

Gaspacho de concombre et betterave

CFA Régional de L'Académie de Nice Paul Augier

Ingrédients pour 8 Personnes

Méthode d'élaboration

Préparation : Cuisson :

| | Produits | Unité | Quantité | Prix Unitaire | Prix Total |
|------------------------------------------------------------------|--------------------|-------|----------|------------------|------------|
| 1/ Réaliser le gaspacho | | | | | |
| Eplucher les concombres. Les couper en deux dans la longueur. | Concombre | Pièce | 2,500 | | |
| Les épépiner avec une cuillère à café. Les saler et les laisser | Crème | L | 0,240 | | |
| dégorger environ 20 mn dans une passoire ou une plaque | Menthe | Botte | 1/2 | | |
| trouée. Bouillir la crème avec la menthe. La faire infuser hors | Sel fin | Kg | Pm | | |
| du feu et à couvert jusqu'à refroidissement. La passer au | Poivre moulu blanc | Kg | Pm | | |
| chinois. Mixer crème, concombre, assaisonnement et huile | huile olive | L | Pm | | |
| 2/ Les dés de tomate, Les poivrons en brunoise | | | | | |
| Tailler les dés de tomate | | | | | |
| Monder les tomates. Les couper en quartiers, les épépiner et | Poivron | Kg | 0,120 | | |
| les tailler en dés de 3 mm de côté. | Tomate | Kg | 0,120 | | |
| Monder les poivrons et les tailler en brunoise | | | | | |
| Noircir uniformément les poivrons à la flamme. Les envelopper | | | | | |
| encore chauds de papier aluminium. Retirer la peau au bout de | | | | | |
| quelques minutes sous un filet d'eau froide, au-dessus d'un | | | | | |
| chinois. Tailler les poivrons en brunoise. | | | | | |
| 4/ Réaliser une purée de betterave | | | | | |
| Tailler les betteraves en mirepoix. Les débarrasser dans un | Betterave cuite | Kg | 0,500 | | |
| bahut. Ajouter sel, poivre, ail dégermé et haché, huile d'olive, | Citron | Pièce | 1 | | |
| vinaigre de Xérès et jus de citron. Mixer le tout. | Ail | Kg | 0,010 | | |
| | Vinaigre de Xérès | L | 0,010 | | |
| | Huile olive | L | 0,040 | | |
| | Sel fin, poivre | Kg | Pm | | |
| 5/ Réaliser une tuile au sésame | | | | | |
| Ramollir le beurre en pommade. Adjoindre à la spatule | Farine T55 | Kg | 0,020 | | |
| maïzena, farine, huile d'olive et blanc d'œuf. Assaisonner. Avec | Maïzena | Kg | 0,020 | | |
| une cuillère, coucher sur une plaque beurrée des tuiles de 7 cm | Beurre | Kg | 0,040 | | |
| de long, 3 cm de large et 2 mm d'épaisseur. Parsemer de | Blanc d'œuf | L | 0,020 | | |
| sésame. Cuire au four 5 à 6 mn à 180°C ; elles doivent être | Huile olive | L | 0,010 | | |
| dorées. | Sésame | Kg | Pm | | |
| | Sel fin, poivre | Kg | Pm | | |
| | Muscade | Kg | Pm | | |
| Finition et Dressage | | | | | |
| Répartir la purée de betterave au fond des verres. Verser le | | | | | |
| gaspacho. Ajouter les dés de tomate et de poivron. | | | | | |
| Agrémenter d'une tuile. Celle-ci peut être piquée dans un petit | | | | | |
| sode de beurre. | | | | | |
| Coût Matières Premières total : | | | | | |
| Coût Matières Premières Portion : | | | | | ##### |



Argumentation Commerciale

