

FICHE N°

CHAMPIGNONS À LA GRECQUE

Légumes cuits dans un liquide à base d'huile d'olive, de vin blanc, aromatisé et condimenté, refroidis et servis avec le jus de cuisson réduit en guise d'assaisonnement

Ingrédients pour 8 couverts

Technique de réalisation

	Unités	Quantité	P.U	P.T.	
<u>Éléments de base</u>					<p>1. Mettre en place le poste de travail.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage. <p>2. Préparer les légumes.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eplucher et laver les oignons. • Confectionner le bouquet garni. • Eplucher, laver et éliminer le germe des gousses d'ail. • Envelopper dans une mousseline ou dans une « gaze hydrophile » les 2/3 des grains de poivre et de coriandre, et les gousses d'ail. • Ficeler hermétiquement le « sac aromatique » (pour éviter d'avoir l'intégralité des grains dans l'assiette). • Eplucher, laver soigneusement et escaloper les champignons ou les couper en quartiers. <p>3. Marquer les légumes en cuisson.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mettre en cocotte l'huile, le vin, le concentré de tomate et cuire 10 min. • Y déposer tous les légumes et éléments aromatiques. • Cuire rapidement pendant 5 à 6 min. • Enlever le couvercle pour terminer la cuisson (+/- 25 min.) et évaporer l'eau de végétation. • Assaisonner • Éliminer le bouquet garni et le sac aromatique • Débarrasser. <p>4. Dresser les légumes à la grecque</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les dresser harmonieusement en ravers. • Décorer facultativement avec des demi-rondelles de citron cannelées.
– Champignons de Paris	kg	1			
– Oignons grelots	g	200			
– Fenouil	g	100			
– Concentré de tomates	g	100			
– Olives noires dénoyautées	g	100			
– Huile d'olives	ml	150			
– Vin blanc	ml	500			
– Bouquet garni	pièce	1			
– Ail (facultatif)	gousse	2			
<u>Assaisonnement</u>					
– Sel		PM			
– Poivre en grains		PM			
– Coriandre		PM			
<u>Décor (facultatif)</u>					
– Citron	pièce	1			