

Pêches pochées au basilic et fruits rouges

Date : 15/06/21

Auteur : Emmanuel Delmont PLP Pâtissier, lycée Jules Le Cesne Le Havre - Académie de Normandie

Type de plat : Dessert

Descriptif :

Quartiers de pêches pochées dans un sirop léger aromatisé avec du basilic frais et décorés de fruits rouges. Une cigarette russe est posée en décor. Feuille de basilic à l'envoi.

Apport nutritionnel : Glucides, vitamine C, magnésium, calcium, fer, magnésium. L'apport en fibres et surtout en antioxydants est assez important.



Pour 8 couverts :

B.O.F

- Beurre : 0.2 Kg (5.56 / Kg)

Fruits & légumes

- Pêches Bio calibre AA 160-180 grs : 8 Pièce (0.92 / Pièce)

- Fraises : 0.15 Kg (4.76 / Kg)

- Framboises bqt 125 gr : 1 Pièce (1.54 / Pièce)

- Groseilles bqt 125 gr : 1 Kg (2.84 / Kg)

- Mûre bqt 125 gr : 1 Kg (1.7 / Kg)

- Basilic : 1 Botte (0.58 / Botte)

Économat

- Amandes poudre : 0.025 Kg (12 / Kg)

- Sucre glace : 0.25 Kg (2.52 / Kg)

- Vanille extrait liquide : 0.001 litre (8.77 / litre)

- Oeuf (Blanc) : 0.21 Kg (3.43 / Kg)

- Sucre semoule : 0.625 Kg (1.16 / Kg)

- Eau : 2 litre (0 / litre)

- Farine : 0.2 Kg (0.95 / Kg)

Prix des produits : 18.79

Dressage : Dans une assiette creuse disposer une pêche dénoyautée et pochée, coupée en quatre et verser le sirop au basilic par dessus. Disposer harmonieusement les fraises, les framboises, les mûres et les groseilles. Décorer d'une belle feuille de basilic, puis ajouter une cigarette russe.

Etapas et techniques

1. Pêches pochées

- Laver à grande eau, égoutter
- Faire le sirop au basilic
- Pocher dans le sirop bouillant
- Réserver au frais

2. Fruits rouges

- [Laver les fraises](#)
- Equeuter les fraises
- Tailler les fraises
- Réserver les fruits rouges

3. Cigarettes russes

- [Faire les pesées](#)
- [Faire les cigarettes russes](#)
- Réserver

4. Dresser

- [Dresser et décorer les pêches pochées au basilic et fruits rouges](#)