



ICC 2021 - BON D'ECONOMAT POUR UNE ÉQUIPE

ÉPICERIE SÈCHE	quantité	LÉGUMES - FRUITS	quantité	VIANDE	quantité
Gros sel	1 kg	Carotte	2 kg	Poitrine de cochon parée	1 pièce de
Sel fin	1 kg	Tomate	2 kg		2,8 à 3 kg
Poivre blanc moulu	100 g	Courgette	4 pièces	Joue de cochon	500 g
Poivre blanc grain	50 g	Poivron rouge	2 pièces	Pieds de cochon	2
Poivre mignonette	25 g	Poivron vert	2 pièces	Filet de poulet	500 g
Muscade	10 g	Epinard branche	300 g	Gorge de cochon	1 kg
Vinaigre de xérès	50 cl	Poireau	6 pièces	Coppa	500 g
Vinaigre blanc	1 litre	Fenouil bulbe	2 pièces	Jambon 1 ^{er} cru	500 g
Piment d'Espelette	50 g	Chou vert	3 pièces	POISSON	quantité
Coriandre grain	15 g	Chou-fleur	1 pièce	Moule	2 kg
Fenouil grain	40 g	Pomme de terre (type charlotte)	1 kg	Queue de lotte	2 kg net
Moutarde de Dijon	200 g	Champignon de Paris	1 kg	Noix de Saint Jacques	2 kg
Huile d'olive	1 litre	Morille déshydratée	100 g	Caviar	100 g
Huile de tournesol	2 litres	Lentille verte	500 g	Filet de merlan	500 g
Farine T 55	2 kg	Oignon	2 kg	Filet de saumon	2 kg
Farine T 45	3 kg	Echalote	600 g	B.O.F et CREMERIE	quantité
Fécule de pomme de terre	150 g	Ail	2 têtes	Crème liquide 35%	5 litres
Polenta	250 g	Estragon	2 bottes	Crème fraîche 45%	1 litre
Gélatine (feuille) OR 200 Bloom	200 g	Persil plat	2 bottes	Lait entier	4 litres
Fumet de poisson	à disposition	Cerfeuil	2 bottes	Œuf frais	96 pièces
Fond de veau	à disposition	Aneth	2 bottes	Parmesan entier	200 g
Fond de canard	à disposition	Thym	à disposition	Beurre de tourage 82%	1,5 kg
Cornichons	200 g	Laurier	à disposition	Beurre de cuisine	2 kg
4 épices	10 g	Ananas (victoria)	3 pièces	Mascarpone	500 g
Riz long	200 g	Mangue	3 pièces	Levure de boulanger	40 g
Pectine	70 g	Fruit de la passion	3 pièces	Baking Powder	à disposition
Gelée claire	20 g	Citron jaune	6 pièces		
Agar agar poudre	20 g	Citron vert	6 pièces		
Sucre semoule	2 kg	Orange à jus	1 kg		
Sucre glace	1 kg	Pamplemousse rose	6 pièces		
Glucose	500 g	ALCOOL	quantité		
Miel	200 g	Champagne Nicolas Feuillatte	2 bt		
Beurre de cacao	300 g	Vin blanc	2 litres		
Noisette	150 g	Vin rouge	1 litre		
Poudre d'amande	200 g	Porto	200 g		
Cacao amer (poudre)	300 g				
Vanille gousse	3 pièces				
Chocolat DULCEY	500 g				
Chocolat GUANAJA 70%	800 g				
Chocolat Caraïbe	800 g				
Chocolat Ivoire	500 g				
Grué Cacao	100 g				