Intitulé du plat	Type de plat
Carpaccio de bœuf tataki saveur umami	

Fiche technique de fabrication-bon économat.

N° de référence		Nombre de couverts
		4

Denrées	Unité	Qté
Filet de bœuf	gr	400
Sauce soja	C à s	4
mirin	C à s	2
saké	C à s	2
Facultatif : sucre	C à c	1
Huile d'olive ou de sésame	cl	10
garniture		
Oignon rouge	pc	1
laitue	pc	1
tomates	pc	2
ciboulette	bt	1
Feuilles de pousses de shiso, baies ou fruits rouge		
Sauce ponzu à part		

N°	Phases techniques	Temps
1.1	• Reposer le filet à température ambiante. Huiler légèrement le bœuf au pinceau avec de l'huile végétale, saler, poivrer. Saisir la viande uniformément, réserver. • Dégraisser la poêle. Ajouter le mirin, le saké et le sucre, frémir quelques minutes. Ajouter la sauce soja et faites réduire 5 minutes. Refroidir, mettre la viande et la sauce dans un sac congélation ou sous vide. • Mettre au frigo. • Nettoyer, détailler les crudités de votre choix. • Couper la viande en tranches très fines. • Servir les crudités au centre de l'assiette. Disposer le carpaccio en couronne sur tout le bord de l'assiette. • Versez la sauce de marinade sur l'ensemble. • Servir à part la sauce ponzu	
1.2		
1.3		
1.4		
1.5		
1.6		
1.7		
1.8		
1.9		
1.10		

Schéma ou dessin ou photo