

Intitulé du plat			Type de plat		
Chicon ou witloof au miel					
Fiche technique de fabrication-bon économat.					
N° de référence				Nombre de couverts	
				4	
Denrées	Unité	Qté	N°	Phases techniques	Temps
chicons	pc	4	1.1	<ul style="list-style-type: none"> Eplucher et hacher les échalotes. Nettoyer les chicons (taille : moyennes, ne pas laisser séjourner dans l'eau citronnée). Egoutter, supprimer la partie rougeâtre située à la base. On laisse une fine pellicule du collet afin de ne pas détacher les feuilles. Enlever les premières feuilles si nécessaires. Enlever le cône (centre bas du chicon). Faire colorer les chicons (feu vif), avec la m.g. Ajouter et suer les échalotes. Déglacer avec un trait de citron ou vinaigre. Mouiller avec la moitié du jus de veau. Ajouter le miel. Assaisonner. Recouvrir d'un papier sulfurisé ou couvercle. Cuire +/- 15 min à couvert et 5min à découvert et vérifier le mouillement durant la cuisson. Découvrir, rectifier l'épaisseur du jus de cuisson voulu voir glacer. Rectifier l'assaisonnement. 	
échalotes	pc	2	1.2		
Fond de veau	cl	20	1.3		
miel	C à s	2	1.4		
citron	pc	1	1.5		
beurre	gr	40	1.6		
Sel, poivre		pm	1.7		
<i>variantes</i>			1.8		
<ul style="list-style-type: none"> Miel : acacia, thym, romarin, ... Un trait de vinaigre ex : balsamique peu remplacer le citron. 			1.9		
			1.10		
Schéma ou dessin ou photo					
					