

FICHE TECHNIQUE DE FABRICATION

NOMBRE DE PORTIONS : 8 couverts

**INTITULE DU PLAT : Navarin d'agneau printanier
(p. 906 & 907)**



Objectifs d'apprentissage:

- Réaliser un ragoût à brun (p.523)
<http://webtv.ac-versailles.fr/restauration/Ragout-a-brun-navarin-d-agneau>
- Singer
<http://webtv.ac-versailles.fr/restauration/Singer>
- Tourner des pommes de terre (p.157)
www.editions-bpi.fr/qr/35639
- Glacer des petits légumes à blanc (p.451)
www.editions-bpi.fr/qr/19668

DENREES	UNITES	QUANTITES	PHASE TECHNIQUE DE REALISATION
<u>Ragoût à brun :</u>			<p><u>.1/ Vérifier et parer la viande si nécessaire</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • La réserver en enceinte réfrigérée. <p><u>.2/ Préparer la garniture aromatique</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Eplucher, laver les pommes de terre et les oignons. • Ciseler les oignons et tourner les pommes de terre • Laver, équeuter le persil et confectionner le bouquet garni. • Eplucher, laver, dégermer et écraser les gousses d'ail. <p><u>.3/ Cuire le ragoût à brun (Navarin)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Rissoler la viande dans une grande sauteuse avec de l'huile. • Ajouter la garniture aromatique et la laisser suer à feu doux pendant quelques minutes. • Dégraisser soigneusement. • Singer (saupoudrer de farine) et torrifier la farine en plaçant la sauteuse dans un four très chaud durant quelques minutes. • Ajouter le concentré de tomate et mélanger à l'aide d'une petite écumoire. • Mouiller avec de l'eau froide et porter à ébullition. • Ajouter l'ail et le bouquet garni. • Assaisonner, essuyer soigneusement les bords du plat et cuire le navarin à couvert au four à 200 °C pendant 35 à 40 min environ. • Le décanter et lui ajouter les pommes de terre tournées et blanchies. Poursuivre la cuisson 20 mn. <p><u>.4/ Préparer et cuire la garniture «aux primeurs»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Eplucher, laver et tourner de la grosseur de pommes cocotte (grosses olives) les carottes et les navets. • Les glacer à blanc séparément avec du beurre et une pincée de sucre. • Eplucher, laver et glacer à brun les petits oignons avec du beurre et une pincée de sucre. • Cuire séparément à l'anglaise les petits pois et les haricots verts. • Les rafraîchir et les égoutter. <p><u>.5/ Vérifier et terminer le navarin «aux primeurs»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • S'assurer de la cuisson de la viande et des pommes de terre, vérifier l'assaisonnement, la couleur et l'onctuosité de la sauce. • La dégraisser soigneusement si nécessaire. • Ajouter les carottes et les navets glacés et laisser mijoter durant quelques minutes. • Les haricots verts et les petits pois sont réchauffés au dernier moment en chauffante (eau bouillante salée), afin qu'ils puissent garder leur couleur initiale.
Epaulé d'agneau parée (morceaux de 0.050 Kg)	Kg	1.800	
Huile	L	0.08	
Oignons	Kg	0.200	
Farine	Kg	0.060	
Concentré de tomate	Kg	0.040	
Bouquet garni	Pièce	1	
Ail	Gousse	4	
<u>Garniture Primeur :</u>			
Pommes de terre	Kg	1	
Carottes	Kg	0.400	
Navets	Kg	0.400	
Beurre	Kg	0.050	
Sucre		PM	
Petits oignons	Kg	0.250	
Beurre	Kg	0.025	
Sucre		PM	
Petits pois surgelés	Kg	0.100	
Haricots verts surgelés	Kg	0.150	
<u>Assaisonnement :</u>			
Sel fin		PM	
Poivre blanc		PM	
Gros sel		PM	

DRESSAGE :

- Dresser la viande légèrement en dôme dans un légumier ou dans une cocotte.
- Disposer harmonieusement les pommes de terre et les petits légumes sur le dessus.
- Ajouter la sauce et saupoudrer sans excès de persil haché.
- Disposer le légumier ou la cocotte sur un dessous de plat recouvert d'un papier gaufré.