

Intitulé du plat			Type de plat		
Tomate provençale { avec persillade avec / sans moutarde }					
Fiche technique de fabrication-bon économat.					
N° de référence				Nombre de couverts	
				4	
Denrées	Unité	Qté	N°	Phases techniques	Temps
tomates	pc	4	1.1	<ul style="list-style-type: none"> Nettoyer, effeuiller, hacher le persil. Eplucher, dégermer, hacher les gousses d'aïl. Débarrasser la persillade avec la chapelure dans un bassin. Couper les tomates en deux. Disposer les tomates sur une plaque légèrement huilée. Assaisonner. Variante : moutarder le dessus des tomates avant de persiller. Parsemer la persillade sur les tomates. Arroser les tomates d'un filet d'huile d'olive. Cuire à 180°C +/- 15 min. 	
persil	botte	1/2			
Aïl (gousses)	pc	2			
chapelure	gr	100	1.2		
Huile d'olive	cl	10			
Sel, poivre		pm			
<i>variante</i>			1.3		
moutarde	gr	50			
			1.4		
			1.5		
			1.6		
			1.7		
			1.8		
			1.9		
			1.10		
Schéma ou dessin ou photo					
					