

EVIDENCIA 1.1.
 Fitxa Tècnica +
 Escandall

NOTABLE

8,15

CETT

Campus
 de Turisme, Hoteleria
 i Gastronomia

UNIVERSITAT
 BARCELONA

GRAU DE CIÈNCIES CULINÀRIES I GASTRONÒMIQUES

ASIGNATURA: Elaboracions culinàries a la restauració comercial

[Empty box]

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

MODEL

A

APEL·

DNI:

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	Huevo cereales que contienen gluten y pescado, sulfito y sulfato.		

+ Peubos recos
 1,6

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 en el horno a 160°C por 8 minutos. ✓ 0,25

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 <i>en aceite a 180°C</i> Evitar el exceso de grasa mediante papel secante. Reservar. <i>¿cuánto tiempo?</i>

0,1

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	0,02 kg	

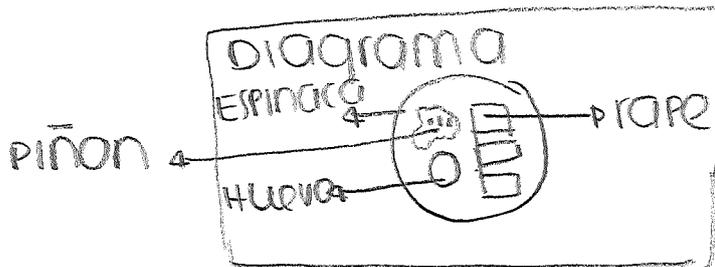
Procesos y emplatao (ver diagrama)
1. COLOCAR EL RAPE DE LADO DE DRECHO DEL PLATO
2. COLOCAR LAS ESPINACAS DE LADO IZQUIERDO SUPERIOR
3. COLOCAR EL HUEVO DE LADO IZQUIERDO INFERIOR
4. COLOCAR PIÑONES SOBRE LAS ESPINACAS
5.
6.
7.

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)
CEBOLLA	MANOJO	1,2 €	KG	1.000	0.500		2,40 € ✓
ACEITE O	BOTELLA	3,6 €	KG	1.000	5.000		0,72 € ✗
MOSCATO	BOTELLA	2,7 €	KG	1.000	0.750		3,60 € ✓
HUEVO	UNIDAD	0,09 €	KG	1.000	0.060		1,49 € ✓

1,5

DENOMINACIÓN ELABORACIÓN		Raciones (R)
RAPE con espinaca a la catalana		4
Clasificación:	POSCADO	Fecha última revisión: 11/09/2019
Posición en la carta:	2º	Ingrediente principal: RAPE
Observaciones:	Invierno	Ingrediente secundario: espinaca

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
PINON	0.080	KG	0%	0.080	KG	40.00	€/KG	3.20
RAPE	0.960	KG	50%	0.480	KG	18.00	€/KG	17.28
ALICAFIJO	0.050	KG	0%	0.050	KG	0.80	€/KG	0.04
SOL	0.007	KG	0%	0.007	KG	0.30	€/KG	0.0021
PINON	0.001	KG	0%	0.001	KG	10.50	€/KG	0.0105
ALICAFIJO	0.500	KG	0%	0.500	KG	1.50	€/KG	0.75
ESPINACA (COT.)	0.600	KG	0%	0.600	KG	4.92	€/KG	2.95
HUEVO	0.170	KG	0%	0.170	KG	1.99	€/KG	0.34
QUESO QUE	0.500	KG	0%	0.500	KG	-	€/KG	-
PESO BRUTO TOTAL (PBt)		2813		PnTOTAL (Pnt)	2333	Kg	COSTE TOTAL (Cti)	29.12 €
MERMA COCCIÓN				481				
PESO NETO COCCIÓN				1.700	Kg	Cti x UNIDAD (Cti*u)	70.10 €	
PESO NETO x PAX				0.300	Kg/ración	COSTE x RACIÓN	6.03 €	

OBSERVACIONES:

3

