

# BON D'ECONOMAT CONCOURS JEUNES ESPOIRS 2018

VIANDES		B.O.F	
<b>DESIGNATION</b>	<b>QUANTITE</b>	Parmesan	100 g
Poulet fermier effilé env. 1,7 kg	2 pièces	Crème liquide 35% de MG	3 litres
Filet de poulet	300 g	Lait entier	3 litres
Foie de canard maigre	750 g	Beurre	500 g
Foie gras	400 g	Œufs	18 pièces
Ris de veau	500g		
Epaule de porc	500g		
Poitrine de porc	2kg		
Gorge de porc	500 g	<b>ALCOOLS</b>	
Saindoux	500 g	Noilly Prat	250 g
Barde	1pièce	Vin blanc sec	1 litre
Bardière	1kg	Porto rouge	100 g
Chorizo	500g	Cognac	100 g
POISSONS			
Queue de lotte en filet	1kg	<b>ÉPICERIE - PRODUITS SECS</b>	
Filet de saumon	300 g	<b>DESIGNATION</b>	<b>QUANTITE</b>
LEGUMES & FRUITS			
<b>DESIGNATION</b>	<b>QUANTITE</b>	Sel de Guérande	200 g
		Sel nitré	200 g
Cèpes surgelés	250g	Poivre blanc moulu	30 g
Trompette de la mort	50g	Poivre en grain	25 g
Champignon de Paris	250g	Clou de girofle	10 g
Pleurote	150 g	4 épices	20 g
Tomate	5	Piment d'espelette	10 g
Aubergine	1	Muscade	10 g
Poivron rouge	1	Cannelle poudre	20 g
Céleri branche	3 branches	Huile d'olive	1 Btl de 70 cl
Epinard	250 g	Huile neutre	1 litre
Carotte	400 g	Concentré de tomates	100 g
Courgette	1 pièce	Pistache	50 g
Poireau entier	2 pièces	Miel	QSP
Betterave crue	1	Moutarde	QSP
Navet	500 g	Pignon de pin	50 g
<b>Citron vert</b>	<b>3 pièces</b>	Graine de Sésame blanc	150 g
<b>Orange</b>	<b>3 pièces</b>	Pavot noir	50 g
<b>Pamplemousse</b>	<b>1 pièce</b>	Sucre semoule	250 g
Oignon fane	5 pièces	Gelée blanche poudre	400g
Oignon	500 g	Gélatine poudre	200 g
Echalote	200 g	Gélatine feuille	10 pièces
Ail	50 g	Farine	1kg
Thym frais	1/2 botte	Fécule	100 g
Laurier frais	1/2 botte	Levure boulanger	1 cube de 50g
Coriandre fraîche	1/2 botte	Pain de mie	2 plaques
Persil plat	1/2 botte		
Cerfeuil	1/2 botte		
Ciboulette	1 botte		

