

**Pavés de saumon en croûte de sésame,
Blettes et gaufres de pommes de terre aux herbes
8 couverts**



DENRÉES	UNITÉS	QUANTITÉ	DÉROULEMENT
BASE			Base :
Pavé de saumon (120GR)	Pce	8	Assaisonner les pavés, mélanger le miel avec la sauce soja et le ketchup. Mélanger les graines de sésame et paner les pavés de saumon
Miel	Kg	0,060	
Sauce soja	L	0,060	
Sésame noir	Kg	0,050	
Sésame blond	Kg	0,050	
Ketchup	Pm	Pm	
Sel, poivre	Pm	Pm	
SAUCE TERIYAKI			Sauce teriyaki:
Sauce soja	L	0,060	Mélanger tous les ingrédients, ail hachée et laisser réduire jusqu'à consistance nappante, ne pas saler au départ !
Ail	Kg	0,020	Blettes provençales: Trier les blettes (tiges et feuilles) Couper les tiges de blettes en sifflets et cuire dans le fond de volaille. Émincer les feuilles et sauter à l'huile d'olive. Émincer les tomates séchées. Sauter les pignons à sec dans une poêle et rajouter les blettes égouttées et tomates.
Miel	Kg	0,060	
Eau	L	0,25	
Sucre roux	Kg	0,040	
BLETTES PROVENCALES			
Blettes	Kg	1,6	Gaufres de pommes de terre : Éplucher et cuire les pommes de terre. Éplucher, ciseler et suer les oignons, ciseler une demi botte d'aneth. Egouter les pommes de terre et réaliser une purée ferme avec le lait et ajouter l'oignon et aneth. Ajouter la farine, la levure et les œufs. Chauffer le gaufrier et cuire les gaufres de pomme de terre , légère coloration.
Fond de volaille	L	1	
Pignon de pin	Kg	0,050	
Tomates séchées	Kg	1 petit pot	
Huile d'olive	L	0,050	
GAUFRES DE POMMES DE TERRE A L'ANETH			Cuisson saumon :
Pommes de terre	Kg	1	Cuire au four bien chaud, 180°C, cuisson à cœur environ 50°C
Oignon	Kg	0,200	Dressage : Couper une gaufre en deux, disposer en assiette avec le pavé de saumon, les blettes autour et décorer avec un peu de sauce et un beau brun d'aneth.
Beurre	Kg	0,060	
Lait	L	0,200	
Farine	Kg	0,090	
Levure chimique	Pce	1	
Œufs entiers	Pce	4	
Aneth	Botte	0,5	
PRÉSENTATION			
Aneth	Botte	0,5	
Notes personnelle :			