laver, dégermer et écraser les gousses d'ail. <p><u>.3/ Cuire le ragoût à blanc</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Rissoler le lapin dans une grande sauteuse avec de l'huile d'olive. • Ajouter la garniture aromatique et la laisser suer à feu doux pendant quelques minutes. • Dégraisser soigneusement. • Singer (saupoudrer de farine) . • Mouiller avec le fond blanc et porter à ébullition. • Ajouter l'ail, le bouquet garni et le romarin. • Assaisonner, cuire le ragoût à couvert au four à 200 °C pendant 35 mn. <p><u>.4/ Vérifier et terminer le ragoût à blanc</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • S'assurer de la cuisson du lapin. • Sortir les morceaux et les réserver à couvert dans une plaque à débarrasser. • Réduire fortement le mouillement de cuisson, sortir le BG et le romarin. La sauce doit être nappante. • <u>HORS DU FEUX</u>, incorporer la moutarde et mixer le tout. • Crémier et réserver. <p><u>.5/ Réaliser l'appareil à Spätzle</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Mélanger tous les ingrédients dans un cul de poule à l'aide d'un fouet. <p><u>.6/ Pocher les Spätzle</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Eau bouillante salée. • 3 à 4 mn environ • Bien égoutter <p><u>.7/ Sauter au beurre</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Dans une poêle en Teflon, bien sauter au beurre durant 5mn afin d'obtenir un beau croustillant des spätzle. Servir aussitôt après cuisson
Cuisse de lapin	Kg	1.500			
(morceaux de 0.160 Kg)					
Huile d'olive	L	0.08			
Echalote	Kg	0.100			
Oignons	Kg	0.100			
Farine	Kg	0.060			
Bouquet garni	Pièce	1			
Ail	Gousse	4			
Romarin		PM			
Vin blanc	L	0.020			
Fond blanc de volaille	L	1.5			
<u>Finition :</u>					
Moutarde	Kg	0.050			
Crème épaisse	Kg	0.100			
<u>Assaisonnement :</u>					
Sel fin		PM			
Poivre blanc		PM			
Gros sel		PM			
<u>Spätzle :</u>					
Farine	Kg	0.800			
Œufs entiers	Pièces	8			
Sel fin		PM			
Muscade		PM			
Lait	L	0.40			
Beurre (pour cuisson)	Kg	0.100			

DRESSAGE :

- Dresser les cuisses légèrement en dôme dans un légumier ou dans une cocotte.
- Ajouter la sauce et décorer avec des branches de romarin.
- Disposer le légumier ou la cocotte sur un dessous de plat recouvert d'un papier gaufré.