Intitulé du plat	Type de plat
Sauce provençale	

Fiche technique de fabrication-bon économat.

N° de référence		Nombre de couverts
		+/- 3 litres

Denrées	Unité	Qté
aubergines	pc	2
Poivron jaune	pc	1
Poivron rouge	pc	1
Tomates	pc	8
oignons	pc	2
Aïl (gousses)	pc	2
Coulis ou dés de tomates	L	1
courgettes	pc	2
Basilic ou fines herbes		pm
Huile d'olive	cl	15
b.g.	pc	1
Sel, poivre		pm
facultatif		
Vin blanc sec	cl	20

N°	Phases techniques	Temps
1.1	• Eplucher, émincer les oignons. • Epépiner et nettoyer les poivrons. • Emincer les poivrons en julienne. • Découper en cubes les aubergines et les courgettes. • Eplucher, dégermer, hacher l'ail et le basilic. • Emonder les tomates et de préférence les épépiner, et les découper en cubes. • Faire chauffer l'huile d'olive. • Faire suer les oignons jusqu'à ce qu'ils soient dorés. • Ajouter les poivrons, les aubergines et les courgettes. • Laisser mijoter pendant 15 min en remuant de temps en temps. • Ajouter les tomates et l'ail et laisser mijoter 10 min. • Ajouter le coulis de tomate, le vin blanc, le b.g. • Mélanger, laisser mijoter 20 min. • Rectifier l'assaisonnement. • Ajouter le basilic et éventuellement un émietté de thym ou autre fines herbes de saison hachée.	
1.2		
1.3		
1.4		
1.5		
1.6		
1.7		
1.8		
1.9		
1.10		

Schéma ou dessin ou photo