Intitulé du plat	Type de plat
Tomates provençales (aïl, persil, chapelure)	

Fiche technique de fabrication-bon économat.

N° de référence		Nombre de couverts
		4

Denrées	Unité	Qté
tomates	pc	4
Aïl (gousses)	pc	2
chapelure	C à s	4
persil	bt	1/4
Huile d'olive		pm
Sel, poivre		pm

N°	Phases techniques	Temps
1.1	• Laver les tomates, enlever le pédoncule avec un couteau d'office.	
1.2	• Les couper en 2 dans le sens de la hauteur. • Éplucher, dégermer, hacher les gousses d'aïl.	
1.3	• Nettoyer et hacher le persil. • Mélanger ensemble le persil, la chapelure, l'aïl haché et assaisonner.	
1.4	• Saupoudrer sur les tomates en les répartissant bien sur toute la surface. • Les déposer dans un plat à gratin ou un plat allant au four huilé ou beurré.	
1.5	• Arroser le tout d'un filet d'huile d'olive. • Cuire pendant +- 20 min à 210°C.	
1.6		
1.7		
1.8		
1.9		
1.10		
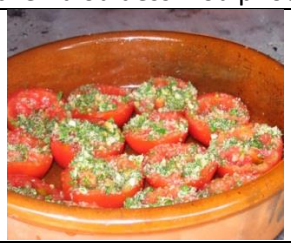
Schéma ou dessin ou photo