

Plat N°		Feuilleté de truite		Nb de couverts : 4	
Denrées	U	Qté		Phases techniques	
BASE				Réaliser la pate feuilletée :	
Farine Type 45	Kilo	0.3		FARINE +EAU =DETREMPE BEURRE = ½ POIDS DE LA DETREMPE	
eau	litre	0.15		Mélanger la farine et l'eau, reposer au frais. Etaler en rectangle, mettre le beurre au milieu, recouvrir de pate, étaler, plier en 3, tourner une fois à droite, étaler à nouveau.	
Margarine Feuilletage ou beurre	Kilo	0.225		Mettre au frais 1/2heure, recommencer à étaler, replier en 3, tourner encore vers la droite.	
GARNITURES				Remettre au frais 1/2 heure, finir en étalant puis en pliant en 3 une dernière fois.	
Truite filets ou entière	Kilo	0.5		Laisser reposer encore une fois avant utilisation.	
Côtes de Blettes ou poireaux	Kilo	0.5		.Lever les filets de truite, les désarêter, enlever le nerf rouge(partie grise du filet), les parer, mettre au frais.	
Ciboulette (botte) ou ail des ours	Pièce	1		Laver, préparer les blettes, les émincer, sauter au beurre les feuilles, Blanchir les cotes, les rajouter aux feuilles, assaisonner, égoutter et réserver.	
				<ul style="list-style-type: none"> • Abaisser la pâte feuilletée à 3 mm d'épaisseur. • Lui donner la forme d'un grand rectangle de 30 cm de longueur sur 15 cm de largeur. • Partager l'abaisse en 2 dans le sens de la longueur. • Retourner la première abaisse et la disposer sur une plaque à pâtisserie humidifiée. • Dorer ou mouiller le pourtour et garnir le milieu de blettes, surmonter des filets de truite, assaisonner. 	
SAUCE				6. Préparer la 2ème abaisse de pâte feuilletée.	
Echalote	Kilo	0.04		<ul style="list-style-type: none"> • La fariner légèrement et la plier en deux dans le sens de la largeur. • Inciser la pliure à l'aide du talon d'un couteau de manière à imiter une jalousie (persienne ajourée). • Déplier la bande incisée et la déposer, sans la déformer, sur la 1ère abaisse garnie de farce. • Centrer, souder et chiqueter les bords, puis dorer à l'oeuf entier. • Raffermer en enceinte réfrigérée, dorer une 2ème fois à l'oeuf et cuire au four à 200°C thermostat 6/7 durant 25 à 30 min. 	
Sel Fin	Kilo	0.005		7. Réaliser le beurre blanc à l'ail des ours.	
Vin blanc (cuisine)	Litre	0.1		<ul style="list-style-type: none"> • Utiliser 0,040 kg d'échalotes grises, 0,10 l de vin blanc, 0,05 l de vinaigre de vin blanc et 0,200 kg de beurre extra-fin. • Ajouter un petit bottillon d'ail des ours finement ciselé. • Dresser. 	
Vinaigre Alcool blanc 8°	Litre	0.05			
Beurre Doux	Kilo	0.2			