Intitulé du plat	Type de plat
Oiseaux sans tête ou paupiettes à la moutarde {bière – moutarde)	
Fiche technique de fabrication-bon économat.	
N° de référence	Nombre de couverts
	4

Denrées	Unité	Qté
Oiseaux sans tête	Pc	4
Oignons	Pc	2
Bière	Cl	25
Beurre	Gr	80
Moutarde	C à s	2
Sel, poivre, muscade		Pm
Fac : maïzena, ..crème		

N°	Phases techniques	Temps
1.1	• Peler, hacher les oignons. • Faire colorer les oiseaux sans tête, puis les enlever et les réserver. • Suer 5 min, à feu doux les oignons dans la cuisson des oiseaux. • Mouiller à la bière, assaisonner, porter à ébullition. • Couvrir, mijoter pendant +/- 30 min à feu doux. • Enlever les oiseaux, réserver au chaud. • Ajouter la moutarde à la sauce et épaissir éventuellement à la maïzena délayée à l'eau ou un peu de roux. • Rectifier l'assaisonnement. • Dresser les oiseaux sans tête, nappés de sauce. • Garnir de persil haché.	
1.2		
1.3		
1.4		
1.5		
1.6		
1.7		
1.8		
1.9		
1.10		

Schéma ou dessin ou photo