

2,4



Campus de Turisme, Hoteleria i Gastronomia



GRAU DE CIÈNCIES CULINÀRIES I GASTRONÒMIQUES

ASIGNATURA: Elaboracions culinàries a la restauració comercial

PROFESOR/A: Fernando M-C Revuelta / Felipe Celis / Arnau Sánchez

MODEL | **A**

APELLIDOS Y NOMBRE:

DNI:

CURSO/GRUPO: 3 G C C G

PREGUNTA 1. Completa la siguiente Ficha técnica, rellenando los espacios en blanco y realiza el escandallo para 4 personas. Para poderlo completar, encontraréis un cuadro con los respectivos precios/unidad de los ingredientes.

DENOMINACIÓN ELABORACIÓN		Raciones (R)	4
Rape con espinacas a la catalana			
Clasificación:	Pescado	Fecha última revisión:	11/04/2019
Posición en la carta:	2º	Ingrediente principal:	Rape
Observaciones:	Invierno	Ingrediente secundario:	Espinacas
Alérgenos	Fructes seques, Pescado Contiene gluten		+ OU + SOLPITS

1/2

ELABORACIONES PARA LA MISE-EN-PLACE	
DENOMINACIÓN	
1.	Piñones tostados
2.	Rape frito
3.	Espinacas a la catalana
4.	Huevo duro

Nº	1.- Piñones tostados	Cantidad (Kg ó unidades)
	Ingrediente /Calidad/ Presentación	
	Piñones	0,08 kg

PROCESADO
1. Repartir los piñones en una gastronorm plana 1x1. Tostarlos

Nº	2.- Rape frito	
Ingrediente /Calidad/ Presentación	Cantidad (Kg ó unidades)	
Rape	0,96 kg	
Harina floja	0,05 kg	
Sal	0,002 kg	
Pimienta negra molida	0,001 kg	
Aceite de girasol	C/S	

PROCESADO	
1.	Filetear el rape, racionar los lomos a 40g por unidad (3 unidades por ración)
2.	Salpimentar, enharinar y freír Evitar el exceso de grasa mediante papel secante. Reservar.

Nº	3.- Espinacas a la catalana	
Ingrediente /Calidad/ Presentación	Cantidad (Kg ó unidades)	
Espinacas frescas	0,8 kg	
Cebolla tierna	0,35 kg	
Pasas	0,08 kg	
Aceite de oliva	0,1 lt	
Sal	0,002 kg	
MOSCATELL DORADO	0,15	

PROCESADO	
1.	Limpiar la cebolla tierna, conservando la parte verde y blanca.
2.	Cortar ambas partes a rodajas de 1mm. Reservar.
3.	Limpiar con agua las hojas de espinaca y quitarles el tallo con cuidado de no romper la hoja. Reservar.
4.	Hidratar 20' las pasas en Moscatel. Colar y guardar el moscatel y las pasas por separado.
5.	Saltear en un wok a fuego fuerte la cebolla. Cuando esta pierda textura y antes de que adquiera color, añadir el moscatel de las pasas y las espinacas. Dar un par de vueltas, procurando que las espinacas no queden demasiado cocidas y conserven color y un punto crujiente.
6.	Añadir las pasas. Rectificar de sal.

Nº	5.- Huevo duro	
Ingrediente /Calidad/ Presentación	Cantidad (Kg ó unidades)	
Huevo fresco	2u	
Agua del grifo	0,5 kg	

PROCESADO
1. En un cazo, romper el hervor del agua.
2. Cuando el agua hierva, incorporar los huevos con cuidado para que no se agrieten.
3. Cocer durante 11'. Enfriar, pelar y cortar en 4 trozos iguales de manera vertical. Reservar en frío hasta el momento de su uso.

FINALIZACIÓN / ACABADO 1	Ración	1
Ingrediente /Calidad/ Presentación	Cantidad 1 ración (Kg ó u)	
Rape frito	3u (40g c/u)	
Espinacas a la catalana	0,150kg	
Huevo duro	2 trozos (cuartos)	
Piñones tostados	0,08	

✓ 0,1
0,02kg.

Procesos y emplatado
1. Poner una base de espinacas
2. Colocar 3 unidades de rape encima en
3. Decorar con 2 trozos de huevo duro
4. Espolvorear con los piñones tostados
5.
6.
7.

De que numero?
on?
0,1

MAQUINARIA /UTENSILIOS ESPECÍFICOS
Sartén /Parisién /Araña / Wok

VAJILLA
▪ Plato llano blanco de 20cm de diámetro

RAPE FRESCO	18 €	KGR
CEBOLLA TIERNA MANOJO	1,2 €	MANOJOS (0,5 kg/Manojo)
ESPINACAS FRESCAS	5 €	KGR
PASES SULTANAS 1KG	2,5 €	KGR
PIÑÓN NACIONAL	40 €	KGR
SAL YODADA COSTA 1KG	0,7 €	KGR
PIMIENTA NEGRA MOLIDA	10,5 €	KGR
ACEITE GIRASOL ALTO OLEICO	1,5 €	LITROS
ACEITE OLIVA GUSTOS (5L) BARGALLÓ	3,6 €	LITROS
MOSCATELL DORADO	2,7 €	BOTELLA (0,75 lt/ Botella)
HARINA FLOJA	0,8 €	KGR
HUEVO ROS L EXTRA FRESCO	0,09 €	UNIDAD (60 g / Unidad)

CONVERSIÓN PRECIOS A €/Kg ó L							
INGREDIENTE	Tipo envase	Precio envase	Unidad PR	Peso unidad (Kg)	Cantidad envase	Peso envase (Kg)	Precio Ing (€/kg)
Huevo		0,09	€	0,060	1	0,060	1,5
Cebolla	manat	1,2	manat	0,200	1	0,200	6
Moscatal	botella	2,7	€	0,75	1	0,75	3,6
AOVE	b						

Handwritten notes and corrections:

- Arrows pointing from the 'Cantidad envase' column to the 'Precio Ing' column for 'Cebolla' and 'Moscatal'.
- A large 'X' is drawn over the 'Cantidad envase' value '1' for 'Cebolla'.
- The handwritten value '0,5 kg.' is written below the 'Cantidad envase' column.
- Checkmarks (✓) are placed next to the 'Precio Ing' values: 1,5, 6, and 3,6.
- The handwritten value '2,4' is written next to the 'Precio Ing' value '6'.
- The handwritten value '1' is written at the bottom right.

ESCANDALLO						CETT <small>Campus de Turisme, Hoteleria i Gastronomia</small>		
DENOMINACIÓN ELABORACIÓN						Raciones (R)	4	
Rape con espinacas a la Catalana								
Clasificación:	Pescado		Fecha última revisión:		11/04/2019			
Posición en la carta:	2 ^a		Ingrediente principal:		Rape ✓			
Observaciones:	Invierno		Ingrediente secundario:		Espinacas			
ESCANDALLO								
INGREDIENTES	PESO BRUTO	UNIDAD Pb	MERMA	PESO NETO	UNIDAD Pn	PRECIO ingrediente	UNIDAD PRECIO	COSTE (€)
Denominación / calidad	PB	UPB	M%	PN	UPN	PR	UPR	Ci=PB*PR
Piñones	0,08	Kg	0%	0,08	Kg	40	€ / Kg	3,2
Rape	0,960	Kg	50%	0,480	Kg	18	€ / Kg	8,64
Harina	0,05	Kg	0%	0,050	Kg	0,8	€ / Kg	0,04
Sal	0,004	Kg	0%	0,004	Kg	0,7	€ / Kg	0,0028
Pimienta	0,001	Kg	0%	0,001	Kg	10,5	€ / Kg	0,0105
A. ajonjolí	-	-	-	-	-	-	-	-
A. Oliva	0,100	L	100%	0,100	L	3,6	€ / L	0,36
Espinacas	0,800	Kg	0%	0,800	Kg	5	€ / Kg	4
Challa	0,350	Kg		0,275		6	€ / Kg	1,65
Mozzarella	0,150		6%	0,090		3,6	€ / Kg	0,324
Huevo	0,225		-	0,225				0,180
PESO BRUTO TOTAL (Pbt)				PnTOTAL (Pnt)		COSTE TOTAL (Cti)		
				2,038 2,033	Kg			18,40
			MERMA COCCIÓN	60%				
			PESO NETO COCCIÓN	1,219	Kg	Cti x UNIDAD (Cti*u)		
			PESO NETO x PAX	0,300	Kg/ración	COSTE x RACIÓN		4,60
OBSERVACIONES:								

