

Intitulé du plat			Type de plat			
Magret de canard cuisson sous vide à base température						
Fiche technique de fabrication-bon économat.						
N° de référence				Nombre de couverts		
				4		
Denrées	Unité	Qté	N°	Phases techniques	Temps	
Magrets de canard	pc	3	1.1	<ul style="list-style-type: none"> • Parer les bords gras des magrets. • Inciser la surface de la graisse en croisillons. • Poser les magrets côté peau sur une poêle chaude. • Les magrets se rétractent. Production de gras donc dégraissage partiel au retournement. • Mettre en sachet. • Poivrer et mettre (garniture ou sauce). • Mettre sous vide. • Enfourner dans un four mixte ou les immerger dans le bain-marie, 57°c laisser cuire 50 min. 		
Poivre (moulin)		pm	1.2			
Sel ou fleur de sel		pm	1.3			
			1.4			
			1.5			
			1.6			
			1.7		<p>Service :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Chauffer une poêle, rectifier la sauce ou garniture. 	
			1.8		<ul style="list-style-type: none"> • Éponger les magrets avec du papier absorbant et marquer d’abord côté graisse ensuite côté chair. 	
			1.9		<ul style="list-style-type: none"> • Trancher, saler et servir ou saucer et/ou sauce à part 	
			1.10			
Schéma ou dessin ou photo						