Intitulé du plat	Type de plat
Steak haché (oignons – œuf)	

Fiche technique de fabrication-bon économat.

N° de référence		Nombre de couverts
		4

Denrées	Unité	Qté
Hachés ou steak hachés	gr	700
Oignons	pc	2
Œuf	pc	1
Persil	Bq	1/4
Huile d'olive	cl	20
Sel, poivre		pm
Crème	cl	10
Facultatif		
Cumin, paprika		Pm

N°	Phases techniques	Temps
1.1	• Peler, hacher un oignon et émincer le 2. • Suer l'oignon hacher, réserver. • Nettoyer, concasser le persil, mélanger la viande hachée, l'oignon sué, le persil, l'œuf. • « Facultatif » Ajouter 1 Cuil. à café d'huile d'olive, le paprika, le cumin, le sel et le poivre. Mélanger et diviser en 4 parties égales. • Reconstituer les steaks hachés avec les mains ou mettre en forme avec pressoir ou cercle. • Chauffer une poêle avec de l'huile, saisir les steaks. Les réserver. • Caraméliser alors l'oignon émincé. • Verser un peu de crème, déglacer ainsi les sucs de viande ou simplement déglacer à l'eau ou avec un trait de vinaigre, rectifier. Napper cette sauce sur les steaks et servir avec une salade.	
1.2		
1.3		
1.4		
1.5		
1.6		
1.7		
1.8		
1.9		
1.10		

Schéma ou dessin ou photo