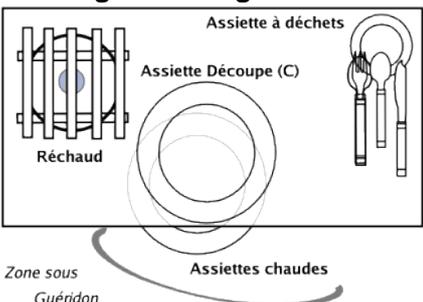
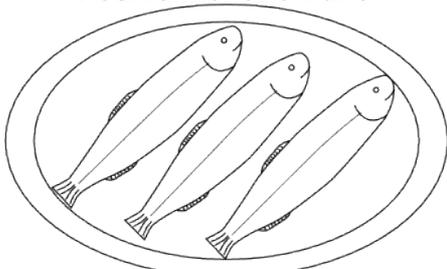
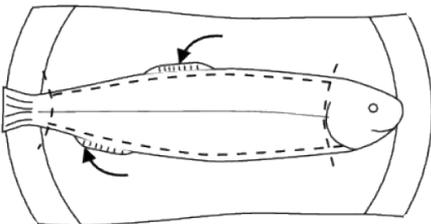
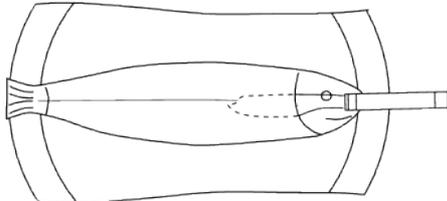


FICHE TECHNIQUE DE PREPARATION

<p>Durée de réalisation Environ 3 minutes par truite</p> <p>Lieu de réalisation Salle restaurant</p>	<p>Objectif Réaliser le filetage d'une truite pochée dans un court bouillon.</p> <p>Pré-requis Organisation simple du guéridon, connaissances des produits</p>	<p>THEME Truite Pochée</p>
<p>Description C'est une truite pochée dans un court bouillon parfumé et accompagnée d'un beurre fondu.</p> <p>Points d'argumentation Fraîcheur de la truite, chair fondante par une cuisson courte, peu d'arrêtes, diététique sans le beurre fondu.</p>	<p>Matériel</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 Réchaud - 1 Pince + couteau de table - 1 Cuillère à entremets - 1 Assiette à déchets <p>Couverts à poissons pour le service.</p>	<p>Arrive du passe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les truites en poissonnière ou en plat à sabots dans le court bouillon de cuisson. - Le beurre fondu en saucière - les assiettes chaudes clients + une assiette de découpe. <p>Prix brut</p> <ul style="list-style-type: none"> - Truite portion : - Beurre fondu :

DEROULEMENT DE LA PREPARATION

ETAPES	METHODE	OBJECTIFS
<p>Organiser le guéridon</p>  <p>Zone sous Guéridon</p>	<p>Disposition du matériel sur le guéridon selon le schéma ci-contre. Les assiettes chaudes sont indiquées mais elles ne seront apportées qu'en même temps que les truites.</p>	<p>Un filetage doit être rapide, un guéridon organisé améliore l'efficacité.</p>
<p>Positionner une truite</p> 	<p>Présenter le plat et le déposer sur le réchaud. Placer une truite dans l'assiette de découpe, tête à droite, ventre vers soi.</p>	<p>Le réchaud permet de maintenir au chaud les truites.</p>
<p>Inciser et retirer la peau</p>  <p style="text-align: center;"><i>figure 3</i></p>	<p>Inciser la peau au niveau de la tête et de la queue, puis tout au long du dos et du ventre (suivre les pointillés). Éventuellement, on peut écarter les petites arêtes dorsales et ventrales avec la pince (indiqué selon les flèches en figure 3).</p> <p>Glisser la lame du couteau entre la chair et la peau en partant de la tête vers la queue (figure 4). Soulever délicatement, la peau se détache sans effort.</p>	<p>Bien inciser (sans exagération) la peau. La peau de la truite est assez fragile, la détacher sans la casser permet de gagner du temps.</p> <p>Note : vous poser la truite tête à gauche si elle se présente de la sorte dans le plat, puis faire pivoter l'assiette.</p>
<p>Retourner la truite</p>  <p style="text-align: center;"><i>figure 4</i></p>	<p>A l'aide de la pince, retourner la truite. Enlever la peau en suivant la même procédure.</p> <p>Remettre la truite dans le plat et répéter l'opération sur les truites restantes.</p>	<p>La truite est un poisson fragile, il ne faut pas la casser en la retournant. Pour cela, mettre la cuillère le long du dos et la fourchette contre le ventre, puis la retourner.</p>
<p>Dresser les assiettes</p>	<p>Saisir la truite dans le plat en faisant glisser la pince dessous.</p> <p>Dresser la truite dans l'assiette, tête à gauche.</p> <p>Ajouter les éléments de décoration (persil, rondelle de carotte)</p> <p>Servir le beurre fondu à l'anglaise.</p>	<p>Ne pas casser la truite lors du transport dans l'assiette.</p>