

Rouleau de printemps au gingembre

CFA Régional de l'Académie de Nice Paul Augier

Méthode d'élaboration

Ingrédients pour 8 Personnes

Préparation : Cuisson :

	Produits	Unité	Quantité	Prix Unitaire	Prix Total
1/ Préparer la garniture des rouleaux	Galette de riz	Pièce	16		
Sauter une julienne de légumes: Tailler en julienne les carottes et les courgettes et les mélanger. Les sauter ensemble quelques secondes à feu vif avec l'huile de sésame. Ajouter quelques gouttes de sauce de soja dans la poêle et enrober les légumes. Veiller à les garder croquants. Rectifier l'assaisonnement si besoin. Débarasser la julienne et la refroidir en cellule dans une passoire ou un bac troué.	Carotte	Kg	0,160		
Appréter les autres garnitures: Concasser les arachides, équeuter et blanchir le soja 1 mn à l'eau bouillante, concasser la coriandre.	Courgette	Kg	0,160		
Hydrater les vermicelles: Verser de l'eau bouillante sur les vermicelles et les laisser s'hydrater quelques mn hors du feu. Lorsqu'ils sont moelleux, les égoutter, les raccourcir avec des ciseaux. Les mélanger aussitôt à la julienne et aux autres garnitures à l'aide d'un diapason. Rectifier l'assaisonnement et ajouter un peu de sauce soja si nécessaire.	Huile de sésame	L	0,040		
Terminer les garnitures: Décortiquer les crevettes, équeuter la menthe. Trier la laitue en supprimant les côtes.	Sauce soja	L	0,030		
2/ Façonner les rouleaux	Vermicelle de riz	Kg	0,080		
Rectifier l'assaisonnement. Rouler les garnitures dans les galettes de riz hydratées à l'eau chaude.	Arachide	Kg	0,040		
3/ Préparer la sauce	Soya frais	Kg	0,080		
Monder, épépiner, concasser les tomates. Hacher le gingembre. Cuire le sucre et le vinaigre au caramel (gastrique). Ajouter le fonds blanc, le gingembre et les tomates. Bouillir 3 mn, mixer. Ajouter la sauce soja, le curry et saler. Refroidir en cellule.	Coriandre	Botte	1/2		
4/ Préparer l'accompagnement	Crevette Bouquet	Kg	0,800		
Trier, laver la laitue. Préparer des brins de menthe.	Menthe	Botte	1/2		
5/ Dresser	Laitue	Pièce	1/2		
Dresser un premier rouleau de printemps et un second, coupé en biseau. Accompagner de sauce gingembre, de feuilles de laitue et d'un brin de menthe.					
					Coût Matières Premières total :
					Coût Matières Premières Portion :



Argumentation Commerciale