

*Institut de la Providence - Ciney  
Espace hôtelier Cécile Ansotte  
1, rue Piconette 5590 Ciney  
Tél : 083/23.43.80 Fax : 083/23.43.92*



*Technologie cuisine  
2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> Degrés Professionnels*

*Debras Jean-Marc*

© Reproduction interdite.

Détenteur de copyrights n° 00048654



# 1. LEXIQUE CULINAIRE :

- ABAISSSE :** Pâte étendue au rouleau à pâtisserie à l'épaisseur désirée.
- ABAISSER :** C'est donner à une pâte, à l'aide du rouleau à pâtisserie, l'épaisseur désirée.
- ABATS :** Ensemble des parties comestibles du 5<sup>ème</sup> quartier des animaux de boucherie. On distingue les abats blancs et les abats rouges.
- ABATTIS :** Ce mot désigne le cou, les ailerons, la tête, les pattes, les gésiers et les foies de volailles.
- ABRICOTER :** Etendre à l'aide d'un pinceau une marmelade d'abricots sur un gâteau ou un entremets.
- AGNEAU :** Petit de la brebis
- AIGUILLETES :** Tranches de viandes, de volailles, coupées longues et minces.  
**Synonyme:** Lèches.  
**Remarque:** Nom donné à une partie de la cuisse du bœuf.
- ALOYAU :** Muscle de la région de la croupe chez les animaux de boucherie, appelé aussi petite tête.
- AMOURETTES :** Morceau de moelle épinière de veau (de bœuf, de mouton) servi comme garniture. Elles se traitent comme les cervelles.
- AMUSE-GUEULE :** Menu hors-d'œuvre servi à l'apéritif.
- ANGLAISE :** Mélange de blanc d'œuf (voir d'œuf entier), filet d'huile, sel et poivre, le tout légèrement battu, dans lequel on passe les aliments devant être panés avant d'être sautés au beurre, à l'huile ou d'être plongés dans la friture.
- APLATIR :** Rendre plus mince, à l'aide d'une batte, une petite pièce de viande, un filet de poisson, afin de rompre les fibres musculaires.

<b><u>APPRÊTER :</u></b>	Préparer un aliment de façon à le mettre en état d'être utilisé.
<b><u>APPAREIL :</u></b>	Préparation composée de plusieurs éléments destinée à la confection d'un mets: appareil à fondu, à crêpes etc..
<b><u>ARAIGNÉE :</u></b>	Morceau de bœuf, constitué par le muscle obturateur interne que l'on détache du trou ovalaire de l'os iliaque.
<b><u>ARROSER :</u></b>	Humecter de jus, de graisse, une viande cuite à la broche ou au four. Ex.: arroser un poulet.
<b><u>ARROW-ROOT :</u></b>	Fécule très employée et tirée de diverses racines tropicales.
<b><u>ASPIC :</u></b>	On désigne sous ce nom des préparations servies froides, constituées par des tranches, filets, lanières, dés de viandes; mousse froide ou tout autre appareil, moulées dans de la gelée.
<b><u>ATTELET :</u></b>	Petite tige de métal dont l'extrémité est ornée d'un sujet allégorique et qui sert à maintenir un décor sur un gâteau, un entremets ou un plat de cuisine.
<b><u>BACON :</u></b>	Le véritable bacon se fait avec le train de côtes désossé muni de son lard dorsal
<b><u>BAIN-MARIE :</u></b>	<i>1 Sur feu:</i> Ustensile composé d'un double récipient dont l premier contient de l'eau et le second la substance à chauffer. <i>2.Au four:</i> Cuisson en terrine ou en plat dans une plaque emplie d'eau. Ajouter supplément d'eau au fur et à mesure s'il y a lieu.
<b><u>BALLE :</u></b>	Partie la plus importante de l'épaule des animaux de boucherie et pouvant être utilisée en rôti.
<b><u>BALLOTINE :</u></b>	Pièce de viande, volaille, gibier, poisson farcie et roulée en forme de ballot.
<b><u>BARDE :</u></b>	Fine tranche de lard gras servant à fonder une terrine ou à protéger du dessèchement une

pièce de viande, de volaille ou un poisson pendant la cuisson.

**BARON** : Pièce de viande du mouton ou de l'agneau et comprenant les deux gigots et la selle anglaise.

**BASSIN-FONTAINE** : Farine disposée en couronne à l'intérieur de laquelle sont placés divers ingrédients qui entrent dans la composition d'une pâte.

**BATTE** : Outil lourd et plat servant à aplatir les beefsteaks, escalopes, filets de poissons, etc..

**BATTRE** : Agiter vigoureusement une composition (ex. : crème au beurre) au moyen d'un fouet.

**BEURRE** :  
*1-Composé*: Beurre auquel on ajoute certains ingrédients. EX: Beurre d'anchois, beurre blanc, d'escargots, etc.  
*2-Manié*: Beurre travaillé en pommade auquel on incorpore la même quantité de farine. Il sert à lier certaines préparations.  
*3-Noisette*: Beurre qui a fini de bouillir et qui, avant de prendre une légère coloration dégage une odeur de noisette.

**BEURRER** :  
 1- Enduire de beurre les parois d'un moule.  
 2- Enduire de beurre la surface d'une préparation (une sauce, une crème) afin d'éviter la formation d'une peau.  
 3-Incorporer, sur le coin du feu, des noix de beurre à une sauce.

**BLANQUETTE** : Ragoût de viande blanche, notamment de veau avec garnitures.

**BLONDIR** : Rissoler légèrement une substance dans un corps gras.

**BOUDIN** : Charcuterie préparée soit avec du sang, soit avec du lait et mise en boyaux..

**BOUQUET DE MARMITE** : Poireau, céleri, queues de persil, thym, laurier; les ficeler en botte, plus carottes entières et oignons cloutés.

- BOUQUET GARNI** : Thym, laurier et queues ou racines de persil liés ensemble et servant à aromatiser une foule de préparations.
- BRAISER** : Mode de cuisson à court mouillement, à couvert et à feu doux sans évaporation, d'une viande, légume ou poisson préalablement coloré, de manière à ce qu'ils conservent leurs sucs.
- BRECHET** : Crête osseuse médiane, portée par le sternum des volailles.
- BRIDER** : Maintenir une volaille dans sa plus belle forme au moyen d'une ficelle pour obtenir une belle présentation.
- BROCHETTE** : Petite broche en bois ou en métal qui sert à embrocher de petites pièces de viandes, gibiers, poissons, rognons, etc. et que l'on veut faire griller.
- BRUNOISE** : Légumes taillés en dés pour garnir potages, sauces, etc.
- CANAPES** :  
1-Petites tranches en pain de mie garnies, de formes variées que l'on présente lors d'un lunch, cocktail, buffet froid, hors d'œuvre, etc.  
2-Tranches de pain de mie frites au beurre.
- CANNELER** : Inciser peu profondément des légumes ou des fruits à l'aide d'un couteau spécial (canneleur) ou d'un couteau d'office.
- CARBONNADE** : Morceau de viande destiné à être braisé ou cuit en sauté mixte.
- CARDINALISER** : Faire rougir (en parlant d'un crustacé) : le homard se cardinalise.
- CARRE** : Ensemble de côtelettes de mouton, de veau, de porc.
- CHAIR** :  
- Muscles des animaux de boucherie.  
- Chair à saucisse: désigne un mélange de maigre de porc et de gras haché et assaisonné.

**CHAPEAU DE CURE** : Morceau de bouilli de bœuf formé par les quatre premières côtes

**CHAPELURE** : Pain grillé et émietté.

**CHAPON** : Coq que l'on a castré pour l'engraissement.

**CHATEAUBRIAND** : Beefsteak très épais taillé dans le premier tiers du filet de bœuf (le plus large) et servi pour 2 couverts.

**CHAUD-FROID** : Préparation qui se fait à chaud et qui est simplement un velouté de volaille, de poisson ou ordinaire et collé à la gélatine.

**CHAUD-FROITER** : Napper une volaille, un poisson, avec une sauce chaud-froid.

**CHEMISER** :  
 1-Garnir les parois d'un moule de gelée.  
 2 Garnir les parois d'un moule de beurre et de farine.  
 3 Garnir les parois d'un moule de beurre et de sucre, biscuit, etc.

**CHIFFONNADE** : Légumes détaillés en minces lanières (tels :laitues, épinards, oseille) et tombées au beurre.

**CHINOIS POINTU** : Passoire conique en acier inoxydable.

**CHINOIS MOUSSELINE** : Chinois arrondi en toile métallique.

**CHIQUETER** : Taillader le tour d'une pièce de feuilletage, avant cuisson avec la lame d'un couteau.

**CINQUIEME QUARTIER** : Ensemble des organes et produits qui ont été séparés de la carcasse au cours des opérations d'abattage des animaux de boucherie.

**CISELER** : Couper finement en lanières la laitue, l'oseille, etc.  
 Inciser un poisson pour en faciliter la cuisson.

**CITRONNER** : Frotter certains fruits ou légumes pour les empêcher de noircir avec un citron ou jus de citron.

**CLARIFIER :**

- Rendre limpide un consommé, une gelée à l'aide d'éléments de clarification.
- Rendre un beurre limpide en éliminant le babeurre et la caséine.
- Enlever l'écume du sucre en ébullition.
- Séparer le blanc du jaunes d'œuf

**COCOTTE :**

Casserole épaisse avec deux anses et munie d'un couvercle.

**COLLAGENE :**

Protéine de la substance intercellulaire du tissu conjonctif, qui se transforme en gélatine à la cuisson.

**COLLER :**

Ajouter de la gélatine dissoute à une préparation pour lui donner de la consistance



**BLANCHIR :**

<b><u>ELEMENTS</u></b>	<b><u>MOUILLEMENT</u></b>	<b><u>BUTS</u></b>	<b><u>EXEMPLES</u></b>	<b><u>PROCEDES</u></b>
<b><u>VIANDES ET ABATS</u></b>	<b><u>EAU FROIDE</u></b>	- Eliminer la première eau chargée d'écume et d'impuretés; ceci pour obtenir un jus de cuisson limpide et clair et garantir une meilleure conservation	Os, plate côte pour fonds blanc, poule pour fonds de volaille	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mouiller court, à hauteur des éléments.</li> <li>2. Amener rapidement à ébullition (feu vif).</li> <li>3. Le temps d'ébullition varie de 10 secondes à 1 minute suivant la nature et la grosseur des éléments</li> <li>4. Rafraîchir et égoutter.</li> </ol>
		- Dans certains cas, pour raffermir les chairs et les rendre plus blanches	Ris de veau	
		- Éliminer l'excès de sel	Les lardons	
<b><u>LEGUMES</u></b>	<b><u>EAU BOUILLANTE</u></b>	- Obtenir une cuisson complète - Le terme est utilisé exclusivement pour les légumes verts	Scaroles, épinards, haricots verts, petits pois, etc..	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Les plonger dans une grande quantité d'eau bouillante salée.</li> <li>2. Cuire sur feu vif et à <u>découvert</u>.</li> <li>3. Egoutter si accommodement immédiat.</li> <li>4. Rafraîchir si emploi ultérieur</li> </ol>
		- Pour les autres légumes, le terme cuire est utilisé	Choux-fleurs, asperges	
<b><u>LEGUMES</u></b>	<b><u>EAU BOUILLANTE</u></b>	Eliminer l'âcreté ou le goût trop prononcé de certains légumes entrant dans la composition d'un mets.	Choux	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Les plonger dans une grande quantité d'eau bouillante salée.</li> <li>2. Faire partir sur feu vif à découvert.</li> <li>3. Rafraîchir au premier bouillon.</li> </ol>

<b><u>ELEMENT</u></b>	<b><u>MOUILLEMENT</u></b>	<b><u>BUTS</u></b>	<b><u>EXEMPLES</u></b>	<b><u>PROCEDES</u></b>
<b><u>LEGUMES</u></b>	<b><u>EAU BOUILLANTE</u></b>	- Préparation préliminaire à la surgélation des légumes, afin d'éliminer les enzymes, dans le but d'assurer une meilleure conservation.	Tous les légumes	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Les plonger dans une grande quantité d'eau bouillante salée.</li> <li>2. Faire partir sur feu vif à découvert.</li> <li>3. Rafraîchir au premier bouillon.</li> </ol>
<b><u>EXCEPTION</u></b> Les pommes de terre cuites au beurre : pommes château, cocottes, parmentier, rissolées, etc..)	<b><u>EAU FROIDE</u></b>	- Eliminer une partie de l'amidon pour garantir une meilleure cuisson et une meilleure coloration.	Pommes château, noisettes, parmentier, etc.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mouiller d'eau froide à peine à hauteur.</li> <li>2. Amener rapidement à ébullition à découvert et sur feu vif.</li> <li>3. Egoutter.</li> </ol>
<b><u>LES ZESTES</u></b>	<b><u>EAU FROIDE</u></b>	- Eliminer l'amertume et une partie des conservants	- Zestes de citron, oranges, mandarines, pamplemousses	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Couvrir les zestes d'eau froide.</li> <li>2. Amener à ébullition.</li> <li>3. Rafraîchir et égoutte</li> </ol>

**CONCASSER** : Hacher grossièrement. EX.: persil, tomates mondées, arêtes de poissons, etc..

**CONFIT** :  
- Préparation culinaire originaire du sud-ouest de la France et qui consiste à cuire des quartiers d'oie ou de canard dans leur propre graisse et à les conserver dans des pots en grès ou de terre cuites.  
- Opération qui consiste à cuire des fruits très longtemps dans du sirop de sucre.

**CONTISER** : Incruster de truffes ou d'autres substances, taillées en forme de crêtes, des filets de volailles, de gibiers, etc..

**CONTRE-FILET** : Morceau de bœuf situé au-dessus du filet dont il est séparé par les apophyses transverses des vertèbres lombaires.

**COTE NERVEUX** : Partie de l'épaule de bœuf située le long de l'humérus et opposée à la balle.

**COUCHER** : Dresser un appareil à l'aide d'une poche ou d'un cornet muni d'une douille; en le poussant sur une plaque ou sur un plat.

**COUENNE** : Epiderme de porc débarrassé des soies.

**COULIS** :  
**A- *Anciennement*** :  
1- Jus de viande naturel qui découle de la viande durant la cuisson.  
2- Purée un peu liquide de volailles, de gibiers, de poissons, de crustacés, de légumes.  
3- Certains potages prennent ce nom, tel coulis de volaille à la reine qui n'est que la purée de volaille liée au riz.  
4- En temps que jus, le coulis n'est pas autre chose que ce que l'on nomme de nos jours le fonds de veau.  
**B- *Dans la pratique moderne*** :  
On emploie souvent le mot " coulis " pour désigner certains potages liés préparés avec des purées de crustacés.  
**C- *Dans la " nouvelle cuisine "*** : Le mot " coulis " désigne souvent une simple purée de fruit passée au tamis à laquelle on ajoute du sucre S°.

- CREPINE :** Péritoine du porc utilisé pour recouvrir les terrines, emballer des préparations farcies ou réaliser des crépinettes.
- CROUTON :** Petit morceau de pain frit et croustillant.
- CUIRE A BLANC :** A- Cuire des tartelettes sans garniture, celle-ci étant remplacée par des graines séchées (pois cassés, haricots, etc..)  
B- Cuire des petits oignons (ou autres légumes) glacés « à blanc ».  
C- Cuire des champignons dans un fond d'eau bouillante salée, poivrée, citronnée, additionnée de beurre, recouvrir d'un papier beurré, d'une assiette et d'un couvercle.
- CUIRE A L'ANGLAISE :** Cuire un aliment (surtout les légumes) à l'eau bouillante salée.
- CUIRE VERT CUIT :** Cuisson incomplète, saignante de canard, de bécasse....
- CUISSE :** Partie du quartier arrière du bœuf, du bassin au jarret.
- CUISSEAU :** Partie de la cuisse de veau.
- CUISSOT :** Cuisse de gibier de forte taille (cerf, sanglier, etc..)
- DARNE :** Tranche épaisse de gros poissons ronds pour 1 ou 2 couverts.
- DECANTER :** Transvaser un liquide qui a fait un dépôt.  
Ex.: Clarification du beurre.  
ransvaser les éléments solides afin de les séparer du liquide de cuisson.
- DEGLACER :** Faire dissoudre à l'aide d'un liquide, les sucres caramélisés au cours de la cuisson.
- DEGORGER :** - Immerger à l'eau courante ou souvent renouvelée, des viandes, poissons, abats pour éliminer les impuretés et principalement le sang.

- Éliminer l'eau de végétation de certains légumes en les saupoudrant de sel. Ex.: concombres, tomates,...

**DEPOUILLAGE :** Action de retirer la peau d'une bête tuée.

**DEPOUILLER :** Éliminer les impuretés qui montent en surface par une ébullition lente et prolongée. Exemple : le potage.  
Affiner une sauce liée au roux par une ébullition lente et régulière. Exemple : la béchamel.

**DESSALER :** Rendre un produit salé moins salé par un trempage à l'eau courante.

**DETENDRE :** Ajouter un élément à une préparation pour la rendre moins épaisse.

**DETREMPE :** Pâte obtenue par le mélange d'eau et de farine; sert à réaliser le feuilletage.

**DORER :** Étendre sur des produits une couche d'œufs battus avec du sel à l'aide d'un pinceau afin de leur faire prendre une belle couleur dorée, luisante après la cuisson.

**DORURE :** Jaune d'œuf ou œuf entier légèrement salé et battu. La dorure est employée pour dorer les pâtes, elle est étendue au pinceau.

**DRESSER :**

- Arranger harmonieusement un mets pour le servir.
- Poser des pâtes sous différentes formes à l'aide d'une poche munie d'une douille unie ou cannelée.

**DUXELLE :** Hachis de champignons.

**EBARBER :** Couper les nageoires et les barbes d'un poisson.

**ECALER :** Retirer les coquilles des œufs durs et mollets.

**ECUMER :** Ôter à l'aide d'une louche, l'écume de la surface des gelées, fonds, potages, etc..

<b><u>EFFILER :</u></b>	Couper des amandes ou noisettes blanchies en fines lamelles.
<b><u>EMINCER :</u></b>	Couper en tranches minces. Couper les légumes (carottes, navets, céleri, etc..) en fines tranches ou lamelles.
<b><u>ENTRECOTE :</u></b>	Tranche de bœuf prélevée dans le train de côte désossé.
<b><u>ESCALOPE :</u></b>	Tranche mince de viande blanche ou de poisson.
<b><u>ESCALOPER :</u></b>	Détailler en tranches minces et en biais (escalopes) de la viande, du poisson, de la volaille, des légumes.
<b><u>ETUVE :</u></b>	Endroit clos et chauffé dans lequel on fait sécher différentes substances, ou on leur fait subir une cuisson préalable. On y met également les pâtes levées à pousser avant de les cuire.
<b><u>ETUVER :</u></b>	Cuire dans un vase clos, cuire lentement et à couvert.
<b><u>EVIDER :</u></b>	Creuser un fruit ou un légume pour le remplir de farce.
<b><u>FAUX-FILET :</u></b>	Partie conique de l'épaule de bœuf. Son nom vient du fait qu'il ressemble un peu à la pointe du filet.
<b><u>FILET :</u></b>	- Morceau formé par les muscles situés en dessous des vertèbres lombaires. - Morceaux de petits poissons plats ou de gros poissons ronds sans peau, ni arêtes ni déchets.
<b><u>FILET D'ANVERS :</u></b>	Morceau oblong de la cuisse de bœuf; il donne un très bon résultat lors de son emploi en buffet froid.
<b><u>FILET DE SAXE :</u></b>	Centre des côtes à manches et filet salé et fumé.
<b><u>FILETER :</u></b>	Lever les filets d'un poisson (sole, hareng, merlan).

- FIXER AU REPERE** : Fixer un socle sur un plat au moyen d'une pâte faite de farine et d'eau. Chauffer légèrement le fond du plat pour durcir cette pâte.
- FONCER** : Action de recouvrir les faces intérieures d'un moule, d'une abaisse de pâte.
- FONDS** : Jus de diverses viandes, volailles, gibiers, poissons, qui résultent de leur cuisson et qui servent de base à certaines sauces, potages etc.. (Exemple: fonds blanc, brun, de gibiers, de poisson).
- FRAISER** : Ecraser une pâte avec la paume de la main pour éviter de lui donner trop d'élasticité.
- FREMIR** : Etat voisin de l'ébullition.
- FRITONS** : Résidus frits que l'on obtient en faisant fondre par petits morceaux la graisse de porc et d'oie.
- GALANTINE** : Farce roulée en ballotine, mais appellation plus spécifique au veau.
- GIGOT** : Morceau de mouton correspondant au membre postérieur.
- GIGUE** : Se dit en particulier de la cuisse du chevreuil ou du marcassin.
- GLACE** : Concentration à l'état sirupeux de divers fonds.
- GLACER** :
- Passer rapidement sous l'action d'une forte chaleur venant de la voûte une préparation saucée afin de former une pellicule dorée.
  - Recouvrir de fondant les choux, les éclairs, la génoise.
  - Saupoudrer de sucre S° certains produits se trouvant encore au four pour leur donner un aspect brillant après cuisson.
  - Donner du brillant à un légume, (carottes, petits oignons, etc..) en le cuisant jusqu'à évaporation complète du liquide de cuisson.
  - Donner du brillant à une préparation en la recouvrant de gelée.

<b><u>GRAINER :</u></b>	- Se dit de blancs d'œufs en neige dont la masse n'est pas lisse; elle se présente alors sous forme de petits grains. - Se dit également d'un sucre cuit qui tend à se recristalliser. - En charcuterie: farce dont la matière grasse n'est pas bien émulsionnée.
<b><u>GRENADIN :</u></b>	- Petite pièce de veau généralement sautée ou grillée et taillée dans le train de côte (côte désossée) ou dans l'aloyau.
<b><u>GROSSE CUISSE :</u></b>	Muscle de la cuisse de bœuf d'où peuvent être détachés le maquereau, la poire, la fausse araignée et le couvercle.
<b><u>GROSSE TETE:</u></b>	Muscle de la cuisse du bœuf comprenant la rotule. Il se divise en obus, côté plat et mouvant.
<b><u>HISTORIER:</u></b>	Donner des formes particulières à des légumes, citrons ou oranges pour agrémenter leur présentation.
<b><u>IMBIBER :</u></b>	Faire pénétrer du sirop dans un gâteau.
<b><u>JAMBON:</u></b>	Cuisse de porc.
<b><u>JAMBONNEAU:</u></b>	Chez le porc, tout ce qui est autour du radius-cubitus et tibia-péroné.
<b><u>JARRET :</u></b>	Chez le veau et le bœuf, tout ce qui est autour du radius-cubitus et du tibia-péroné.
<b><u>JULIENNE :</u></b>	Taille en fins bâtonnets de +/- 3 cm de long.
<b><u>JUMEAUX :</u></b>	Partie du trumeau.
<b><u>LARD :</u></b>	Substance grasse sous la couenne du porc. Lard gras: qui ne contient aucune partie de viande entrelardée (qui elle, est entremêlée de couches de viande).
<b><u>LARDER :</u></b>	Garnir de lardons l'intérieur d'une viande de boucherie.



<b><u>LARDOIRE</u></b> :	Petite broche (aiguille) creuse pour larder les viandes.
<b><u>LARDON</u></b> :	Petit morceaux de lard gras taillé en long, macéré ou non, qu'on introduit dans la viande à l'aide d'une lardoire.
<b><u>LECHE</u></b> :	Tranche fort mince d'une substance comestible (en général de la viande ou du poisson); voir aiguillettes.
<b><u>LIER</u></b> :	C'est épaissir une sauce ou une crème à l'aide de roux, farine, beurre manier, fécule, jaunes, sang, arrow-root, maïzena,....
<b><u>LIMONER</u></b> :-	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Enlever l'enduit visqueux qui recouvre certains poissons.</li> <li>- Enlever la peau d'une cervelle sous l'eau fraîche.</li> <li>- Enlever la matière brunâtre (le limon) qui se trouve sous la peau des poissons et sur la chair proprement dite (saumon).</li> </ul>
<b><u>LONGE</u></b> :	Moitié de l'échine d'un veau ou d'un chevreuil, du bas des épaules à la queue.
<b><u>LUSTERER</u></b> :	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recouvrir légèrement de gelée une préparation froide.</li> <li>- Donner du " brillant " à une préparation terminée en la badigeonnant au pinceau de beurre clarifié.</li> </ul>
<b><u>LUTER</u></b> :	Fixer au repère le couvercle d'un récipient (voir repère)
<b><u>MACERATION</u></b> :	Opération consistant à faire tremper des viandes, plus ou moins longtemps, dans un mélange aromatique liquide.
<b><u>MACREUSE</u></b> :	Macreuse à beefsteaks : synonyme en France du morceau appelé en Belgique balle d'épaule.
<b><u>MAGRET DE CANARD</u></b> :	Ce sont les filets levés sur le canard mulard. Ils se présentent entiers, avec une épaisse couche de graisse entre chair et peau. Il est à noter que <b><u>seuls</u></b> les filets du canard gavé pour le

foie gras ont droit à l'appellation magret de canard ”.

- MAQUEREAU :** Partie de la grosse cuisse des bovins. C'est un muscle fin et allongé.
- MARBRE(E) :** Graisse intracellulaire des animaux de boucherie. Le marbré est un signe de la qualité de la viande.
- MARINADE :** Liquide condimenté, dans lequel on met à macérer plus ou moins longtemps surtout des viandes, gibiers, poissons.....
- MASQUER :** Recouvrir complètement un gâteau avec une crème au beurre, chantilly, avec un couteau ou une spatule.
- MATELOTE ::** Mets composé surtout de poissons apprêtés au vin rouge et aux oignons, mais qui peut se composer aussi d'une viande, d'œufs, de cervelle ou d'autres abats
- MIGNONNETTE :** Poivre écrasé ou très grossièrement moulu..
- MIJOTER :** Cuire lentement à petit feu.
- MIREPOIX :** Ensemble de légumes coupés en petits dés ou émincés.
- MOELLE :** C'est le contenu des os longs ou encore la moelle épinière dite aussi amourette et traitée comme la cervelle.
- MONDER :** Enlever la peau des tomates, des amandes, des noisettes, des pistaches, etc. en les passant dans l'eau bouillante et de suite dans l'eau glacée.
- MOU :** Poumon des animaux de boucherie.
- MOUILLEMENT :** Liquide employé comme nécessaire à la cuisson.
- MOUVANT :** Muscle de la grosse cuisse chez les bovins.

<b><u>MUTTON-SHOP :</u></b>	Sorte de “ chateaubriand anglais ”, c’est une côtelette de mouton prise dans la selle anglaise, mais dont l’épaisseur est d’au moins 3 cm..
<b><u>NAPPE :</u></b>	(Cuire à la nappe). Amener une crème jusqu’au moment où celle-ci recouvre uniformément la spatule (au environ de 85°C.). Il faut éviter d’aller au-delà de cette température sous peine de floculation des œufs.
<b><u>NAPPER :</u></b>	- Recouvrir uniformément un mets d’une gelée, d’une sauce. - Rendre une crème moins fluide sans la faire rebouillir (ne pas dépasser 65°C.).
<b><u>NERVEUX :</u></b>	Partie oblongue de l’épaule de bœuf constituée par un tendon important. Si ce morceau est pelé, il peut être vendu comme Beefsteak..
<b><u>NOIX :</u></b>	Muscle de la cuisse du veau. Partie du jambon chez le porc.
<b><u>NOUET :</u></b>	Linge qui comprendra un aromate que l’on veut laisser infuser dans une préparation.
<b><u>OBUS :</u></b>	Partie de la grosse tête chez le bœuf.
<b><u>PANER A L’ANGLAISE :</u></b>	Passer à la farine et à la chapelure ou dans de la mie de pain fraîche.
<b><u>PANNE :</u></b>	Graisse qui tapisse la paroi abdominale du porc. On en tire le saindoux.
<b><u>PARER :</u></b>	Supprimer tout ce qui est inutile à la cuisson ou à la préparation d’un mets.
<b><u>PARURES :</u></b>	Chutes d’aliments parés, non utilisables sous la forme la plus noble et qui sont employées pour les fonds, potages, purées, etc.
<b><u>PASTEURISATION :</u></b>	Opération qui a pour but de détruire, par chauffage, les bactéries pathogènes, sans altérer le produit.
<b><u>PATON :</u></b>	Morceau de pâte.

<b><u>PAUPIETTE :</u></b>	Tranche de viande garnie d'une farce et roulée en gros bouchon.
<b><u>PAYSANNE :</u></b>	Ensemble de légumes émincés finement.
<b><u>PELURE D'ALOYAU :</u></b>	C'est la prolongation sur l'loyau de la plate cuisse chez le bœuf.
<b><u>PERSILLADE :</u></b>	Ail et persil haché, mélangés avec de la mie de pain fraîche et du beurre en pommade. Elle est principalement utilisée pour les pièces d'agneau rôties.
<b><u>PERSILLE :</u></b>	Viande de bœuf bien striée de petits filets gras, ce qui en est une preuve de qualité.
<b><u>PETITE TÊTE :</u></b>	Muscle de la région de la croupe appelée aussi aloyau.
<b><u>PETIT-NERF :</u></b>	Partie de l'épaule du bœuf, sous l'omoplate, traversé de part et d'autre d'un tendon important. Excellent coupé en beefsteaks de même qu'en braisé.
<b><u>PETIT-SALÉ :</u></b>	Poitrine de porc salée.
<b><u>PINCER :</u></b>	-1. Réunir deux abaisses de pâte pour les souder. -2. Colorer fortement des os au four.
<b><u>PLATE-COTE :</u></b>	Morceau de bœuf et de porc à bouillir et comprenant les côtes.
<b><u>PLATE CUISSE :</u></b>	Muscle important de la cuisse de bœuf.
<b><u>POCHER :</u></b>	Cuire dans un liquide très chaud. La température est variable suivant les préparations.
<b><u>POINTE :</u></b>	Petite dose d'assaisonnement mesurée à l'aide de la pointe d'un couteau.
<b><u>POIRE :</u></b>	Partie de la grosse cuisse des bovins.
<b><u>PORTER-HOUSE :</u></b>	Côte de bœuf au filet. <i>Synonyme:</i> T.bone.

<b><u>PRESALAGE :</u></b>	Opération qui consiste à mélanger à la viande une certaine quantité de sel et d'adjuvants de coloration avant utilisation.
<b><u>QUADRILLER :</u></b>	- Marquer la surface d'une préparation grillée en lui donnant ¼ de tour sur elle-même et ce durant sa cuisson. - Quadriller à l'aide du dos d'un couteau une escalope panée afin d'en aider la cuisson.
<b><u>QUATRE ÉPICES :</u></b>	Pimenta dessica ou poivre de la Jamaïque dont la saveur et l'odeur de ses fruits sont, comme son nom l'indique, celles d'un mélange d'épices : cannelle, girofle, poivre et muscade.
<b><u>RÂBLE :</u></b>	Partie du lièvre et du lapin, qui s'étend du bas des épaules à la queue.
<b><u>RAFRAÎCHIR :</u></b>	Laisser sous un courant d'eau froide jusqu'à complet refroidissement.
<b><u>RAIDIR :</u></b>	Passer vivement des morceaux de viandes, de volailles ou de poissons dans une matière grasse chaude pour en raffermir les chairs sans les colorer.
<b><u>RANCE :</u></b>	Se dit de tout corps gras qui a contracté en vieillissant une odeur forte, une saveur âcre.
<b><u>RÉDUCTION :</u></b>	Cuisson sans couvercle, d'une préparation, d'une sauce pour en faire évaporer la partie liquide superflue.
<b><u>RÉDUIRE :</u></b>	Faire évaporer en partie un liquide, une sauce, pour la corser ou donner plus de consistance. (On peut obtenir des sauces brunes plus brillantes par réduction).
<b><u>RELÂCHER :</u></b>	Voir détendre
<b><u>REMONTER :</u></b>	Rendre sa consistance initiale à une sauce émulsionnée qui s'est dissociée. Exemple: Mayonnaise.
<b><u>REPÈRE :</u></b>	Pâte faite de farine et d'eau, servant à fermer hermétiquement les cocottes, terrines, etc., afin

d'éviter une trop grande évaporation et obtenir de ce fait une cuisson en vase clos.

**REVENIR (FAIRE) :** Faire colorer des substances alimentaires avant de les mouiller et de poursuivre la cuisson.

**RIOLER :** Placer des bandes de pâtes sur une tarte, un gâteau en les disposant en losanges.

**RIS :** Nom donné au thymus des animaux.

**RISSOLER :** Faire colorer dans une matière grasse.

**ROGNON :** Rein d'un animal.

**ROMPSTEACK OU RUMPSTEACK :**Tranche épaisse de bœuf taillée dans l'ailon. Excellent pour les grillades ou les rôtis.

**ROUELLES :** Morceaux de viandes, de légumes, coupés en rondelles +/- épaisses.

**ROUX :** Eléments de liaison de nombreuses préparations.

**RUBAN (FAIRE UN) :** Travailler à la spatule ou au fouet un mélange de jaunes d'œufs et de sucre jusqu'au moment où en soulevant cette pâte, elle retombe comme un ruban.

**SAISIR :** Commencer la cuisson de différents aliments en les exposant à un feu très vif.

**SANGLER :** Mettre dans un récipient entouré de sel mélangé avec de la glace.

**SAUTER :**

- Cuire un aliment dans un corps gras en le faisant colorer sur toutes ses faces. Ex: champignons, croûtons, etc..
- Cuire des petites pièces de volaille, de viande ou de gibier dans un corps gras.

**SELLE ANGLAISE :** Elle se compose de toutes les doubles côtelettes-filet non séparées.

<b><u>SINGER :</u></b>	Saupoudrer de farine un aliment revenu au beurre avant de le mouiller. On assure ainsi, par exemple, la liaison d'un ragoût.
<b><u>SOT L'Y LAISSE :</u></b>	Morceau délicat qui se trouve au-dessus du col du fémur des volailles.
<b><u>SUC :</u></b>	- Liquide qui exsude des substances animales ou végétales. - Jus qui s'écoule d'une pièce rôtie ou sautée et qui se caramélise au fond de l'ustensile de cuisson.
<b><u>SUER (FAIRE) :</u></b>	Faire exsuder à l'aide d'un corps gras l'eau de végétation de certains légumes ou aliments (arêtes de poisson) en les exposant à une chaleur douce et en vase clos.
<b><u>SUPREME :</u></b>	- Partie d'une poitrine de volaille. - Morceau de gros poisson plat, sans peau ni arêtes ni déchets.
<b><u>TAILLER :</u></b>	Découper, couper, façonner un aliment afin de lui donner une certaine forme. Tailler des légumes en julienne.
<b><u>T-BONE :</u></b>	Côte de bœuf au filet avec os. <i>Synonyme</i> : Porter-house.
<b><u>TOILETTE :</u></b>	Péritoine du veau. Utilisée pour enrober la farce de la galantine de veau.
<b><u>TOURNEDOS :</u></b>	Tranche de filet de bœuf assez épaisse servie pour un couvert et prise dans le deuxième tiers du filet.
<b><u>TOMBER :</u></b>	- Réduire de volume avec ou sans matière grasse, une chiffonnade de laitue, d'oseille. - Exposer à feu doux des légumes dans une matière grasse afin de leur assurer presque une cuisson tout en évitant leur coloration (on élimine de cette façon l'acidité de l'oignon et de l'échalote).
<b><u>TOMBER A BRUN (A GLACE) :</u></b>	Cuire au beurre comme précédemment mais avec une légère coloration

<b><u>TOURER :</u></b>	Etendre une abaisse e feuilleteage au rouleau et la replier en trois.
<b><u>TOURNER :</u></b>	A l'aide d'un couteau d'office, donner aux légumes une forme régulière. Exemple: pommes cocotte, pommes château, carottes, navets, etc.
<b><u>TRONÇONNER :</u></b>	Détailler une tranche dans un gros poisson plat. On dit aussi tronçonner une anguille.
<b><u>TROUSSAGE:</u></b>	Opération qui a pour objet d'ôter les abattis d'une volaille et de brider celle-ci.
<b><u>VANNER:</u></b>	C'est agiter une sauce ou une crème à l'aide d'une spatule en bois pour empêcher la formation d'une peau pendant son refroidissement.
<b><u>ZAKOUSKI:</u></b>	- Hors d'œuvre qui en Russie et en Pologne, précède le repas et est généralement servi dans une salle à part. - Petit toast servi à l'apéritif.
<b><u>ZESTE:</u></b>	Partie extérieure et colorée d'une orange ou d'un citron et servant à parfumer une préparation.
<b><u>ZISTE:</u></b>	Partie blanche d'un agrume comprise entre le zeste et la peau.



## 2. ORGANISATION D'UNE GRANDE CUISINE

La préparation des aliments est assurée dans les restaurants importants par un ensemble de cuisiniers : **LA BRIGADE**

La brigade est dirigée par le chef ou « gros bonnet ». Pour le seconder, sous son autorité, un ou plusieurs sous-chefs et des chefs de partie. Le nombre varie suivant l'importance de l'établissement.

Les chefs de partie sont aidés, selon leurs tâches, par des premiers commis, les commis et les stagiaires.

### 2.1. RÔLES, FONCTIONS ET RESPONSABILITÉS DE CHACUN DES MEMBRES :

#### 2.1.1. LE CHEF :

##### Rôle technique :

Il est le responsable de l'organisation du travail en cuisine (production culinaire, gestion, rendement, animation, recherche, analyse, etc.)

En collaboration avec la direction de son service, il établit les menus, la carte et fait des suggestions. Il détermine les prix de revient et suggère le prix de vente. Il établit les fiches techniques d'exécution, surveille attentivement l'exécution du travail et conseille. Il répartit les fonctions équitablement suivant l'importance de l'établissement. Il peut être l'aboyeur.

##### Rôle social :

Suivant l'importance de l'établissement, il peut engager le personnel. À l'aide d'un organigramme, il établit les roulements des congés hebdomadaires et annuels.

Il établit un système d'information et de communication entre les différents services.

Il établit un système de valorisation et de promotion de ses cuisiniers.

Il sensibilise ses employés à la vie de l'entreprise en suscitant la motivation. Et enfin, il est responsable de la politique sociale de sa cuisine et du perfectionnement professionnel de son personnel, ainsi que de la formation des apprentis.

#### 2.1.2. LE SOUS-CHEF :

Le sous-chef est chargé de seconder le chef dans toutes ses fonctions. Il le remplace lors de ses absences. Dans une brigade moyenne, le sous-chef est

généralement u chef de partie responsable d'une partie importante (saucier ou garde-manger).

### **2.1.3. L'ABOYEUR :**

Etant l'intermédiaire entre le restaurant et la cuisine, l'aboyeur se tient au passe pendant la durée du service : il reçoit les bons de commande, les contrôle, les annonce, fait marcher, réclame les plats, contrôle leur exécution, les recouvre d'une cloche. Généralement c'est le chef ou le sous-chef qui se charge de ce travail.

### **2.1.4. LE SAUCIER :**

Le saucier était dans les grandes brigades traditionnelles le chef de partie qui avait le travail le plus délicat. Les responsabilités de son poste le conduisaient souvent vers la fonction de second. Aujourd'hui dans certains établissements, les sauces ont moins d'importance et c'est parfois le rôtiiseur ou grillardin qui a pris le relais.

Le saucier confectionne tous les fonds, sauf le fumet de poisson, toute les sauces, sauf la hollandaise, toutes les viandes en sauce, les sautés, les poêlés, les braisés, les viandes pochées ainsi que toutes les garnitures d'accompagnement.

### **2.1.5. L'ENTREMETTIER :**

L'entremettier est chargé de la réalisation des potages, des œufs (coque, mollets, durs, pochés, brouillés, en cocotte, en omelette), de la préparation et de la cuisson des légumes frais et secs (sauf les légumes grillés et frits) de la confection de certaines entrées chaudes (gnocchi, quiches, soufflés). Dans les brigades où il n'y a pas de pâtissier, c'est lui qui est chargé de la réalisation des entremets de cuisine (soufflés, sucrés, crêpes, crème caramel, fruits condés, etc.).

Il peut être déchargé de son travail par u potager pour la réalisation des consommés, de potages et des soupes. (Cette fonction a pratiquement disparu).

### **2.1.6. LE RÔTISEUR :**

Le rôtiiseur traite tous les aliments rôtis au four ou à la broche , grillés et frits (viandes, légumes, œufs, volailles, gibiers).

Il est responsable des volailles destinées à la mise en place du garde-manger. Il taille toutes les pommes de terre traitées à la friture. Lorsqu'il n'y a pas de communal, le rôtiiseur prépare aussi le repas du personnel. La tradition veut qu'il soit responsable de la mise en place de persil haché dans tous les autres postes. Il est secondé par un grillardin et un friturier. La préséance donnée au saucier par rapport au grillardin, suivant l'importance de la brigade s'explique mal à notre époque où les grillades prennent une plus large part dans notre alimentation.

### **2.1.7. LE POISSONNIER :**

Dans toutes les petites brigades, ce travail est effectué par le saucier. Dans un restaurant spécialisé dans les produits de la mer, c'est évidemment le poste le plus important.

Il traite tous les poissons, les mollusques, les crustacés, sauf ceux qui se font frire ou griller.

Il réalise tous les fumets de poissons, les veloutés de poissons et toutes les sauces poissons.

Il est responsable des petites garnitures accompagnant les poissons, des pommes de terre à l'anglaise, de la sauce hollandaise.

### **2.1.8. LE PÂTISSIER :**

Le travail de pâtissier d'hôtel est très différent de celui de pâtissier de « boutique ». Le pâtissier d'hôtel n'est pas responsable uniquement de la confection des pâtisseries, mais aussi de tous les entremets de cuisine (crème caramel,, vanille, œufs à la neige,, crêpes, mousse chocolat, charlottes diverses, puddings, fruits condé, etc.). Il réalise comme en boutique, les petites et les grosses pièces de pâtisserie, les glaces, les sorbets, les bombes, les petits fours.

Il est aussi responsable de la fabrication des pâtes salées pour la cuisine (pâtes à choux, à crêpes salées, à nouilles, brisées, à foncer, feuilletée pour la réalisation des bouchées, des vols au vent, des croustades, des quiches, etc.)

### **2.1.9. LE COMMUNARD :**

Le communal est responsable de la préparation des repas du personnel. Ce poste est généralement confié suivant l'importance de l'établissement, à un bon premier commis ou à un jeune chef de partie débutant.

Lorsque l'importance du restaurant ne nécessite pas un communal, c'est le rôti-seur qui est chargé de ce travail.

### **2.1.10. LE GARDE MANGER :**

Le garde manger reçoit, contrôle et « garde en dépôt » les denrées en provenance de l'économat, prépare également toutes les denrées avant la mise en cuisson : il découpe les poissons (filets, darnes, tronçons) et les stocks dans les timbres à glace : Il désosse, dénerve, pare et pièce les viandes et il distribue toutes les marchandises aux différentes parties pendant le service.

Il est responsable de l'entretien e la chambre froide et du rangement de toutes les denrées qui s'y trouve. Il s'occupe de toutes les préparations froides (gelées, sauces froides, buffet froid, parfois des hors-d'œuvre).

Il surveille, renouvelle les stocks, établit un relevé journalier des denrées. Le garde-manger peut être aidé par un boucher et par un chef du froid (hors-d'oeuvrier) pour la réalisation des plats froids.

### **2.1.11. LE LEGUMIER :**

Le légumier réceptionne tous les légumes et les fruits. Il responsable du lavage, parage, et de la pelage de tous les légumes. Il est responsable de l'entretien de la légumerie et de la chambre froide réservée aux légumes.

Le rôle qu'il tient est primordiale dans le cadre des normes H.A.C.C.P. où une marchandises sale ne peut **jamais** être en contact avec les marchandises propres. Il lui revient donc de respecter la marche en avant des marchandises qui lui sont confiées.

Il est aussi responsable de la réception et du nettoyage des moules et autres coquillages.

### **2.1.12. LE PLONGEUR :**

Rôle ingrat par excellence, mais très important dans la brigade. Il faut en effet que tous le matériel soit d'une propreté irréprochable. Les cuivres doivent briller, les ustensile parfaitement nettoyés, dégraissés et désinfectés.

Pour un travail facile, nettoyer toujours le plus vite possible un ustensile souillé, en tous cas, le faire tremper immédiatement de manière à éviter aux résidus de sécher.

Il doit également connaître les produits de nettoyage adéquats aux travaux à effectuer.

### **2.1.13. LE TOURNANT :**

Le tournant remplace les chefs de partie lorsqu'ils sont en repos. Le problème ne se pose pas dans les établissement bénéficiant e deux jours de congé hebdomadaire.

Dans certains grands établissement, une véritable équipe de chef tournant est nécessaire.

Pour un jeune cuisinier, désirant se perfectionner rapidement, c'est le poste le plus intéressant en raison de la fréquence de rotation.

### **3. LA TENUE PROFESSIONNELLE :**

#### **3.1.LA REGLEMENTATION :**

La tradition et la réglementation exigent le port d'une tenue professionnelle.

La réglementation française précise que le personnel doit porter un vêtement de travail clair afin que toutes les salissures se distinguent au premier coup d'œil et une coiffure propre devant envelopper l'intégralité de la chevelure.

Le vêtement de travail n'est donc pas une fantaisie mais une obligation : elle représente une mesure d'hygiène en restauration mais elle est également le reflet de la personnalité du cuisinier, elle représente le restaurant où ce dernier travaille : une tenue négligée, tachée, attirera la suspicion sur la maison.

La responsabilité de l'employeur est engagée en matière de propreté corporelle et vestimentaire.

#### **3.2. LES DIFFERENTS ELEMENTS DE LA TENUE PROFESSIONNELLE :**

##### **3.2.1. LA VESTE :**

*Pur coton ignifugé ou, 50% coton, 50% polyester.*

La veste doit être croisée largement devant afin de former un plastron assurant une protection efficace contre la chaleur des fourneaux ainsi que d'éventuelles projections sur la poitrine.

Les manches sont à rabats afin de protéger les poignets de la chaleur et le système de boutonnage doit permettre de l'ôter rapidement en cas de brûlures.

Elle doit être ajustée afin d'éviter les risques d'entraînement mécanique.

Elle devra avoir des qualités iso thermiques (protection de la chaleur) difficilement inflammable, hydrophile (absorption de la transpiration) facile d'entretien et de très haute résistance.

Il est fortement conseillé (obligatoire au niveau de notre établissement) de porter sous la veste un tee-shirt blanc (hygiène et transpiration).

##### **3.2.2. LE PANTALON :**

*Pur coton ignifugé ou 65% coton, 35 % polyester.*

En pied de poule.

Les choisir sans revers (hygiène) bien taillés et confortables. Le polyester coton n'est pas ignifugé mais il ne présente pas de risque d'auto inflammation.

##### **3.2.3. LES COIFFES ( toques, calots, charlottes)**

*Coton, en non tissé, 100% viscose, double épaisseur d'ouate de cellulose.*

Obligatoires, elles sont destinées à contenir complètement et à retenir les cheveux source de forte contamination ainsi que toutes les souillures capillaires. Elle doivent envelopper l'intégralité de la chevelure tout en assurant une bonne aération du cuir chevelu, elles protègent les cheveux des buées et des vapeurs grasses ainsi que des odeurs.

Toutes ces coiffes doivent être légères, agréables à porter, réglables (taille et hauteur) et absorbant bien la transpiration. (La hauteur de la toque détermine les grades dans la cuisine).

### **3.2.4. LE TOUR DE COU :**

*Coton.*

Pointe de tissu très absorbante dont le rôle est d'absorber la transpiration du cou et du visage.

Le tour de cou doit être changé après chaque service, en aucun cas il ne devra être réutilisé humide.

### **3.2.5. LE TABLIER :**

*Coton extra fort.*

Sans bavette il doit être replié à la ceinture afin de protéger son utilisateur de la chaleur et se porte à la longueur convenable (au-dessous des genoux). Il est maintenu par deux cordons dont la boucle doit être dissimulée à l'intérieur afin de ne pas s'accrocher. Le cordon sert également à maintenir le torchon.

### **3.2.6. LES TORCHONS :**

*Coton métis.*

Servent uniquement pour la prise des récipients et plats chauds. En aucun cas ils ne doivent servir à s'essuyer les mains ou essuyer le matériel.

### **3.2.7. LES CHAUSSURES :**

*Cuir de préférence*

Couvertes et en cuir de préférence afin d'assurer une plus grande protection en cas de brûlure ou de chute d'objets (couteaux).

Antidérapantes, résistantes et confortables de couleur claire et maintenues en parfait état d'entretien.

Certains fournisseurs de vêtements professionnels proposent des chaussures de sécurité donnant à priori satisfaction.

### **3.2.8. LES GANTS ALIMENTAIRES :**

*Fibres de polyéthylène thermocollées (jetable) ou en caoutchouc nitrile.*

Pour les collectivités et cuisine centrales une protection supplémentaire doit être apportée au niveau de la préparation et du conditionnement des plats cuisinés à l'avance.

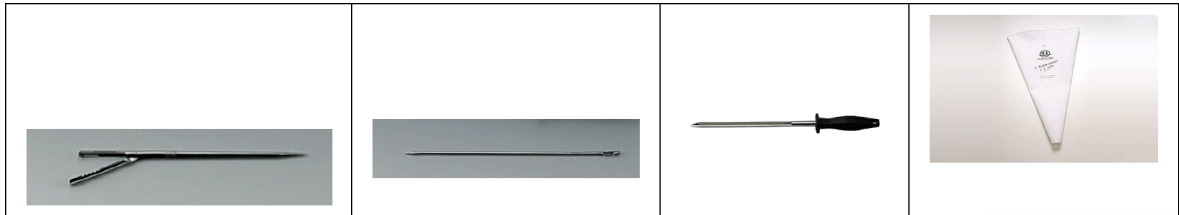
De fabrication ambidextre, ils doivent former un écran total aux bactéries, être micro poreux à l'air afin d'éviter la transpiration, imperméables, résistants, souples permettant une bonne préhension des bjet et restituant le plus fidèlement possible le toucher.

Ils doivent être jetables pour les préparations de viande hachée, farces à base de viande, de poisson et d'œufs, lavable et supportant la désinfection (pour la préparation des crudités, salades composées, mélange de légumes) changer au minimum après chaque demi journée d'utilisation.

			
<p>Toque Veste classique Pantalon « pied de poule »</p>	<p>Tablier long</p>	<p>Le « tour de cou »</p>	<p>Différents types de chaussures</p>

## 4.LE MATRIEL PROFESSIONNEL :

### 4.1.LE PETIT MATERIEL :

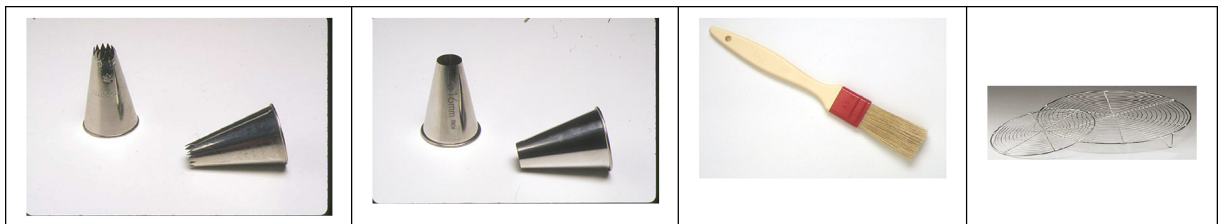


Aiguille à larder

Aiguille à brider

Lardoir

Poche à  
douilles

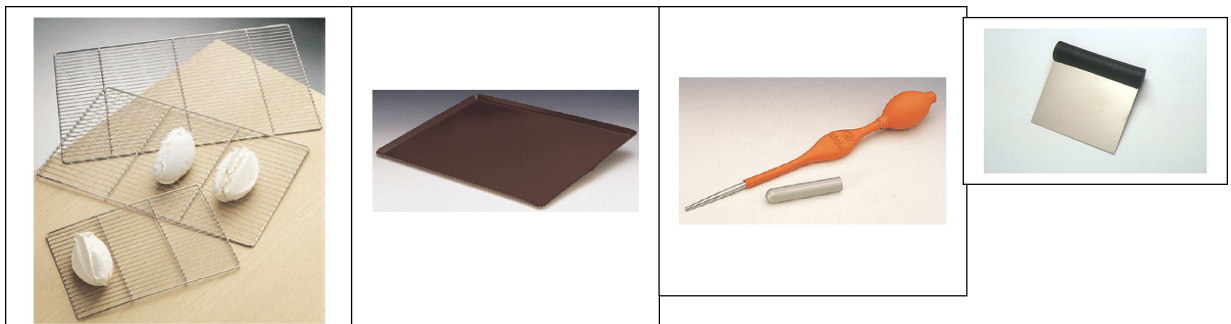


Douilles cannelées

Douilles unies

Pinceau

Grilles à  
tartes

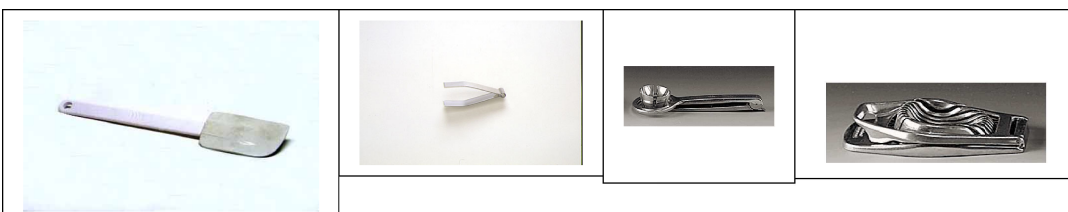


Grilles pâtisserie

Plaque pâtisserie

Pompe à sucre

Coupe pâte



Lèche plats





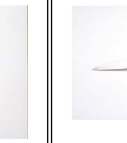






Pince pâte

Coupe œufs  
quartiers

Coupe œufs  
tranches.



## 4.2.LA COUTELLERIE : LES OUTILS DE BASE





					
Econome	Canneleur	Zesteur	Office	Désosseur	Filet sole
					
½ chef 25 cm	Chef 30 cm	Fourchette diapason	Lot spatules	Hachoir ou couperet	

			
--	--	---	---

Couteaux à huîtres	Couteau à pain	Fusil	Tranche lard
--------------------------	-------------------	-------	--------------

			
---	---	--	---

Mandoline	Couteau à Jambon 30 cm	couteau à saumon 35 cm	cuiller à lever
-----------	---------------------------	---------------------------	--------------------

			
Ciseaux poissons	Vide pomme	Dénoyauteur	Grand couteau à jambon ou à saumon

### 4.3.LA BATTERIE DE CUISINE :

			
Braisière	Sauteuse cuivre	Sauteuse inox.	Poêle à crêpes
			
Poêle à frire inox	Poêle à frire cuivre	Marmite haute	Rondeau
			
Plaque à rôtir	Plat à œuf	Saumonière	Lèchefrites
			
Lèchefrites inox	Casserole à moules	Petite russe	Bassines cuivre

## 5.LES SAUCES :

### 5.1.LES FONDS DE CUISINE :

#### 5.1.1.LES FONDS CLAIRS :

##### 5.1.1.1. LE FONDS BLANC :

A) ELÉMENTS NUTRITIFS : Os de bœuf, parures, nerfs, viandes à bouillir

B) ELÉMENTS AROMATIQUES : Bouquet de marmite, bouquet garni.

C) ELÉMENTS DE MOUILLEMENT : Eau froide

D) TRAITEMENT :

- 1- Concasser les os, les mettre dans une marmite, mouiller d'eau froide.
- 2- Amener lentement à ébullition, rafraîchir, remettre en casserole et remouiller
- 3- Ecumer et dégraisser à fond.
- 4- Ajouter le bouquet de marmite et le bouquet garni..
- 5- Faire cuire par **ébullition lente et régulière (frémissement)** pendant 6 à 8 heures.
- 6- Après cuisson, passer au chinois et réserver pour usage.

**Remarques:** Si pendant la cuisson, il y a réduction trop importante, compléter le mouillement avec de l'eau bouillante.

Ce fonds doit être obtenu aussi limpide et clair que possible, par une ébullition méthodique et réglée. On doit donc l'écumer et le dégraisser avec soin.

Le temps important de cuisson fait que le fonds qui en résulte offre l'avantage de tirer des os tout ce qu'ils sont susceptibles de donner comme éléments gélatineux.

### **5.1.1.2. LE FONDS DE VOLAILLE :**

**A) ELÉMENTS NUTRITIFS:** Poule à bouillir, abats et carcasse de volaille

**B) ELÉMENTS AROMATIQUES:** Bouquet de marmite, bouquet garni.

**C) ELEMENTS DE MOUILLEMENT :** Eau froide

**D) TRAITEMENT :**

- 1- Concasser les os, les mettre dans une marmite, mouiller d'eau froide.
- 2- Amener lentement à ébullition, rafraîchir, remettre en casserole et remouiller
- 3- Ecumer et dégraisser à fond.
- 4- Ajouter le bouquet de marmite et le bouquet garni..
- 5- Faire cuire par ébullition lente et régulière (frémissement) pendant 2 heures à 2 heures 30 . (le temps de la cuisson est égal au temps de cuisson de la volaille).
- 6- Après cuisson, passer au chinois et réserver pour usage.

**Remarques:** Si pendant la cuisson, il y a réduction trop importante, compléter le mouillement avec de l'eau bouillante.

Ce fonds doit être obtenu aussi limpide et clair que possible, par une ébullition méthodique et réglée. On doit donc l'écumer et le dégraisser avec soin.

Le temps de cuisson correspond en fait au temps de cuisson de la volaille en traitement, donc automatiquement de l'âge de la bête employée.

### **5.1.1.3. LE FUMET DE POISSON AU VIN BLANC :**

**A) ELÉMENTS NUTRITIFS:** 1 kg de têtes, parures et arêtes de poissons.

**B) ELEMENTS AROMATIQUES:** 80 gr d'oignons émincés.  
30 gr d'échalotes émincées.  
15 gr de queues de persil.  
2 côtes de céleri blanc.  
Fragments de thym et de laurier.

**C) ELEMENTS DE MOUILLEMENT:** ½ jus de citron.  
½ L. de vin blanc sec.  
2 L. d'eau.

**D) TRAITEMENT:**

1. Nettoyer et faire dégorger à l'eau courante les arêtes et les parures.
2. Faire suer les légumes aromatiques finement émincés.
3. Ajouter les arêtes, les parures égouttées concassées et achever de suer le tout ensemble.
4. Mouiller avec jus de citron, le vin blanc et l'eau.
5. Amener à ébullition et écumer soigneusement.
6. Laisser frémir doucement, à découvert pendant 20 à 30 minutes.
7. Au terme de la cuisson, passer au chinois en pressant délicatement les arêtes.
8. Faire rebouillir, écumer et débarrasser.

**Remarques:** Le fumet de poisson est utilisé pour la préparation du velouté de poissons et des sauces poissons. La qualité, la saveur de toutes les sauces poissons en dépendent. Certaines arêtes et parures apportent plus de saveur que d'autres; soles, turbots sont excellentes, viennent ensuite cabillaud, aiglefin, etc. Une tendance prévaut actuellement et qui veut que chaque sauce soit réalisée à partir d'un fumet réalisé avec les arêtes et parures du seul poisson en traitement; si cette technique est parfaitement et judicieusement employée lors de la préparation du fumet sous-vide, il n'en est pas de même en cuisson traditionnelle où le goût propre à chaque espèce est beaucoup moins marqué. Quoi qu'il en soit, la qualité primordiale doit être la grande fraîcheur des arêtes et des parures. Le but est atteint, si l'on a obtenu un produit d'une grande saveur et limpide. Les arêtes sont suées lorsqu'elles ont perdu leur aspect vitreux. Pour les grandes quantités, il est nécessaire de les retourner à la spatule; préférer de ce fait, un ustensile à fond très large. Un surcroît de cuisson confère au fumet un goût de colle.

#### **5.1.1.4. LE FUMET DE POISSONS AU VIN ROUGE :**

**A) ELEMENTS NUTRITIFS :** 2,5 kg de têtes, arêtes ou parures de poissons en traitement.

**B) ELEMENTS AROMATIQUES:** 300 gr d'oignons émincés.  
100 gr de queues de persil.  
1 branche de thym; 2 feuilles de laurier.  
5 gousses d'ail.  
100 gr de pelures de champignons ou 1 dl de jus de cuisson de champignons.

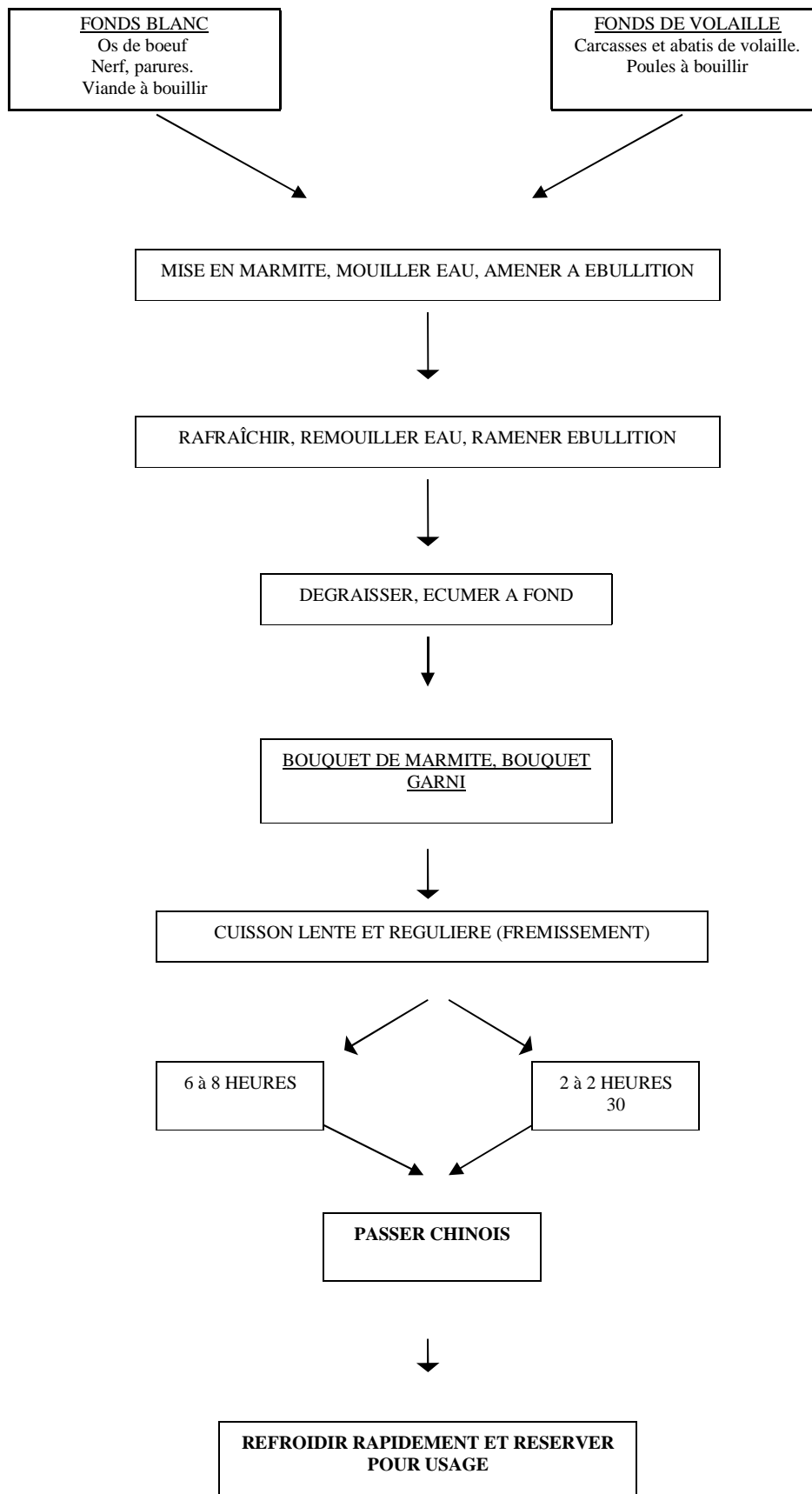
**C) ELEMENTS DE MOUILLEMENT:** 3,5 L. d'eau.  
2 L. de bon vin rouge.

**D) TRAITEMENT:** Idem que fumet de poisson au vin blanc.

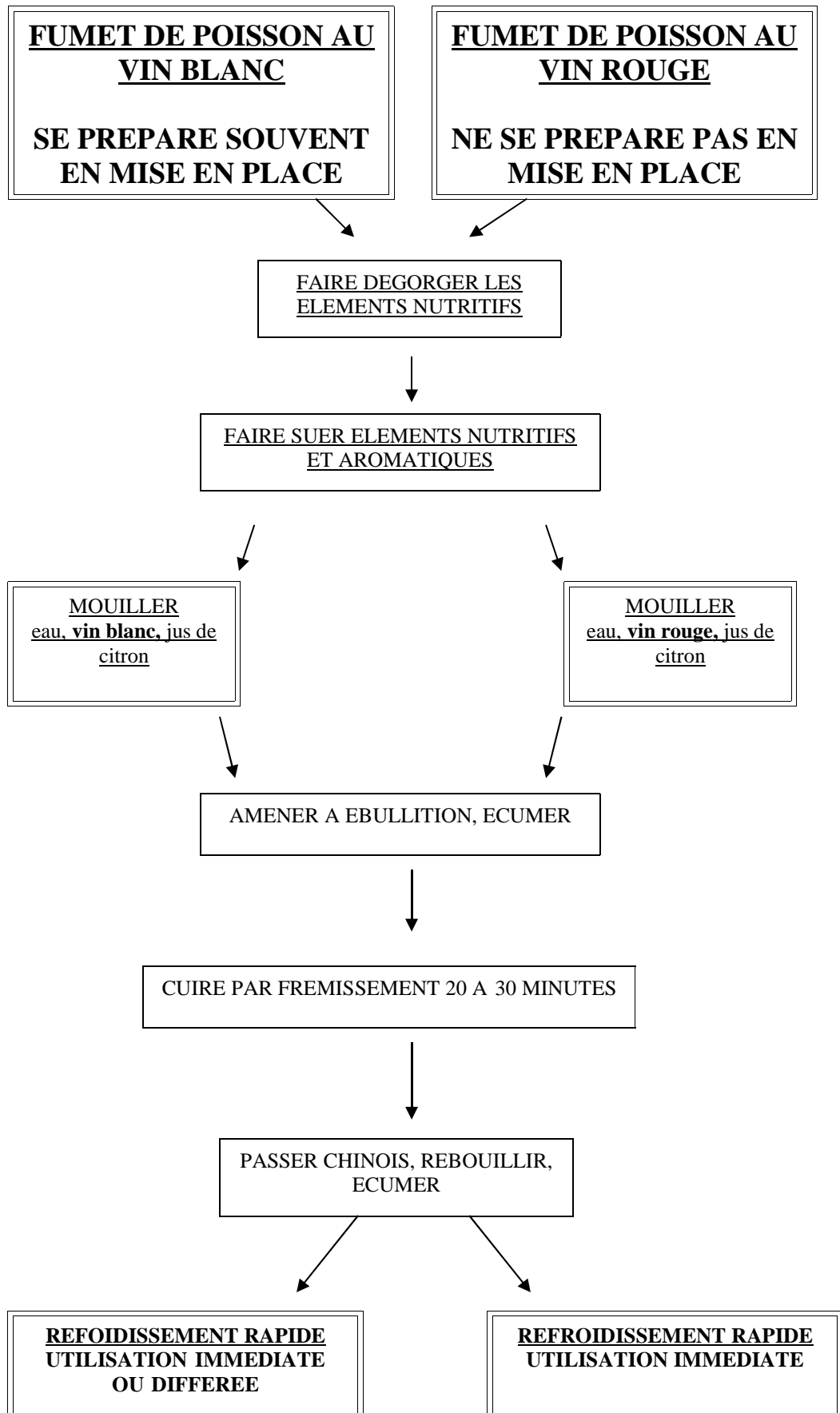
**Remarques:** Ce fonds fait assez rarement l'objet d'une préparation spéciale, parce que dans la pratique, il est constitué par la cuisson même du poisson, comme il en est pour les matelotes. Pourtant, comme les nécessités des services modernes l'exigent, (service sur assiette - poissons entièrement débarrassés de leurs arêtes) le besoin et l'utilité de ce fonds se fait sentir. En principe, on doit employer pour la confection de ce fonds les arêtes et débris (parures) du poisson à traiter, afin de lui donner son fumet caractéristique.

## **5.1.1.5. TABLEAU RECAPITULATIF D'ELABORATION DES FONDS DE BASES CLAIRS :**

### **5.1.1.5.1.FONDS BLANC ET FONDS DE VOLAILLE :**



**5.1.1.5.2. FUMET DE POISSON AU VIN BLANC ET AU VIN ROUGE :**





## **5.1.2. LES FONDS FONCES :**

### **5.1.2.1. LE FONDS BRUN :**

**A) ELÉMENTS NUTRITIFS :** - Os de porc, os de veau.

- Parures et nerfs de porc et veau.
- Viandes à bouillir de porc et veau.

**B) ELÉMENTS AROMATIQUES:** - Oignons, gousses d'ail, carottes, bouquet garni.

**C) ELÉMENTS DE MOUILLEMENT:**- Fonds blanc ou eau froide plus jus de déglçage.

**D) TRAITEMENT:**

1. Concasser les os et les mettre dans une plaque à rôtir.
2. Faire pincer les os et ajouter les légumes émincés à  $\frac{3}{4}$  de la coloration des os et continuer celle-ci.
3. A l'aide d'une écumoire, placer les os et les légumes dans une marmite.
4. Dégraisser la plaque à rôtir et la déglacer avec de l'eau, verser ce déglçage dans la marmite.
5. Compléter le mouillement avec du fonds blanc ou à défaut de l'eau, ajouter l'ail et le bouquet garni et amener le tout lentement à ébullition.
6. Dégraisser et écumer à fond et faire cuire par une ébullition lente et régulière (frémissement) durant 6 à 8 heures.
7. Passer au chinois et réserver pour usage.

**Emploi:** Préparation des jus de rôtis

**Remarque:** Tout comme le fonds blanc, celui-ci doit être aussi limpide que possible.

### **5.1.2.2. LE JUS DE VEAU BRUN :**

**A) ELEMENTS NUTRITIFS:** - Os et parures de veau.

**B) ELÉMENTS AROMATIQUES:** - Oignons, carottes, bouquet garni.

**C) ELÉMENTS DE MOUILLEMENT:** - Fonds brun ou fonds blanc plus jus de déglçage.

**D) TRAITEMENT:**

1. Concasser les os et les mettre dans une plaque à rôtir.
2. Faire pincer les os et ajouter les légumes émincés à  $\frac{3}{4}$  de la coloration des os et continuer celle-ci.
3. A l'aide d'une écumoire, placer les os et les légumes dans une marmite.
4. Dégraisser la plaque à rôtir et la déglçer avec du fonds brun de préférence ou du fonds blanc à défaut et verser ce déglçage dans la marmite.
5. Compléter le mouillement avec du fonds brun ou du fonds blanc, ajouter l'ail et le bouquet garni et amener le tout lentement à ébullition.
6. Dégraisser et écumer à fond et faire cuire par une ébullition lente et régulière (frémissement) durant 6 à 8 heures.
7. Passer au chinois et réserver pour usage.

**Emploi:** Déglçage des rôtis, remplace les jus de rôtis déficients.

### **5.1.2.3. LE JUS DE VEAU BRUN LIE ET TOMATE :**

**A) ELEMENTS NUTRITIFS:** - Os et parures de veau.

**B) ELÉMENTS AROMATIQUES:** - Oignons, carottes, bouquet garni, concentré de tomates.

**C) ELÉMENTS DE MOUILLEMENT:** - Fonds brun ou fonds blanc plus jus de déglçage.

**D) TRAITEMENT:**

1. Idem jus de veau brun, mais ajouter concentré de tomate dans la marmite en même temps que le jus de déglçage.
2. Après cuisson et filtrage au chinois, lier 5 L. de ce fonds avec 625 gr de roux brun, laisser dépouiller longuement.
3. Débarrasser et réserver pour usage.

**Emploi:** En ajoutant de la glace de viande (voir plus loin) on obtient la sauce appelée sauce demi glace.

#### **5.1.2.4. LE FONDS DE GIBIER :**

**A) ELÉMENTS NUTRITIFS:** - 4 kg de parures, os de chevreuil, marcassin, lièvre, cerf ou tout autre gibier.

**B) ELÉMENTS AROMATIQUES:** - 250 gr de carottes.  
- 250 gr d'oignons.  
- 1 feuille de sauge.  
- Baies de genévrier.  
- Bouquet garni.

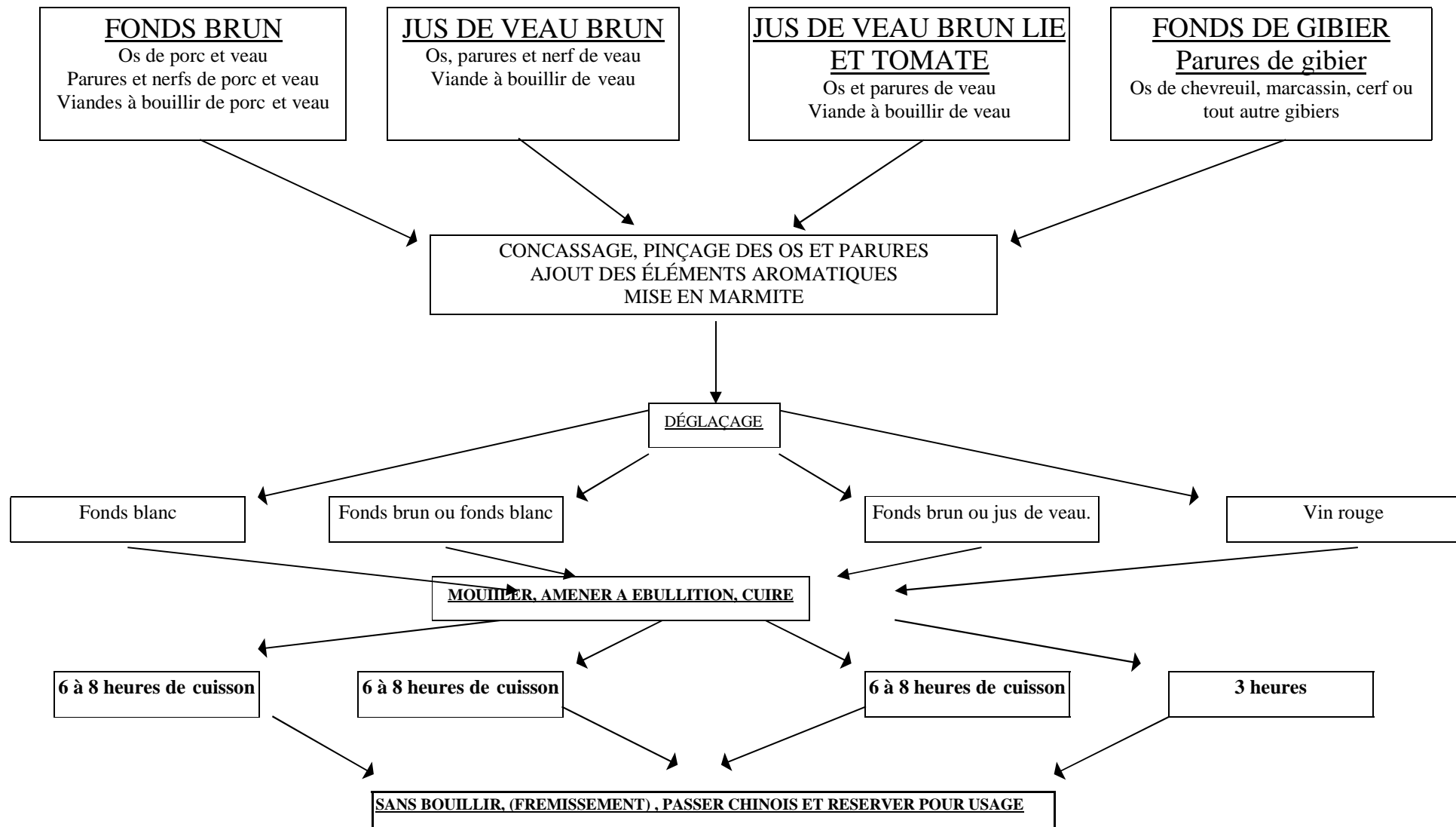
**C) ELÉMENTS DE MOUILLEMENT:** - 6 L. d'eau.  
- 1 L. de vin rouge.

#### **D) TRAITEMENT:**

1. Faire pincer les parures de gibier au four ou les colorer à la poêle.
2. Ajouter les légumes émincés et les colorer également, de même que les aromates.
3. Mettre le tout en braisière et déglacer l'ustensile de coloration au vin rouge.
4. Verser le déglaçage dans la braisière et mouiller avec l'eau.
5. Amener à ébullition et écumer à fond, faire cuire doucement par une ébullition lente et régulière, à découvert pendant 3 heures.
6. Passer au chinois.

**Remarque:** Même remarque que pour les autres fonds, celui-ci doit être conduit de façon minutieuse et soignée.

### 5.1.2.5. TABLEAU RECAPITULATIF D'ELABORATION DES FONDS DE BASES FONCES :



### **5.1.3. LES GLACES :**

Les glaces de viande, de gibier et de poisson, dont les usages sont multiples, sont des fonds tirés de l'un ou l'autre de ces éléments et traités par réduction jusqu'à ce qu'ils aient acquis une consistance sirupeuse.

On les emploie, tantôt pour envelopper les mets d'une couche onctueuse et brillante, tantôt pour renforcer la tonalité d'une sauce, ou corser une préparation dont le fonds se trouve trop faible, ou bien, on les utilise directement comme sauces, après les avoir convenablement beurrées ou crémees, selon le genre de mets qu'elles doivent accompagner.

#### **5.1.3.1. LA GLACE DE VIANDE :**

La glace est à point lorsqu'une cuiller trempée dans la glace est enveloppée d'une couche brillante et bien adhérente.

**Remarque:** Elle s'obtient par réduction du fonds brun. Au fur et à mesure que la réduction s'opère de pair avec la concentration, le fonds est passé au chinois mousseline et mis dans des casseroles de plus en plus petites.

La pureté de la glace résulte d'un écumage soigneusement fait durant le cours de la réduction. La température, appliquée à la réduction, doit décroître au fur et à mesure que se fait la concentration du fonds; c'est à dire que, si celle-ci peut être conduite à plein feu au début, elle doit, vers la fin de la réduction être conduite doucement et à feu modéré.

Lorsqu'il est nécessaire d'obtenir une glace plus légère et de couleur blonde, on remplace le fonds de veau brun par du fonds blanc.

#### **5.1.3.2. LA GLACE DE VOLAILLE:**

Procéder comme pour la glace de viande, en employant du fonds de volaille en place du fonds brun.

#### **5.1.3.3. LA GLACE DE GIBIER :**

Opérer de même en réduisant du fonds de gibier ou le fonds d'un seul gibier, s'il s'agit d'obtenir une glace spéciale.

#### **5.1.3.4. LA GLACE DE POISSON :**

Cette glace est moins usitée que les précédentes, et dans la pratique courante, on emploie de préférence « l'essence de poisson » dont la saveur est plus fine et qui, réduite, peut être ajoutée à la sauce poisson dont elle a assuré le pochage.

## **5.1.4. LES ESSENCES :**

### **5.1.4.1. LES ESSENCES DE POISSONS :**

**A) ELÉMENTS DE BASE:** 2 kg de têtes, parures, arêtes de merlan, soles, turbot, etc.

**B) ELÉMENTS AROMATIQUES:** - 125 gr d'oignons finement ciselés.  
- 300 gr de pelure de champignons.  
- 50 gr de queues de persil.  
- 1 jus de citron.

**C) MOUILLEMENT** :- 1,5 L. de fumet de poisson très clair.  
- 3 dl d'excellent vin blanc.

### **D) TRAITEMENT:**

1. -Faire revenir à blanc dans de la matière grasse, oignons, queues de persil et pelures de champignons.
2. -Ajouter arêtes et parures et faire suer ¼ d'heure en remuant souvent.
3. -Mouiller avec vin blanc, réduire de moitié et compléter avec le fumet, le jus de citron et laisser frémir une bonne demi-heure.
4. -Passer au chinois recouvert d'une étamine.
5. -Le faire réduire ensuite de moitié.

### **5.1.4.2. LES ESSENCES DIVERSES :**

Ainsi que leur nom l'indique, les essences sont des fonds qui, sous un volume réduit, détiennent une note savoureuse très prononcée. Elles ne sont rien d'autres choses que les fonds ordinaires, beaucoup moins mouillés que de coutume, afin d'assurer la concentration savoureuse de l'élément traité. Dès lors, il se conçoit que leur utilité est nulle si les préparations qu'elles doivent compléter ont été traitées avec des fonds suffisamment chargés en principes savoureux.

Il est infiniment plus simple de préparer un fonds succulent et de saveur irréprochable, que de faire un fonds médiocre et de parer ensuite à son insuffisance en le complétant avec une essence préparée à cet effet. Le résultat est meilleur et permet de réaliser une économie de temps et de substances.

Tout au plus, et pour certains cas, est-il préconisé l'usage d'essences tirées de certains produits particulièrement sapides, tels: céleri, champignons, morilles, truffes, etc. Encore faut-il remarquer que 9 fois sur 10, il est préférable d'ajouter le produit même au fonds, pendant la préparation de celui-ci.

Pour toutes ces raisons, il n'est pas plus utile de s'étendre sur la question des essences, dont l'utilité devient nulle, lorsque les fonds de bases réunissent les conditions désirables au point de vue du corsé et de la sapidité.

### **5.1.5. LES ROUX :**

Les roux sont constitués d'un mélange de beurre ou autre corps gras et de farine, cuits plus ou moins longtemps. Les roux représentent la base de liaison des grandes sauces. Il y a trois sortes de roux : Le roux blanc, le roux blond et le roux brun.

Dans la fabrication des roux, il vaut mieux employer un beurre clarifié, (si on veut le conserver quelque temps) afin d'éliminer la caséine qui est nuisible à la cuisson régulière. La chaleur nécessaire à cette cuisson doit être régulière, afin que les cellules contenant l'amidon se développent normalement.

Un roux doit être bien cuit pour 3 raisons: 1- Pour enlever le goût cru de la farine.

2- Pour développer les éléments de liaison.

3- Pour éviter le relâchement des sauces.

#### **5.1.5.1. LE ROUX BRUN :**

**A) PROPORTIONS:** 500 gr de beurre clarifié.  
600 gr de farine tamisée.

**B) CUISSON:**

Le temps de cuisson étant subordonné à l'intensité du calorique employé, celui-ci ne peut pas être fixé mathématiquement, mais il est toujours préférable de conduire la cuisson trop lentement plutôt que trop vite, car sous l'influence d'une chaleur trop vive, les cellules contenant les principes actifs de la farine se racornissent et emprisonnent étroitement leur contenu, s'opposant dès lors à son mélange ultérieur avec l'élément de mouillement et, de ce fait, détruisant l'équilibre de liaison de la sauce. Il se produit dans ce cas, un fait analogue à celui qui se constaterait sur des légumes secs traités à l'eau bouillante. Il faut qu'une chaleur modérée d'abord, puis régulièrement progressive, provoque la distension des cellules, pour que l'amidon qu'elles contiennent gonfle et, sous l'influence de la chaleur, subisse un début de fermentation qui transforme l'amidon en dextrine, substance soluble et principal agent de liaison. Une fois cuit, le roux brun doit avoir une belle teinte noisette claire, et se trouver absolument lisse et sans grumeaux.

#### **5.1.5.2. LE ROUX BLOND :**

**A) PROPORTIONS:** Les proportions sont les mêmes que pour le roux brun.

**B) CUISSON:**

La cuisson doit être conduite doucement jusqu'à ce que le roux prenne une teinte légèrement blanche, un aspect friable et que s'en dégage une odeur de biscuit. Cuisson plus rapide que le roux brun.



### **5.1.5.3. LE ROUX BLANC :**

**A) PROPORTIONS:** Identiques à celles du roux brun.

**B) CUISSON:**

La cuisson de celui-ci est ramenée à quelques minutes, durée justement nécessaire pour enlever le goût cru de la farine.

**DOSAGE DU ROUX :** par litre de mouillement.

- - Sauce de consistance légère: 50 à 70 gr de roux.
- - Sauce de consistance moyenne: 100 à 125 gr de roux.
- - Sauce de consistance épaisse: 150 à 200 gr de roux.

**Remarque:** La consistance d'une sauce à base de lait nécessite proportionnellement moins de roux qu'une sauce à base de fonds.

## **5.2. LES SAUCES DE BASES :**

### **5.2.1. LES SAUCES TIREES DES FONDS DE BASES :**

#### **5.2.1.1. LES SAUCES SINGEES :**

##### **5.2.1.1.1. LA SAUCE ESPAGNOLE :**

**A) ELEMENTS DE PREPARATION:** 1 kg d'oignon  
½ kg de carottes.  
Quelques branches de céleri.  
Bouquet garni.  
500 gr de lard gras dorsal.  
1 L. de concentré de tomates.  
600 gr de farine brunie au four.  
12 L. de fonds brun.  
Sel, poivre, matière grasse.

#### **B) TRAITEMENT:**

- 1- Faire revenir à la poêle les légumes et le lard coupé finement.
- 2- Verser dans une braisière et singer avec la farine brunie.
- 3- Ajouter le concentré de tomates préalablement bruni au four.
- 4- Mouiller avec le fonds brun, saler, poivrer et ajouter bouquet garni.
- 5- Amener à ébullition en remuant et laisser dépouiller jusqu'à la réduction d'environ 1/3.
- 6- Passer au chinois, beurrer la surface.

### 5.2.1.1.2. LA SAUCE TOMATE :

A) ELEMENTS DE PREPARATION: 1,5 L. de concentré de tomates.

½ kg d'oignons.

½ kg de carottes.

Quelques branches de céleri.

1 gousse d'ail, thym, laurier

6 L. de fonds blanc.

200 à 250 gr de farine brunie au four.

½ kg de lard gras dorsal, matière grasse.

B) TRAITEMENT:

1- Faire revenir le lard coupé en dés dans de la matière grasse.

2- Ajouter les légumes finement émincés et les faire suer.

3- Singer, mélanger à la spatule, laisser cuire quelques instants en remuant.

4- Ajouter le concentré de tomates au centre et passer une dizaine de minutes à four chaud. Cette opération à pour objet d'enlever l'acidité du concentré de tomates.

5- Mouiller en mélangeant.

6- Amener à ébullition sur le fourneau en remuant.

7- Enfourner à four moyen et faire cuire +/- 2 heures à couvert.

8- Au terme de la cuisson, passer au chinois, beurrer la surface et réserver pour usage.

### 5.2.1.1.3. LA SAUCE POIVRADE :

#### 5.2.1.1.3.1 LA SAUCE POIVRADE : (méthode Escoffier).

Cette sauce de base est le point de départ de toutes les sauces gibiers (gibiers à poil).

#### A) ELEMENTS DE PREPARATION : 1 kg de parures de gibiers

- 125 gr de carottes.
- 125 gr d'oignons.
- Queues de persil, thym, laurier.
- 3 dl de vinaigre.
- 2 dl de vin blanc
- ½ L. de fonds de gibier.
- 1 L. de marinade.
- Quelques grains de poivre.

#### B) TRAITEMENT:

- 1- Faire revenir à la poêle les parures de gibiers.
- 2- Faire suer à part une mirepoix de carottes, d'oignons, queues de persil, thym et laurier.
- 3- Mouiller avec le vinaigre et le vin blanc et faire réduire presque à sec.
- 4- Remouiller avec 2 dl de fonds de gibier et 1 L. de marinade.
- 5- Amener à ébullition et cuire doucement à couvert pendant 3 à 4 heures.
- 6- Ajouter quelques grains de poivre 10 minutes avant de passer la sauce au chinois.
- 7- Relâcher la sauce avec ¼ L. de fonds de gibier et autant de poivrade, faire dépouiller doucement durant ½ heure, débarrasser et beurrer la surface.

#### 5.2.1.1.3.2. LA SAUCE POIVRADE : (méthode actuelle).

#### A) ELEMENTS DE PREPARATION: 125 gr de carottes.

- 125 gr d'oignons.
- Queues de persil, thym, laurier, ail.
- 200 gr de farine.
- ½ L. de concentré de tomates.
- 2 L. de vin rouge.
- 4L. de fonds de gibier ou de jus de veau lié.
- Sang de porc ou de lièvre.

#### B) TRAITEMENT:

- 1-Faire colorer à la poêle ou en braisière les parures de gibier.
- 2-Ajouter la mirepoix de carottes, oignons, persil, thym et laurier ainsi que l'ail.
- 3-Singer, ajouter le concentré de tomates et passer au four pour enlever l'acidité du concentré.
- 4-Mouiller avec le vin rouge et le fonds de gibier.

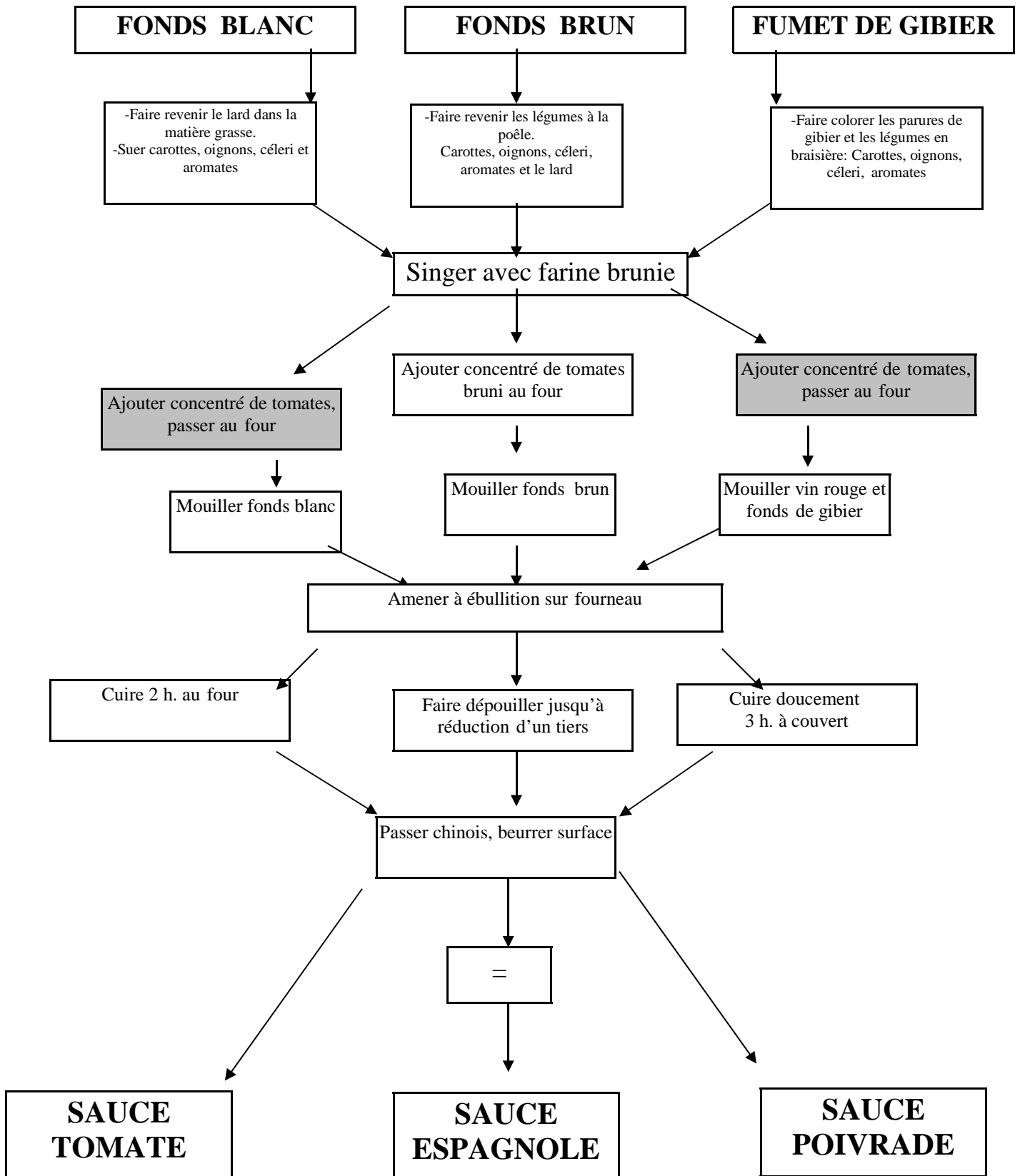
5-Amener doucement à ébullition et cuire doucement à couvert pendant 3 heures.

6-Au terme de la cuisson, passer au chinois pointu et bien presser.

7-On peut lier la sauce très légèrement avec un filet de sang de lièvre ou de porc, passer alors la sauce au chinois mousseline, débarrasser et beurrer la surface.

**Remarque:** Le fait d'ajouter un peu de sang à la sauce pour la terminer lui donne un aspect luisant et un teint plus chaud. Pour obtenir le même résultat, on peut également y ajouter du sucre caramel déglacé au vin blanc et au vinaigre.

**5.2.1.1.4. TABLEAUX RECAPITULATIFS D'ELABORATION DES SAUCES DE BASES SINGEES :**



## **5.2.1.2. LES SAUCES VELOUTES :**

### **5.2.1.2.1. LA SAUCE BLANCHE GRASSE OU VELOUTE ORDINAIRE :**

#### **A) ELEMENTS DE PREPARATION :**

6 L. de fonds blanc  
600 gr de roux blanc.  
Jus de cuisson de champignons cuits à blanc.

#### **B) TRAITEMENT:**

1. Délayer le roux froid avec le fonds bouillant.
2. Amener à ébullition en remuant constamment.
3. Tenir le velouté en ébullition lente et régulière, afin d'en assurer le parfait dépouillement, lequel doit être fait avec le plus grand soin
4. Passer le velouté au chinois mousseline et vanner jusqu'à complet refroidissement.

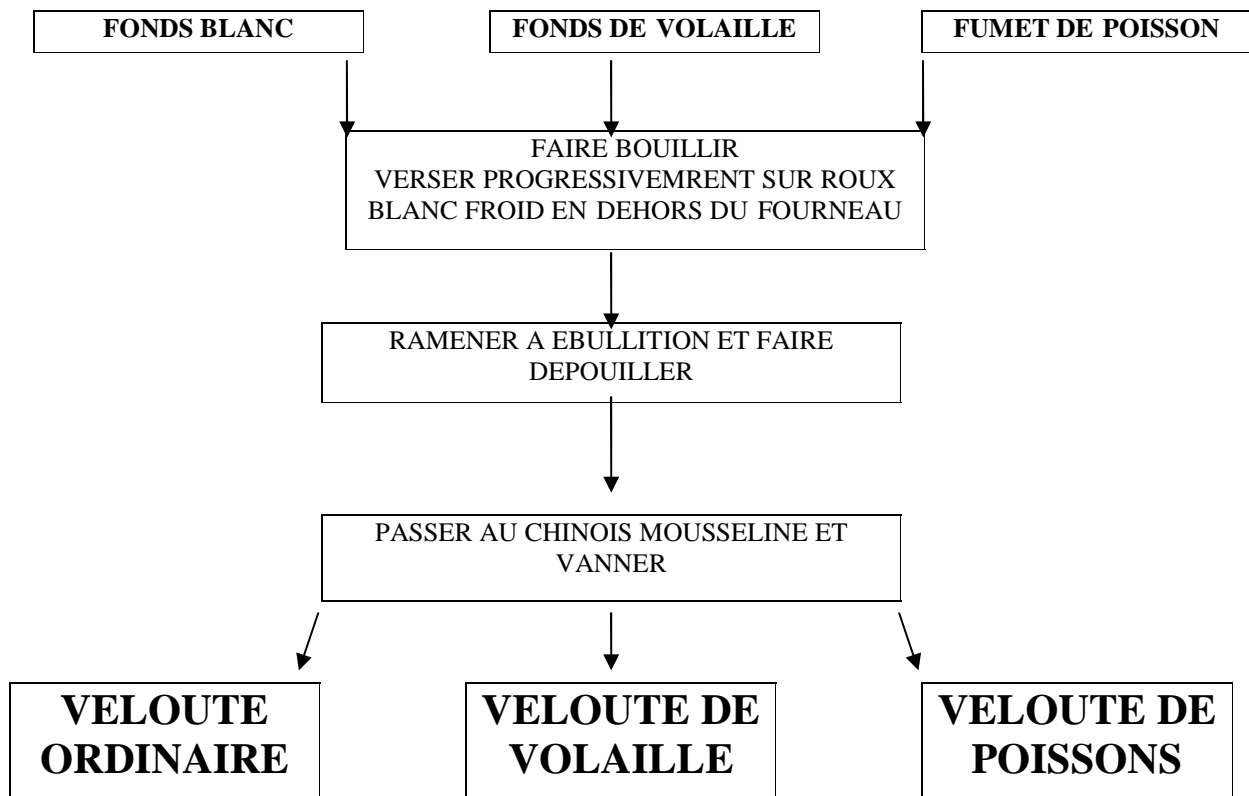
### **5.2.1.2.2. LE VELOUTE DE VOLAILLE :**

L'apprêt de ce velouté est le même que le velouté ordinaire, comme proportions et traitement, mais le mouillement se fait avec du fonds de volaille et la liaison avec du roux blanc.

### **5.2.1.2.3. LE VELOUTE DE POISSON :**

Il se prépare dans les mêmes proportions de roux et de mouillement que le velouté de volaille. On doit observer cependant que, comme toutes les préparations dont l'élément de base est fourni par le poisson, il doit être préparé vivement et tenu en dépouillement 20 minutes au plus.

**5.2.1.2.4. TABLEAU RECAPITULATIF D'ELABORATION DES SAUCES DE BASES VELOUTES :**





## 5.3. LES SAUCES MERES :

### 5.3.1. LES SAUCES MERES TIREES DES FONDS DE BASES :

#### 5.3.1.1. LA SAUCE DEMI-GLACE. :

##### 5.3.1.1.1. LA SAUCE DEMI-GLACE (ANCIENNE METHODE) :

La sauce communément appelée sauce demi glace est la sauce espagnole parvenue à l'extrême limite de perfection qu'elle est susceptible de recevoir, après un dernier dépouillement. Elle se complète en tout dernier lieu, par une addition de glace de viande.

Sa condimentation par addition d'un vin quelconque en change naturellement son caractère et détermine sa destination finale.

**N.B.:** Il est conseillé de faire l'addition des vins destinés à donner à une sauce son ton définitif à pleine ébullition, car celle-ci fait évaporer l'arôme du vin. Il suffit donc de pratiquer cette opération hors du feu.

##### 5.3.1.1.2. LA SAUCE DEMI-GLACE (NOUVELLE METHODE) A:

De nos jours, on préconise une méthode beaucoup plus simple pour réaliser la sauce demi glace tout en lui conservant les qualités apportées par la sauce espagnole. Il suffit d'employer du jus de veau brun lié et tomaté (voir point 2.1.2.2) et d'y ajouter de la glace de viande.

### 5.3.1.1.3. LA SAUCE DEMI-GLACE (NOUVELLE METHODE) B:

Cette méthode est très voisine de celle expliquée ci-dessus.

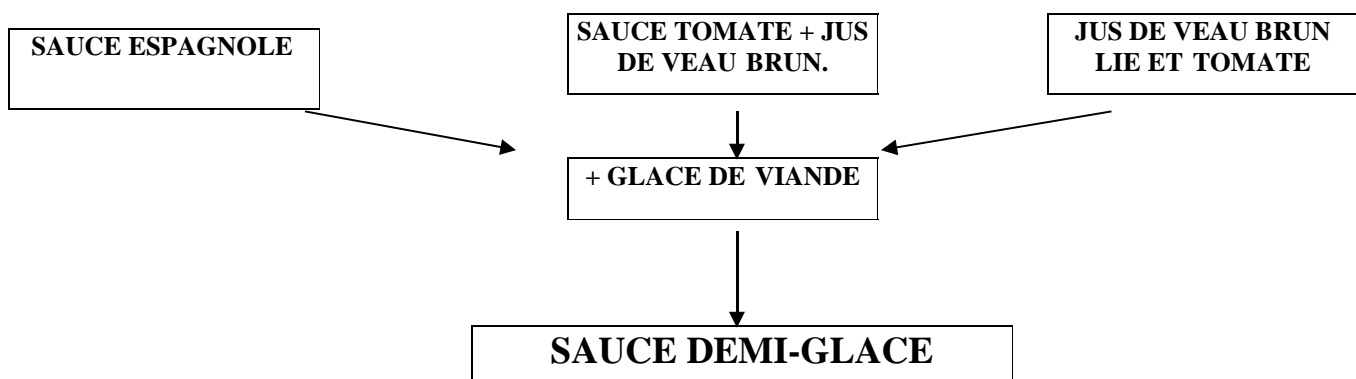
FONDS DE VEAU BRUN: 4 litres.

ELÉMENT DE LIAISON: 30 gr d'arrow-root.

#### TRAITEMENT:

- 1.-Mettre en ébullition le fonds brun et le réduire de  $\frac{3}{4}$  afin de ne plus en obtenir qu'un litre.
- 2.-Délayer l'arrow-root avec quelques cuillerées de fonds froid; le verser dans le fonds bouillant, cuire une minute et passer au chinois mousseline.
- 3.-Ajouter à ce jus obtenus 2 dl d'excellente sauce tomate, laisser dépouiller quelques instants.
- 4.-Ajouter la glace de viande et repasser le tout au chinois mousseline.

### 5.3.1.1.4. TABLEAU RECAPITULATIF DE L'ELABORATION DE LA SAUCE DEMI-GLACE :



## **5.3.2. LES SAUCES MERES TIREES DES SAUCES DE BASE :**

### **5.3.2.1. LA SAUCE PARISIENNE (ex. ALLEMANDE) :**

C'est le velouté ordinaire (ou sauce blanche grasse) bonifié(e) avec des jaunes d'œufs.

VELOUTE ORDINAIRE: 1 litre.

ELEMENTS AUXILLIAIRES: 5 jaunes d'œufs.

½ litre de fonds blanc froid.

Poivre mignonnette, muscade.

2 dl de jus de cuisson de champignons à blanc.

1 filet de jus de citron.

TRAITEMENT:

1. Réunir dans un sautoir à fond épais, le jus de cuisson des champignons, le fonds blanc, les jaunes d'œufs, le poivre mignonnette, la muscade et le jus de citron.
2. Mélanger le tout au fouet; ajouter le velouté, faire prendre ébullition et réduire d'un bon tiers sans cesser de remuer à la spatule.
3. Réduire la sauce jusqu'au moment où elle nappe bien la spatule et la passer au chinois.

Cette recette est ancienne, elle date du début XX<sup>ème</sup> siècle et comme la sauce demi glace, on lui préfère simplement une formule plus simple qui consiste à mélanger au velouté terminé une liaison de jaunes d'œufs et de crème dans les proportions de 2 jaunes d'œufs et d'1 dl de crème par litre de velouté.

### **5.3.2.2. LA SAUCE SUPREME :**

La sauce suprême est un velouté de volaille bonifié à la crème dans la proportion de 1 dl de crème par litre de velouté de volaille.

### **5.3.2.3. LA SAUCE VIN BLANC :**

C'est un velouté de poisson bonifié avec jaunes d'œufs et crème à raison de 2 jaunes d'œufs et 1 dl de crème par litre de velouté.

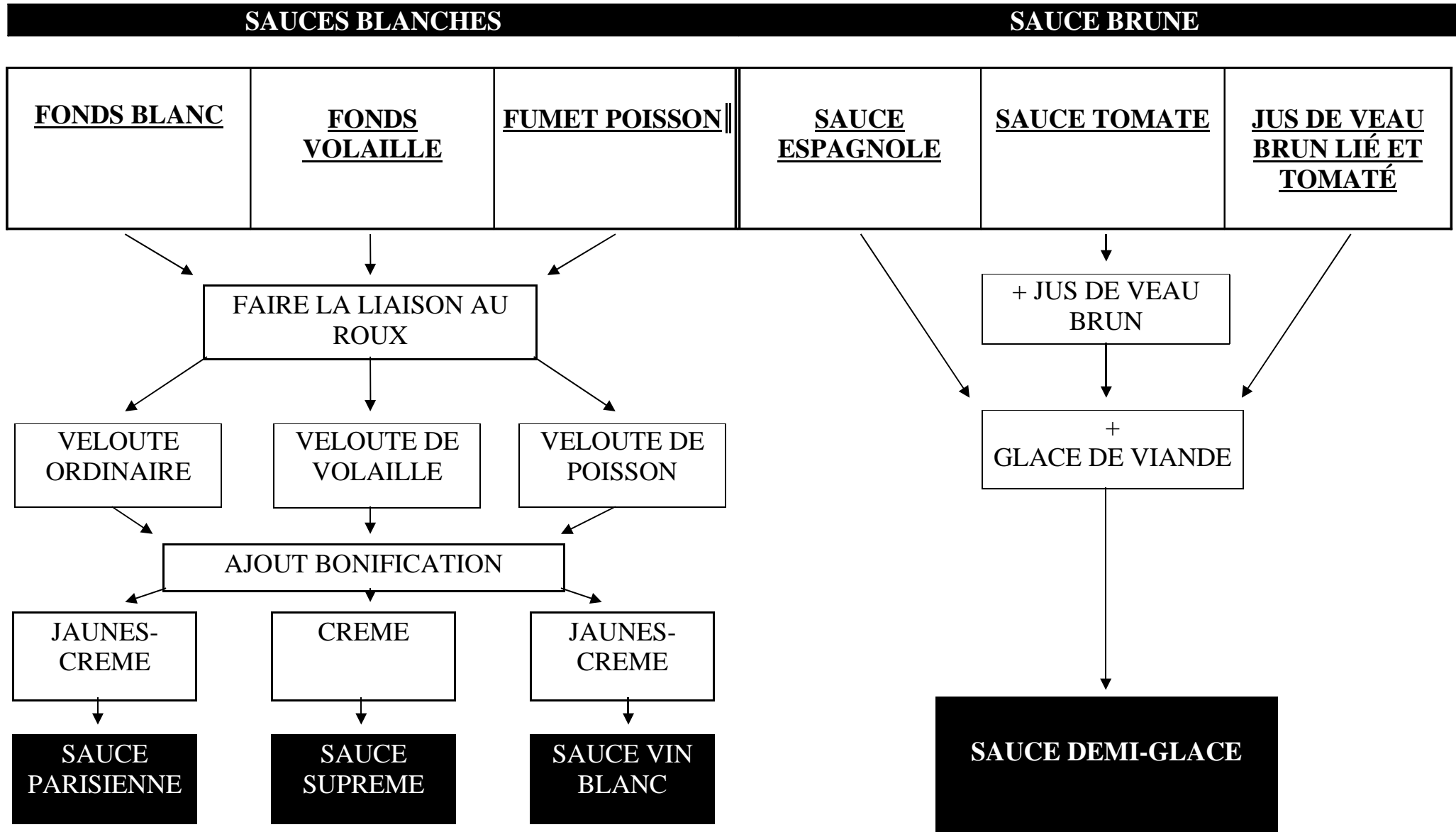
**Cependant, par sauce vin blanc, on peut entendre:**

- 1- Un velouté de poisson relâché avec un peu de fumet de poisson, bonifié avec une liaison de jaunes d'œufs et de crème ainsi qu'une ajoute de quelques noix de beurre.
- 2- Un excellent fumet de poisson (1,5 dl) que l'on fait réduire de moitié. Y ajouter 5 jaunes d'œufs et monter la sauce comme une sauce mousseline avec 500 gr de beurre clarifié.
- 3- Un fumet de poisson réduit à glace et monté au beurre. Chacune de ces trois méthodes ont leurs avantages et leurs inconvénients, la tendance actuelle est plutôt tournée vers une 4<sup>ème</sup> méthode.

### TENDANCE ACTUELLE:

- 1- Faire une réduction  $\frac{2}{3}$  de fumet de poisson et  $\frac{1}{3}$  de vin blanc et réduire à  $\frac{1}{4}$ .
- 2- Ajouter crème et faire réduire jusqu'à consistance d'un velouté.
- 3- A cette réduction, ajouter si nécessaire un peu de velouté de poisson (si cette sauce n'est pas assez corsée).
- 4- Redonner un bouillon, rectifier assaisonnement, passer au chinois mousseline et beurrer la surface.

**5.3.2.4. TABLEAU RECAPITULATIF D'ELABORATION DES SAUCES MERES TIREES DES FONDS DE BASES. :**



### **5.3.3. LES SAUCES MERES NON-TIREES DES FONDS DE BASES :**

#### **5.3.3.1. LA SAUCE BECHAMEL :**

##### **5.3.3.1.1. LA SAUCE BECHAMEL (ANCIENNE METHODE) :**

**A) LIAISON:** 650 gr de roux blanc.

**B) MOUILLEMENT:** 5 litres de lait bouillant.

**C) ELEMENTS AUXILLIAIRES:** 300 gr de veau maigre étuvé au beurre et à blanc.  
2 oignons ciselés.  
Thym, poivre mignonnette.  
Sel, muscade.

**D) TRAITEMENT:**

- 1- Délayer le roux avec le lait bouillant, faire prendre ébullition en remuant, ajouter l'assaisonnement, condiments et veau étuvé préalablement.
- 2- Cuire doucement pendant 1 heure.
- 3- Passer à l'étamine et tamponner la surface de la sauce avec un morceau de beurre.

**Remarque:** Lorsque la sauce béchamel est destinée à des préparations maigres, le veau est supprimé, mais les aromates indiqués doivent être conservés.

*On peut aussi faire cette sauce rapidement en procédant comme suit:*

- 1- Ajouter dans le lait bouilli, l'assaisonnement, l'oignon émincé, thym, poivre mignonnette et noix de muscade.
- 2- Couvrir et tenir sur le côté du feu durant 10 minutes.
- 3- Passer le lait infusé sur le roux.
- 4- Faire prendre ébullition et cuire la sauce 15 à 20 minutes seulement.

*(Le guide culinaire Escoffier - 1921)*

**5.3.3.1.2. LA SAUCE BECHAMEL (NOUVELLE METHODE ) :**

**LIAISON:** 150 à 200 gr de roux blanc (suivant le blutage de la farine).

**MOUILLEMENT:** 1 litre de lait bouillant

**TRAITEMENT:**

- 1- Mettre le lait à bouillir.
- 2-.Mettre le roux froid dans un ustensile à fond épais.
- 3- En dehors du feu, verser une partie du lait bouillant sur le roux froid, afin de bien délayer celui-ci. Le mélange se fait au fouet.
- 4- Ajouter doucement le reste du lait en fouettant, remettre sur le feu et amener à ébullition sans cesser de mélanger.
- 5- Assaisonner de sel, poivre et muscade.
- 6- Faire dépouiller doucement sur le coin du feu en remuant fréquemment.
- 8- Au terme de la cuisson, rectifier la consistance et l'assaisonnement. Passer au chinois, beurrer la surface pour éviter la formation d'une peau.

**Remarques:** Toutes les sauces liées au roux le sont suivant cette technique. Pour toutes les préparations liées de cette manière, utiliser un ustensile à fond épais, bien proportionné, en rapport avec le volume de la sauce. Il est indispensable de détacher le roux (à l'aide d'une cuiller en bois) qui s'est fixé dans l'angle mort de l'ustensile, là où le fouet ne peut l'atteindre. Cette opération s'effectue avant de ramener l'ébullition.

**UNE SAUCE LIEE AU ROUX DOIT IMPERATIVEMENT DEPOUILLER.**

**BUTS:** C'est lui assurer une cuisson pendant un laps de temps plus ou moins long (10 à 30 minutes) suivant la quantité de roux qu'elle contient par rapport à la quantité de mouillement. C'est durant ce temps qu'elle s'affine en perdant le goût cru de la farine et qu'elle acquiert toutes ses qualités.

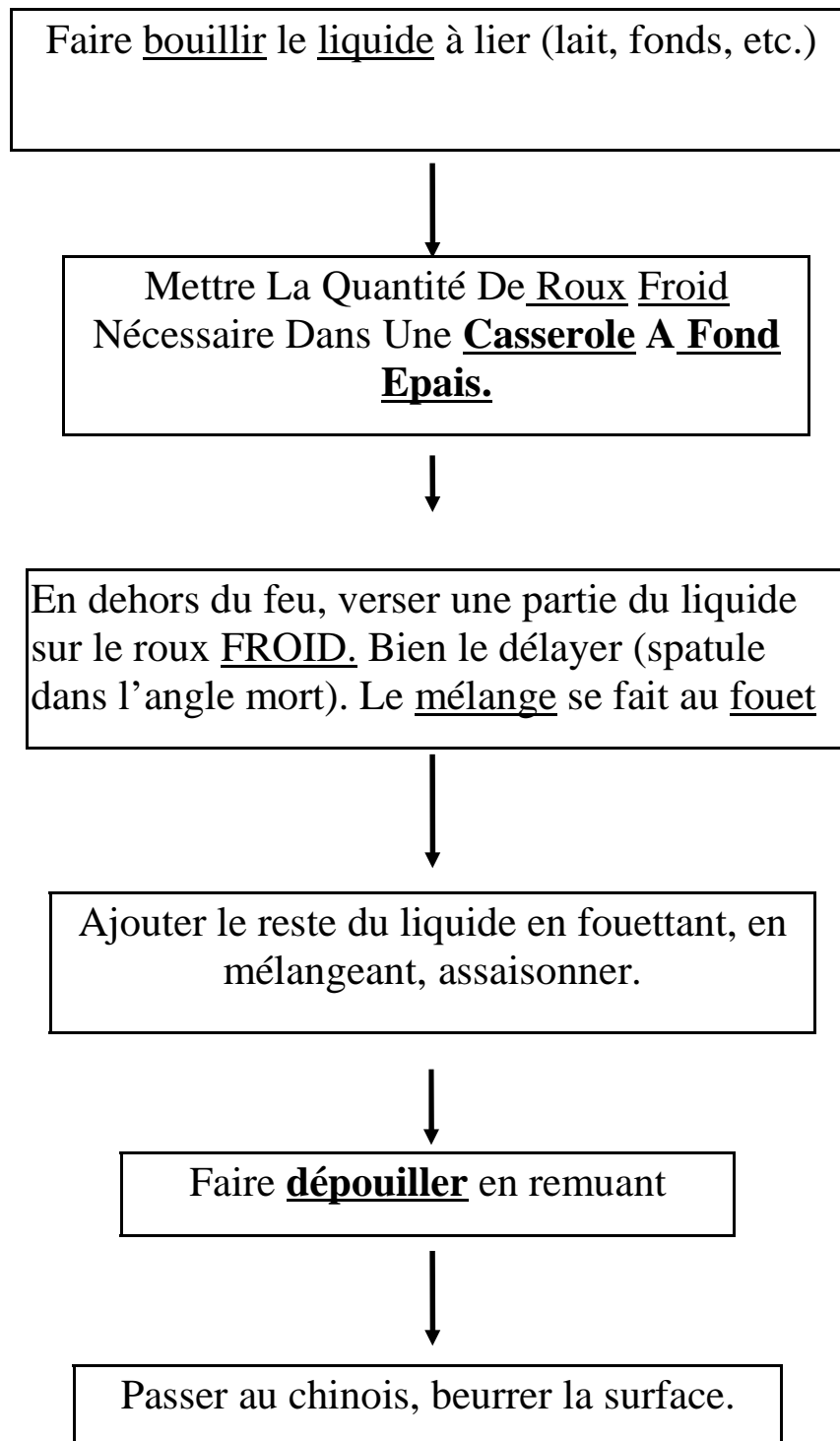
**Pour rappel:**

**DOSAGE DU ROUX par litre de mouillement.**

- - Sauce de consistance légère: 50 à 70 gr de roux.
- - Sauce de consistance moyenne: 100 à 125 gr de roux.
- - Sauce de consistance épaisse: 150 à 200 gr de roux.

**Remarque:** La consistance d'une sauce à base de lait nécessite proportionnellement moins de roux qu'une sauce à base de fonds blanc, de fonds de volaille, de fumet, etc.

**5.3.3.1.3. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA TECHNIQUE DE LIAISON D'UNE SAUCE AU ROUX :**





### **5.3.3.2. LES SAUCES EMULSIONNÉES :**

#### **PRINCIPES D'UNE EMULSION :**

Dans un récipient en verre, mettre une partie d'eau froide et une partie d'huile; à l'aide d'un fouet, agiter vigoureusement cette solution.

Que constate-t-on ? Les deux liquides sont mélangés en une multitude de petites gouttelettes, ce qui permet d'obtenir une préparation relativement " homogène ", c'est la réalisation d'une émulsion.

Si on laisse reposer cette préparation, on peut constater qu'à nouveau, l'huile se sépare de l'eau: on dit dans ce cas que l'émulsion est instable.

Que faire alors pour stabiliser cette émulsion ?

En cuisine, on utilise un aliment qui est à la fois "hydrophile" (référence à l'eau) et "lipophile" (référence à la graisse) et qui de ce fait est une émulsion naturelle, c'est le jaune d'œuf.

On utilise donc le jaune d'œuf cru pour stabiliser les émulsions froides et semi-coagulé pour les émulsions chaudes.

#### **5.3.3.2.1. LES SAUCES EMULSIONNEES FROIDES :**

##### **5.3.3.2.1.1. LES EMULSIONS INSTABLES :**

##### **5.3.3.2.1.1.1. LA SAUCE VINAIGRETTE :**

**A) INGRÉDIENTS:** 1 dl de vinaigre.  
1 cuiller à potage de moutarde (20 gr.).  
3 dl d'huile.  
75 gr de persil haché.  
75 gr d'oignons hachés.  
Sel, poivre.

##### **B) TRAITEMENT:**

- 1- Mettre la moutarde, le sel, le poivre dans un récipient.
- 2- Délayer avec le vinaigre et fouetter.
- 3- Incorporer l'huile en fin filet en fouettant vivement. (la moutarde lie légèrement la préparation).
- 4- Ajouter les fines herbes si l'emploi est immédiat.

**Remarques:** Si on veut obtenir une vinaigrette plus " stable ", lors de l'incorporation de l'huile, quand la sauce a tendance à se dissocier, ajouter un filet de vinaigre ou d'eau si la sauce est déjà fort acide. Si la vinaigrette est utilisée en accompagnement d'artichauts ou d'asperges, il est recommandé de lui ajouter une cuiller à potage de mayonnaise, ce qui aura pour effet de la rendre plus onctueuse car plus stable.

### **5.3.3.2.1.1.2. LE COULIS DE TOMATES :**

**A) INGREDIENTS:** 1 kg de tomates bien mûres.  
50 gr de concentré de tomates.  
2 dl de tomato ketchup.  
5 cl de vinaigre de vin.  
2 dl d'huile d'olive.  
20 gr de basilic, 20 gr de cerfeuil, 20 gr estragon  
20 gr ciboulette.  
Sel, poivre.

### **B) TRAITEMENT:**

- 1- Laver, monder les tomates sans les épépiner.
- 2- Les mettre dans la cuve du mixer, ajouter le concentré de tomates, le tomato ketchup, le sel et le poivre.
- 3- Mixer d'abord lentement, puis accélérer progressivement.
- 4- Ajouter le vinaigre de vin.
- 5- Monter le coulis avec l'huile d'olive.
- 6- Vérifier l'assaisonnement, la couleur et l'onctuosité.
- 7- Passer le coulis au chinois étamine et le réserver en enceinte réfrigérée.
- 8- Au moment du service, ajouter les herbes fraîchement hachées ou ciselées.

**Remarque:** Le coulis de tomates réalisé à partir de tomates fraîches ne se conservent pas. Il doit être utilisé pendant la durée du service.  
Pour plus de sécurité bactériologique et pour assurer au coulis une meilleure conservation, il est possible de le réaliser sur une fondue de tomates.  
Le coulis de tomates est principalement utilisé comme sauce pour accompagner les terrines de poissons, de légumes, les salades composées à base de poissons ou de crustacés, les mousses ou les bavarois de légumes.

**5.3.3.2.2. LES EMULSIONS STABLES :**

**5.3.3.2.3. LA MAYONNAISE. :**

**A) INGRÉDIENTS:** 5 jaunes d'œufs.

Sel, poivre blanc ou piment de Cayenne.

Vinaigre d'alcool.

1 litre d'huile.

**B) TRAITEMENT:**

- 1- Réunir les jaunes d'œufs dans un ustensile dont la surface est assez réduite.
- 2- Ajouter le sel, le poivre et mélanger aussitôt. Au contact du sel, il se produit une cuisson chimique du jaune ; pour stopper celle-ci, ajouter un filet de vinaigre; cette cuisson chimique se remarque à la couleur, les jaunes ont tendance à devenir orangés, de plus lorsqu'on les mélange, ils s'agglutinent, ce qui augmente le pouvoir liant.
- 3- Incorporer l'huile en fins filets en fouettant vivement.
- 4- Si la sauce à tendance à se dissocier, ajouter soit un filet de vinaigre, soit un filet d'eau tiède si la composition semble assez acide au goûter.
- 5- Rectifier vinaigre et assaisonnement.

**Remarque:** Pour réussir la mayonnaise, l'huile et les œufs doivent être à la même température. Au début, l'huile ne doit pas être incorporée trop rapidement.

### 5.3.3.2.4. LES SAUCES EMULSIONNEES CHAUDES :

#### 5.3.3.2.4.1. LA SAUCE HOLLANDAISE :

A) INGRÉDIENTS: 12 jaunes d'œufs.  
1 kg de beurre.  
Sel, poivre de Cayenne.  
3,6 dl de vin blanc, 100 gr d'échalotes ciselées.

#### B) TRAITEMENT:

- 1- Faire réduire le vin blanc et les échalotes de moitié.
  - 2- Faire clarifier le beurre afin de le débarrasser du petit lait et de la caséine.
  - 3- Réunir les jaunes dans un ustensile bien approprié (fond épais, dimension) et y ajouter la réduction de vin blanc - échalotes filtrée (l'équivalent d'une cuiller à potage par jaunes, si besoin, rajouter de l'eau à la réduction de façon à obtenir assez de liquide).
  - 4- Fouetter quelques instants pour faire mousser la préparation.
  - 5- Tout en fouettant énergiquement, la soumettre à une chaleur douce (en principe, la main doit pouvoir supporter le contact de l'ustensile. But: Sous l'action de la chaleur, amener la préparation à une certaine consistance en évitant une trop brusque cuisson des jaunes (œufs brouillés)
  - 6- A ce stade, c'est à dire lorsque la préparation a atteint la consistance d'une crème légère ou encore lorsque les mouvements du fouet laissent apparaître le fond de l'ustensile, retirer celui-ci du feu.
  - 7- Continuer à battre un moment et s'assurer que le beurre est à bonne température (tiède).
  - 8- L'incorporer petit à petit, en dehors en fouettant.
- N.B.:** Si la sauce devient trop épaisse en cours de travail, la détendre avec quelques gouttes d'eau. Elle doit être légère et bien nappante.
- 9- Assaisonner de sel, poivre de Cayenne ou poivre blanc.
  - 10- Passer au chinois mousseline si nécessaire.
  - 11- Tenir à bonne température car elle se dissocie par un excès de chaleur ou de froid.

#### 5.3.3.2.4.2.LA SAUCE BEARNAISE :

A) INGRÉDIENTS : 12 jaunes d'œufs.  
1 kg beurre.  
poivre noir concassé.  
20 cl vinaigre d'alcool, ou mieux d'estragon.  
10 cl de vin blanc sec.  
100 gr d'échalotes hachées finement.  
10 gr de cerfeuil.  
30 gr d'estragon.  
10 gr de persil.

#### B) TRAITEMENT :

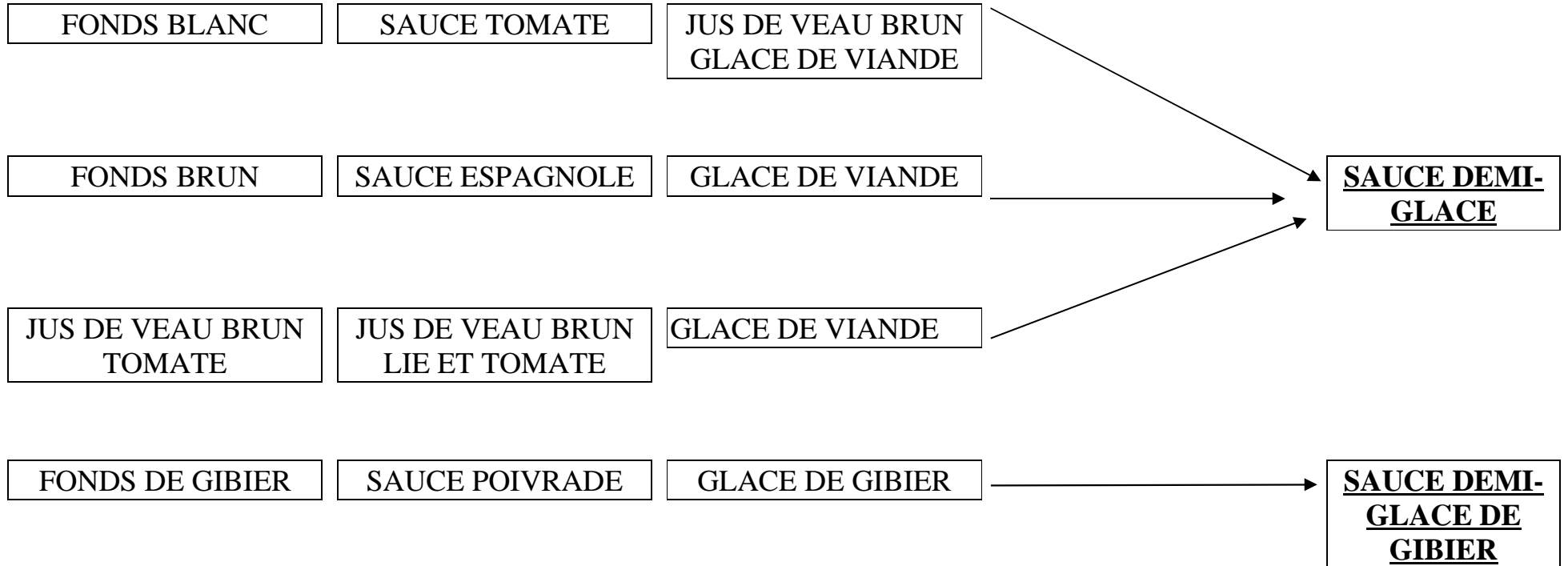
- 1.-Mettre le beurre à clarifier, c'est-à-dire le faire chauffer pour éliminer les impuretés (caséïne, petit lait).
  - 2.-Pendant ce temps, réunir dans un ustensile à fond épais les échalotes, l'estragon, le poivre en grains concassés, le vinaigre et le vin blanc.
  - 3.-Faire bouillir le tout afin d'évaporer la presque totalité du liquide.
  - 4.-La réduction terminée, compléter avec de l'eau pour obtenir au maximum 1 c. à pot. Par jaune. Laisser refroidir l'ustensile avant d'incorporer les jaunes.
  - 5.-Fouetter vivement en soumettant la composition à une chaleur progressive. La paume de la main doit en principe supporter le contact de l'ustensile.
  - 6.-Retirer du feu lorsqu'elle a atteint la consistance d'une crème légère ou aussi lorsque la préparation tient dans le fouet.
  - 7.-Sur le coin du fourneau, incorporer le beurre tiède en fin filet tout en fouettant.
- R:-** Si durant cette opération, la sauce s'épaissit exagérément, la détendre avec quelques gouttes d'eau.
- 8.-Passer ensuite le tout au chinois fin, assaisonner de sel, rectifier le poivre et terminer en ajoutant cerfeuil, persil et estragon hachés.
  - 9.-Corner les bords, couvrir et tenir à bonne température.

## 5.4. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE L'ELABORATION DES SAUCES :

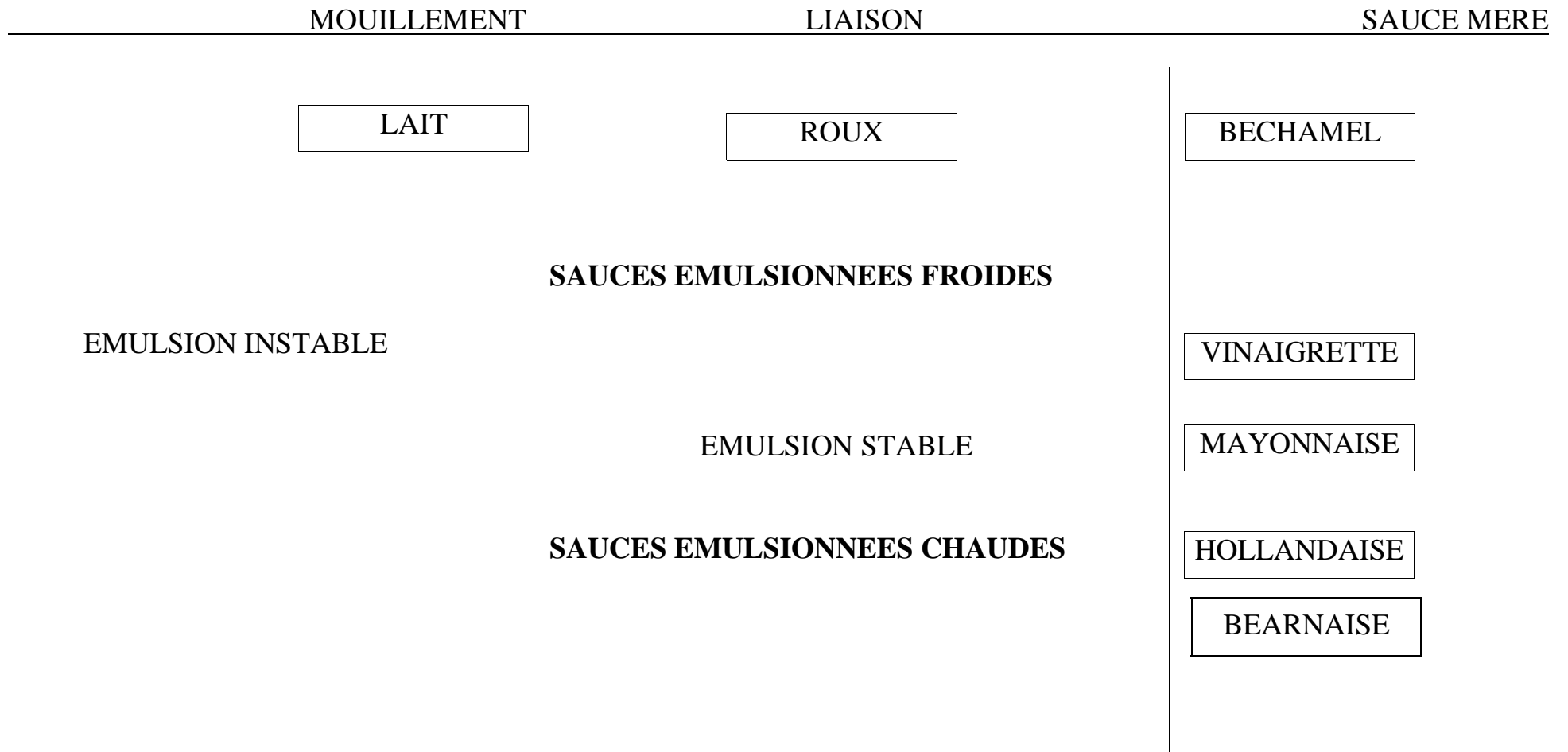
### 5.4.1. DES FONDS DE BASES AUX SAUCES MERES :

<u>FONDS DE BASE</u>	<u>±</u>	<u>SAUCE DE BASE</u>	<u>BONIFICATION</u>	<u>SAUCE MERE</u>
<u>FONDS BLANC</u>	<u>ROUX</u>	<u>VELOUTE ORDINAIRE</u>	<u>JAUNES D'OEUFS - CREME</u>	<u>SAUCE PARISENNE (Ex.Allemande)</u>
<u>FONDS VOLAILLE</u>	<u>ROUX</u>	<u>VELOUTE DE VOLAILLE</u>	<u>CREME</u>	<u>SAUCE SUPREME</u>
<u>FUMET POISSON</u>	<u>ROUX</u>	<u>VELOUTE DE POISSON</u>	<u>JAUNES D'OEUFS -CREME</u>	<u>SAUCE VIN BLANC</u>

<u>FONDS DE BASE</u>	<u>SAUCE DE BASE</u>	±	≡	<u>SAUCE MERE</u>
----------------------	----------------------	---	---	-------------------



**5.4.2. LES SAUCES MERES NON-TIREES DES FONDS DE BASES :**





## 5.5. LES PETITES SAUCES BRUNES. COMPOSEES ET DE REDUCTION :

### **AVERTISSEMENT:**

Les sauces qui vous sont renseignées ci-après, ne le sont que pour mémoire; pour en retrouver la recette complète, se référer aux fiches techniques déjà réalisées ou les réclamer à votre professeur.

**1. SAUCE BIGARADE :** *pour canetons braisés ou poêlés.* Sauce ½ glace liée à l'arrow-root, additionnée comme toutes les sauces aux fruits d'un caramel blond déglacé au vinaigre (aigre-doux) et parfumé au jus d'orange " bigarade " et alcoolisée au Curaçao.

**2. SAUCE BORDELAISE :** réduction de vin rouge (Bordeaux), d'échalotes hachées, de mignonnette, thym et laurier, additionnée de ½ glace et mise à point avec glace de viande dissoute, jus de citron et dés de moelle de bœuf pochée. *Sauce spéciale aux viandes rouges de boucherie.*

**N.B.:** Il faut remarquer que c'est par erreur que de nos jours, la sauce Bordelaise est préparée au vin rouge, car à l'origine, elle se faisait au vin blanc; celle qui est indiquée plus loin sous le nom de " sauce Bordelaise Bonnefoy ".

**3. SAUCE BOURGUIGNONNE :** réduction de vin rouge (Bourgogne) condimentée d'échalotes hachées, queues de persil, thym, laurier et d'épluchures de champignons. Passer le tout au chinois et lié au beurre manié et remis à point avec beurre frais, relevé de Cayenne. *Sauce spéciale à certaines préparations d'œufs.*

**4. SAUCE BRETONNE :** sauce ½ glace et sauce tomate dans une réduction de vin blanc et d'oignons hachés, aromatisée d'ail haché et de persil.

**N.B.:** l'usage presque exclusif de cette sauce est de servir d'élément de liaison aux " Haricots à la bretonne ".

**5. SAUCE AUX CHAMPIGNONS :** réduction de jus de cuisson de champignons additionnée de ½ glace, passée au chinois et mise à point avec beurre frais et complétée avec têtes de champignons cuits

**6. SAUCE CHARCUTIÈRE :** sauce Robert additionnée d'une courte et grosse julienne de cornichons (voir sauce Robert). *Spéciale aux grillades de porc et autres qui nécessitent un accompagnement très relevé.*

- 7. SAUCE CHASSEUR** : champignons sautés additionnés d'échalotes hachées et de vin blanc auxquels on ajoute sauce tomate et sauce ½ glace, le tout mis à point avec beurre frais, cognac, estragon, persil haché.
- 8. SAUCE CHAUD-FROID BRUNE** : sauce ½ glace, essence de truffes et gelée, le tout aromatisé au Porto ou au Madère. *Elle est destinée à chaud-froiter par exemple un rôti de viande.*
- 9. SAUCE CHAUD-FROID BRUNE POUR CANARD** : idem que ci-dessus, mais le Porto est remplacé par un fumet tiré de débris de canard et complété de jus d'une orange et d'une julienne fortement blanchie de zestes d'oranges.
- 10.SAUCE CHAUD-FROID BRUNE POUR GIBIER** : idem que la sauce chaud-froid brune ordinaire mais remplacer l'essence de truffes par un fumet tiré des carcasses du gibier à chaud-froiter.
- 11.SAUCE CHAUD-FROID TOMATÉE** : purée de tomates très fine et très réduite additionnée de gelée.
- 12.SAUCE CHEVREUIL** : sauce poivrade additionnée de mirepoix au jambon pour accompagnement de pièces de boucherie marinées. parures de gibier si elle accompagne une pièce de gibier. Y ajouter vin rouge, Cayenne et sucre.
- 13.SAUCE DIABLE** : réduction de vin blanc et d'échalotes hachées, ajouter sauce ½ glace et relever fortement au Cayenne. *Spéciale aux poulets et pigeons grillés.*
- 14.SAUCE DIANE** : sauce poivrade additionnée de crème fouettée, de petits croissants de truffes et de blancs d'œufs durs concassés. *Spéciale pour côtelettes, noisettes et filets de venaison.*
- 15.SAUCE DUXELLES** : réduction de vin blanc et de jus de cuisson de champignons, d'échalotes hachées additionnée de ½-glace, de purée de tomates et de duxelle sèche, compléter de persil haché. *Spéciale aux gratins et à diverses petites préparations.*
- N.B.:** la “ sauce duxelle ” qui est assez souvent confondue avec “ la sauce italienne ” s'en différencie très nettement, car elle n'admet aucune addition de jambon ou de langue écarlate.
- 16.SAUCE ESTRAGON** : infusion d'estragon au vin blanc additionnée de ½-glace ou de jus de veau lié et complétée avec estragon frais haché. *Spéciale aux noisettes de viandes blanches, volailles, etc..*
- 17.SAUCE FINANCIÈRE** : réduction de sauce madère complétée d'essence de truffes. *Spéciale à la garniture de ce nom et à certaines entrées.*
- 18.SAUCE AUX FINES HERBES** : infusion dans du vin blanc de feuilles de persil, de pluches de cerfeuil, d'estragon et de ciboulette. Ajouter ½ glace ou jus de veau lié et compléter avec fines herbes

hachées (les mêmes que pour l'infusion) et filet de jus de citron.

**19.SAUCE GENEVOISE** : mirepoix de carottes, oignons, thym, laurier, queues de persil, tête de saumon, mignonnette, mouiller de vin rouge, de ½ glace et de fumet de poisson. Mettre à point avec essence d'anchois et beurre frais, *spéciale aux saumons et aux truites*.

**20.SAUCE GODART** : réduction de champagne ou vin blanc additionnée d'une fine mirepoix au jambon, de ½ glace et d'essence de champignons. *Spéciale à la grosse garniture de relevé dite " à la godart "*.

**21.SAUCE GRAND-VENEUR** : sauce poivrade au fumet de venaison, additionnée au moment de sang dilué dans de la marinade.

**22.SAUCE GRAND-VENEUR** : (autre méthode) sauce poivrade additionnée de gelée de groseilles et de crème.

**23.SAUCE GRATIN** : réduction de vin blanc, fumet de poissons et d'échalotes hachées. Ajouter duxelle sèche, ½ glace et compléter avec persil haché. *Spéciale pour les poissons au gratin, comme soles, merlans, filets de barbue, etc.*

**24.SAUCE HACHÉE** : oignons et échalotes tombées à blanc, mouiller au vinaigre, réduire de moitié, ajouter ½ glace et sauce tomate, duxelle sèche et compléter avec persil haché, câpres, jambon maigre. Cette sauce qui est un équivalent de la " sauce piquante " est affectée aux mêmes préparations que celle-ci.

**25.SAUCE HACHÉE MAIGRE** : oignons, échalotes et vinaigre comme ci avant, mouiller de court-bouillon de poissons et lier soit au roux, soit au beurre manié. Mettre à point avec fines herbes hachées, duxelle sèche, câpres, anchois-sauce et beurre d'anchois. *Spéciale aux poissons bouillis dits " de qualité inférieure " comme la raie.*

**26.SAUCE HUSSARDE** : oignons et échalotes blondis, mouiller de vin blanc et additionner de ½ glace et de purée de tomate, de fonds blanc, de jambon maigre cru, d'ail broyé et d'un bouquet garni. Compléter avec persil haché et brunoise de jambon. *Spéciale aux viandes " noires " de boucherie grillées ou traitées à la broche.*

**27.SAUCE ITALIENNE** : ½ glace additionnée de duxelle sèche, brunoise de jambon maigre cuit et compléter avec persil, cerfeuil et estragon haché. *Spéciale à différentes petites entrées.*

**N.B.** : lorsque cette sauce est destinée au traitement d'un poisson, on l'additionne d'une réduction de fumet de poissons et le jambon est supprimé.

**28.JUS LIÉ À L'ESTRAGON** : c'est un fonds de veau ou de volaille dans lequel on fait infuser 50 gr d'estragon par litre de sauce. Passer au chinois et lier avec 30 gr d'arrow-root. *Spéciale aux noisettes de viandes blanches, filet de volaille, etc..*

**29.SAUCE LYONNAISE** : oignons hachés tombés à brun, mouiller de vinaigre, additionner de ½ glace.

**N.B.** : selon la nature de la préparation à laquelle cette sauce est destinée, les oignons peuvent être laissés tel quel ou passés à l'étamine.

**30.SAUCE MADERE** : est une sauce ½ glace réduite et additionnée, hors du feu, de la valeur d'un dl de madère par litre de sauce.

**31.SAUCE MATELOTE** : réduction de court-bouillon de poisson au vin rouge, additionné de pelures de champignons à laquelle on ajoute de la sauce ½ glace mise à point avec beurre frais et condimentée au Cayenne.

**32.SAUCE MOELLE** : l'apprêt de cette sauce est exactement celui de la " sauce bordelaise ". Elle ne se beurre que lorsqu'elle est spécialement destinée à l'accompagnement d'un légume quelconque. Dans un cas comme dans l'autre, elle s'additionne finalement de moelle pochée et détaillée en dés et de persil haché blanchi.

**33.SAUCE MOSCOVITE** : sauce poivrade de gibier complétée avec vin de Malaga, infusion de baies de genévrier, amandes effilées grillées et raisins de Corinthe gonflés à l'eau tiède. *Spéciale aux pièces de venaison.*

**34.SAUCE PERIGUEUX** : sauce ½ glace corsée et additionnée d'essence de truffes et de truffes hachées. *Spéciale aux petites entrées, timbales, pâtés chauds, etc..*

**35.SAUCE PERIGOURDINE** : cette sauce n'est qu'une variante de la " sauce périgueux ", où les truffes, au lieu d'être hachées, sont tournées en forme d'olives ou de petites perles, ou même parfois, émincées en fines lames.

**36.SAUCE PIQUANTE** : réduction de vin blanc, de vinaigre, d'échalotes hachées. Ajouter sauce ½ glace et compléter avec cornichons hachés, persil, cerfeuil et estragon hachés. *Cette sauce est un accompagnement usuel de la viande de porc grillée, bouillie ou rôtie. Elle sert aussi pour le bœuf bouilli et les émincés de viande de boucherie.*

**37.SAUCE AU PORTO** : procéder comme pour la " sauce madère " en remplaçant le madère par du porto.

**38.SAUCE PORTUGAISE** : oignons fondus à blond, additionnés de tomates épépinées et concassées, ail broyé, sel, poivre et sucre. Terminer avec sauce tomate claire, glace de viande et persil haché.

**39.SAUCE PROVENÇALE :** tomates pelées, épépinées et concassées, fondues dans un sautoir à l'huile d'olive fumante, assaisonnées en sel, poivre, ail broyé et persil haché.

**N.B. :** cette sauce est comprise diversement et vous trouvez ci-dessus la recette de la véritable “ sauce provençale ” à la bourgeoise qui est, somme toute une fondue de tomates.

**40.SAUCE REGENCE :** réduction de vin du Rhin, additionné d'une fine mirepoix et d'épluchures de truffes ou d'essence de truffes, complétée avec sauce ½ glace . *Spéciale aux relevés de boucherie.*

**41.SAUCE ROBERT :** réduction de vin blanc et d'oignons hachés tombés à blanc. Ajouter ½ glace et mettre à point, hors du feu, avec sucre S° et moutarde. *Spéciale à la viande de porc grillée .*

**NB :** la “ sauce Robert ” ne peut plus bouillir quand elle est condimentée à la moutarde.

**42.SAUCE ROMAINE :** caramel blond dissout au vinaigre (aigre - doux), additionné de ½ glace et de fond de gibier ; compléter avec pignons grillés, raisin de Smyrne et autant de Corinthe gonflés à l'eau tiède. *Spéciale telle qu'indiquée ci-dessus à la venaison , mais elle peut être préparée aussi pour accompagner des pièces de boucherie marinées, en remplaçant le fonds de gibier par du fonds brun ordinaire.*

**43.SAUCE ROUENNAISE :** préparer une “ sauce bordelaise ” et y pocher des foies de canard, sans laisser bouillir, passer au tamis ; (l'ébullition aurait pour effet de faire granuler immédiatement cette purée). Caractéristique de cette sauce : réduction de vin rouge additionnée de “ purée de foie crue de canard ”. *Spéciale et pour ainsi dire, accompagnement obligé du canard rôti rouennais.*

**44.SAUCE TORTUE :** infusion de sauge, marjolaine, romarin, basilic, thym, laurier, persil, pelures de champignons dans du fonds de veau réduit. Ajouter ½ glace et sauce tomate, mettre à point avec madère et Cayenne.

**N.B. :** comme cette sauce doit avoir un certain répondeur, l'emploi de Cayenne s'indique, mais il convient d'en doser l'emploi avec les plus grands ménagements.

**45.SAUCE VENAISON :** sauce poivrade additionnée de gelée de groseilles dissoute dans de la crème. *Spéciale aux gros gibiers à poils.*

**46.SAUCE AU VIN ROUGE :** outre les “ sauce bourguignonne et sauce matelote ”, qui sont bien sûr des sauces au vin rouge, mais des sauces de caractère spécial, dont le traitement et l'emploi déterminent les appellations bien distinctes. La véritable “ sauce au vin rouge ” est une réduction de vin rouge avec une fine mirepoix et ail broyé additionné de ½ glace et mise au point avec beurre frais et Cayenne.

**47.SAUCE ZINGARA A.** : aucune analogie ne rapproche cette sauce de la garniture à la “ Zingara ” de l’ancienne cuisine. Réduction de vinaigre et d ‘échalotes hachées, additionnée de jus de veau brun et mie de pain frite au beurre, compléter avec persil haché et jus de citron.

**48.SAUCE ZINGARA B.** : réduction de vin blanc et jus de champignons, compléter avec ½ glace, sauce tomate, fonds blanc, le tout relevé au Cayenne. Compléter avec julienne de jambon maigre, langue écarlate, champignons et truffes. *Spéciale au veau et à la volaille.*

## 5.6. LES PETITES SAUCES BLANCHES COMPOSEES ET DE REDUCTION :

- 1. SAUCE ALBUFERA :** c'est une " sauce suprême " additionnée de glace de viande dissoute et de beurre de piments. *Spéciale aux volailles braisées et pochées.*
- 2. SAUCE AMERICAINE :** cette sauce est constituée par la préparation du " homard à l'américaine " (voir homard à l'américaine). Comme elle accompagne généralement du poisson, les chairs du ou des homards qui ont servi à son apprêt sont escalopées et utilisées comme garniture de ce poisson. *Spéciale aux poissons.*
- 3. SAUCE ANCHOIS :** " sauce Normande " non beurrée et beurre d'anchois. Compléter avec filets d'anchois lavés, bien éponnés et coupés en petits dés. *Spéciale aux poissons.*
- 4. SAUCE AURORE :** velouté de volaille ou sauce suprême additionnée de purée de tomates. Mettre à point avec beurre frais. *Spéciale à la viande blanche de boucherie et aux volailles pochées.*
- 5. SAUCE AURORE MAIGRE :** velouté de poisson tomates et mis à point avec beurre frais.
- 6. SAUCE BAVAROISE :** réduction de vinaigre additionnée de thym, laurier, queues de persil, grains de poivre et raifort râpé . Ajouter jaunes d'œufs et monter la sauce avec du beurre clarifié tout comme pour une mousseline. Terminer avec beurre d'écrevisses et queues d'écrevisses coupées en dés. *Spéciale aux poissons, elle doit être mousseuse*
- 7. SAUCE BEARNAISE TOMATEE DITE CHORON :** préparer une béarnaise assez serrée mais sans l'addition finale de cerfeuil, persil et estragon. Incorporer ¼ de son volume de purée de tomates concentrée. *Spéciale au tournedos à la choron.*
- 8. SAUCE BEARNAISE A LA GLACE DE VIANDE DITE FOYOT OU VALOIS :** préparer la béarnaise selon la recette type et compléter avec glace de viande dissoute ajoutée en fins filets. *Spéciale aux grillades de viande de boucherie.*
- 9. SAUCE BERCY :** échalotes hachées tombées à blanc, mouiller avec fumet de poissons et vin blanc ; faire réduire et ajouter velouté de poissons très serré ; compléter avec beurre frais et persil haché. *Spéciale aux poissons.*
- 10. SAUCE AU BEURRE DITE SAUCE BATARDE :** eau bouillante liée au beurre manié avec bonification de jaunes d'œufs et de crème et

acidulée avec jus de citron. Compléter avec beurre frais.

*Spéciale aux asperges et à différents poissons bouillis.*

**11.SAUCE BONNEFOY, OU SAUCE BORDELAISE AU VIN BLANC** : procéder exactement comme pour la sauce bordelaise au vin rouge et dans les mêmes proportions mais remplacer le vin rouge par du vin blanc de Graves et la ½ glace par du velouté ordinaire. Cette sauce se complète par une addition d'estragon haché. *Spéciale aux poissons grillés et grillades de viandes blanches.*

**12.SAUCE BONNE-FEMME** : sauce vin blanc avec réduction de fumet de poissons, vin blanc, champignons émincés, échalotes hachées. *Spéciale aux poissons.*

**13.SAUCE BRETONNE** : sauce vin blanc ; étuver une fine julienne de céleri blanc, oignons et champignons. Ajouter velouté de poissons et terminer avec crème et beurre frais. *Spéciale aux poissons.*

**14.SAUCE CANOTIERE** : réduire de 2/3 un court-bouillon au vin blanc, (dans lequel aura été cuit un poisson d'eau douce), fortement aromatisé et très peu salé. Lier avec beurre manié et finir, hors du feu, avec beurre frais et poivre de Cayenne. *Spéciale aux poissons d'eau douce bouillis.*

**N.B.** : par addition de petits oignons glacés à blanc et de petits champignons, cette sauce peut être substituée à la “ sauce matelote blanche ”.

**15.SAUCE AUX CAPRES** : est la “ sauce au beurre ” décrite ci-dessus , additionnée, au moment de servir, de 4 cuillérées de câpres par litre de sauce. *Spéciale aux poissons bouillis de toute nature.*

**16.SAUCE CARDINAL** : sauce béchamel additionnée de fumet de poissons, d'essence de truffes et de crème ; mettre à point, en dehors du feu, avec beurre de homard bien rouge et Cayenne. *Spéciale aux poissons.*

**17.SAUCE AUX CHAMPIGNONS** : sauce parisienne, complétée par une réduction de jus de cuisson et de petites têtes de champignons tournées et cuites à blanc. *Sert pour les volailles et quelques fois pour les poissons mais, dans ce cas, remplacer la sauce parisienne par une sauce vin blanc.*

**18.SAUCE CHANTILLY** : la sauce dénommée occasionnellement “ sauce chantilly ”, n'est autre que la sauce mousseline décrite dans la série des sauces mères.

**19.SAUCE CHATEAUBRIAND** : réduction de 2/3 de vin blanc, additionnée d'échalotes hachées, thym, laurier et épiluchures de champignons, complétée avec beurre maître d'hôtel et estragon haché. *Spéciale aux viandes noires de boucherie grillées.*



**20.SAUCE CHAUD-FROID BLANCHE ORDINAIRE** : sauce parisienne collée à la gélatine.

**21.SAUCE CHAUD-FROID BLONDE** : idem que la sauce chaud-froid ordinaire mais diminuer la quantité de crème nécessaire à la sauce parisienne.

**22.SAUCE CHAUD-FROID AURORE** : préparer la sauce chaud-froid comme la première formule et l'additionner de purée de tomates et de paprika infusé dans du consommé. *Spéciale au chaud-froid de volaille.*

**N.B.** : si l'on veut donner à la sauce une teinte peu prononcée, ne se servir, pour sa coloration, que de quelques gouttes seulement d'infusion de paprika.

**23.SAUCE CHAUD-FROID AU VERT PRE** : faire infuser dans du vin blanc bouillant, cerfeuil, estragon, ciboulette et feuilles de persil. Préparer une sauce chaud-froid ordinaire et incorporer l'infusion par petites parties. Compléter la sauce par une adjonction de vert d'épinards naturel pour lui donner une teinte vert pâle. *Sert pour certains chaud-froid de volailles et notamment pour ceux dénommés " chauds-froids printaniers "*.

**N.B.** : une autre méthode consiste à colorer ces sauces par adjonction de colorant vert végétal.. Pour ce faire :

- - éplucher, équeuter, trier, laver soigneusement les feuilles vertes d'épinards, de cresson, de blettes, de persil, de cerfeuil et d'estragon par exemple.
- - les mixer très finement avec un peu d'eau afin de bien broyer les chloroplastes sphériques (granules à chlorophylle) pour en libérer la chlorophylle.
- - extraire le jus vert ainsi obtenu en le pressant à l'aide d'une étamine.
- - chauffer tout doucement le jus ainsi obtenu jusqu'à la température de +70°C.
- - à ce moment, le liquide se clarifie de lui-même : un gel très vert apparaît à la surface et le reste du liquide devient transparent.
- - égoutter très délicatement le gel sur une étamine ou sur un linge très propre et humide. Eviter de remuer le liquide pour ne pas disperser le gel.
- - utiliser ce " coagulât de chlorophylle " immédiatement, ou le réserver bien enveloppé à l'abri de l'air en enceinte réfrigérée.

**24.SAUCE CHAUD-FROID MAIGRE** : opérer exactement comme pour la " sauce chaud-froid blanche " ordinaire mais remplacer le velouté (sauce parisienne) ordinaire par un velouté de poissons (sauce vin blanc) et la gelée de viande par de la gelée de poissons.

**Remarques concernant les sauces chauds-froids.**

D'une manière générale, il est conseillé l'emploi de ces sauces pour le glaçage des filets, escalopes etc.. , en remplacement de la sauce mayonnaise collée, laquelle

présente certains inconvénients, dont le plus grave est le suintement de l'huile produit par la rétraction de la gélatine ; inconvénient qui disparaît avec l'emploi des sauces chauds-froids dont la saveur est nette et franche et est préférable à celle de la mayonnaise collée.

**25.SAUCE CHIVRY** : infuser cerfeuil, estragon, persil, ciboulette et pimprenelle nouvelle dans du vin blanc, ajouter velouté de volaille bouillant et mettre à point avec beurre à la chivry. (voir liste des beurres composés). *Spéciale aux pièces de volailles pochées et bouillies*

**N.B.** : la pimprenelle doit être nouvelle car elle devient amère plus tard.

**26.SAUCE CHORON** : voir “ sauce béarnaise tomatée ”.

**27.SAUCE A LA CREME** : sauce béchamel crémée. *Spéciale pour légumes, volailles, œufs, poissons par ajoute de jus de citron.*

**28.SAUCE AUX CREVETTES** : ajouter à un velouté de poissons ou de sauce béchamel, crème et fumet de poissons réduit ; compléter hors du feu avec beurre de crevettes appuyé de beurre rouge (pour en accentuer la coloration) et queues d'écrevisses décortiquées. Relever au Cayenne. *Spéciale aux poissons et à certaines préparations d'œufs.*

**29.SAUCE AU CURRY** : faire tomber un oignon dans un ustensile, ajouter pomme fruit émincée, singer de curry et laisser cuire quelques instants. Ajouter le roux et mouiller de fonds en rapport avec la pièce d'accompagnement. Compléter crème et beurre frais. *Spéciale à la blanquette de veau et au poulet poché du nom.*

**N.B.** : on ajoute parfois du lait de coco à cette sauce dans les proportions d'un quart de mouillement.

**30.SAUCE DIPLOMATE** : ajouter à 1 litre de “ sauce normande ” déjà prête, 75 gr. de beurre de homard et une cuiller de truffes coupées en gros dés. *Spéciale aux pièces de gros poissons.*

**31.SAUCE DUGLERE** : sauce vin blanc et réduction de fumet, vin blanc, échalotes et tomates pelées, persil haché. *Spéciale aux poissons.*

**32.SAUCE ECOSSAISE** : sauce crème, complétée par une brunoise de carottes, céleri, oignons, haricots verts, étuvée au beurre et cuite au consommé blanc. *Spéciale comme accompagnement d'œufs et de volailles.*

**33.SAUCE ESTRAGON** : velouté de volaille ou de poisson, selon la préparation à laquelle elle est destinée, avec purée d'estragon obtenue en broyant cet estragon préalablement blanchi avec un peu de velouté en préparation. Compléter avec estragon frais haché. *Spéciale pour œufs, volailles, poissons.*

**34.SAUCE AUX FINES HERBES** : sauce vin blanc additionnée de beurre d'échalotes, de persil et estragon hachés. *Spéciale aux poissons.*

**35.SAUCE FOYOT** : voir “ sauce béarnaise ” à la glace de viande.

**36.SAUCE GROSEILLES** : sauce au beurre additionnée de groseilles dites “ à maquereau ” très vertes et cuites ensuite avec S° et vin blanc. Passer ensuite au chinois mousseline. Cette sauce est *spéciale au maquereau grillé ou bouilli à l'anglaise mais peut également accompagner d'autres poissons*

**N.B.** : cette sauce peut également être préparée avec des groseilles en grappes bien vertes.

**37.SAUCE HOLLANDAISE** : la véritable sauce hollandaise est celle vue précédemment. Dans la série des sauces mères sous le nom de sauce mousseline. En réalité, la sauce mousseline était autrefois la sauce hollandaise additionnée de crème fouettée. On l'appelait également “ sauce chantilly ”. Aujourd'hui, on ne fait plus guère la différence.

**38.SAUCE HOMARD** : sauce vin blanc additionnée de beurre de homard et de beurre rouge. *Spéciale aux poissons.*

**N.B.** : Si cette sauce accompagne une pièce de poisson entière, elle est accompagnée de chair de homard coupée en dés.

**39.SAUCE HONGROISE** : velouté de poisson ou velouté ordinaire, selon la préparation à laquelle est destinée la sauce, avec oignon haché tombé à blanc et paprika. Finir la sauce avec beurre frais. Observer que la couleur de la sauce doit être de teinte rose pâle et que c'est le paprika qui doit lui communiquer. *Excellent accompagnement pour noisette d'agneau et de veau, œufs, volailles et poissons.*

**40.SAUCE AUX HUITRES** :est une “ sauce normande ” garnie d'huîtres pochées et ébarbées. *Spéciale aux poissons pochés.*

**41.SAUCE INDIENNE** : voir “ sauce curry ”, mais ajoute d'une julienne de poivrons revenus au beurre.

**42.SAUCE IVOIRE** :sauce suprême complétée de glace de viande dissoute jusqu'à ce qu'elle soit d'un ton blanc mat qui la caractérise. *Spéciale aux volailles pochées.*

**43.SAUCE JOINVILLE** : “ sauce normande ” mise à point avec beurre d'écrevisses et beurre de crevettes. Lorsque cette sauce est destinée à un poisson déjà garni, elle ne prend pas de garniture. Si elle est servie avec un gros poissons bouilli, non garni, elle est additionnée de truffes hachées en julienne.

**N.B.** :la mise au point finale de la “ sauce Joinville ”, avec beurre d'écrevisses et de crevettes combinés est ce qui la différencie des sauces ordinaires.

**44.SAUCE LAGUIPIERRE** : sauce au beurre additionnée de jus de citron, de glace de poissons et de fumet réduit. *Spéciale aux poissons bouillis.*

**45.SAUCE LIVONIENNE** : sauce vin blanc complétée avec fine julienne de carottes, céleri, champignons et oignons étuvés au beurre. Ajouter julienne de truffes et persil concassé. *Cette sauce convient pour poissons pochés, tels : truite, saumon, sole, turbot, sole, barbue, etc.*

**46.SAUCE MALTAISE** : sauce mousseline additionnée de jus d'orange sanguine et de zestes râpés et blanchis. *Cette sauce accompagne très bien les asperges.*

**47.SAUCE MARINIÈRE** : “ sauce Bercy ” additionnée de jus de cuisson de moules et d'une liaison de jaunes d'œufs. *S'emploie plus particulièrement pour les moules.*

**48.SAUCE MATELOTE BLANCHE** : réduction de court-bouillon au vin blanc, additionnée de pelures de champignons fraîches. Ajouter velouté de poisson et mettre à point de consistance avec beurre frais et relever au Cayenne. Garniture d'oignons grelots glacés à blanc et têtes de champignons cuits à blanc. *Spéciale à la matelote.*

**49.SAUCE MORNAY** : béchamel additionnée de gruyère râpé et bonifiée avec une liaison de jaunes d'œufs et de crème. Assaisonnement de sel, poivre et muscade.

**50.SAUCE MOUSSEUSE** : beurre ramolli, assaisonné de sel et travaillé au fouet en y ajoutant du jus de citron et de l'eau froide. Compléter en dernier lieu avec crème fouettée bien ferme. Cette préparation, bien que classée comme sauce, est plutôt un beurre composé qui se *sert avec les poissons bouillis*. La chaleur qui se dégage du poisson suffit à fondre le beurre. Tant son aspect que sa saveur, sont infiniment plus agréables que ceux du beurre fondu.

**51.SAUCE MOUTARDE DITE AUSSI DIJONNAISE** :

- Sauce au beurre additionnée de moutarde.
- Pour les poissons, généralement elle est composée d'une mousseline qui est additionnée de moutarde.
- Pour les pièces de boucherie, on fait tomber des échalotes hachées dans l'ustensile de cuisson où à cuit la pièce en traitement, ensuite on dégraisse ce dernier, déglacage au vin blanc, on fait réduire presque à sec, addition de crème, réduction et moutarde.

**N.B.** : Attention qu'une sauce additionnée de moutarde ne peut plus bouillir.

**52.SAUCE NANTUA** : a) béchamel additionnée de crème et réduite d'un tiers, passée au chinois et finie avec beurre d'écrevisses très fin et garnie de queues d'écrevisses

b) coulis d'écrevisses lié au roux et crème.

**53.SAUCE NOISETTE** : sauce mousseline complétée au dernier moment avec un filet de beurre noisette. *Cette sauce accompagne très bien saumons et truites pochées.*

**54.SAUCE NORMANDE** : sauce vin blanc additionnée de cuisson de champignons et de cuisson de moules, de fumet de sole et de jus de citron. Lier cette sauce avec jaunes d'œufs crème, mettre à point de consistance avec crème double et beurre frais. *Cette sauce est spéciale à la sole à la normande mais elle a aussi un emploi avantageux dans une infinité de cas.*

**NB** : d'une façon générale, il vaut mieux supprimer l'addition de cuisson d'huîtres dans quelques préparations que ce soit. Cette eau est simplement salée et dépourvue de saveur, il est donc préférable de la remplacer par quelques cuillerées de cuisson de moules.

**55.SAUCE ORIENTALE** : sauce américaine complétée au curry et crémée. *Les usages sont les mêmes que la sauce américaine.*

**56.SAUCE PALOISE** : “ sauce béarnaise ” où on remplace dans les mêmes conditions l'estragon par de la menthe fraîche.

**57.SAUCE POULETTE** : “ sauce parisienne ” additionnée de cuisson de champignons et de jus de citron, complétée par des champignons cuits à blanc et persil haché. *Cette sauce est usitée pour quelques légumes mais elle est surtout spéciale aux pieds de mouton.*

**58.SAUCE RAVIGOTE** : velouté ordinaire additionné d'une réduction d'échalotes hachées, vin blanc, vinaigre et complétée de beurre d'échalotes, cerfeuil, estragon, ciboulette hachés, dosés en proportions égales. *Cette sauce accompagne les volailles bouillies, elle sert également à quelques abats blancs.*

**59.SAUCE REGENCE POUR POISSONS ET QUELQUES GARNITURES DE POISSONS** : “ sauce normande ”, additionnée d'une réduction de vin blanc du Rhin et de fumet de poissons, vinaigre, épluchures de champignons et épluchures de truffes. Passer au chinois et finir avec essence de truffes.

**60.SAUCE REGENCE POUR GARNITURES DE VOLAILLES** : idem que la précédente, mais ne pas vinaigrer la réduction et employer “ sauce suprême en place de sauce normande ”.

**61.SAUCE RICHE** : préparer une “ sauce diplomate ” selon la méthode indiquée. Compléter avec essence de truffes et truffes coupées en gros dés. *Spéciale aux grosses pièces de poissons pochées.*

**62.SAUCE RUBENS** : mirepoix ordinaire taillée en brunoise, mouillée de vin blanc et de fumet de poissons ; réduire et ajouter madère. Lier cette réduction avec jaunes d'œufs et mettre à point avec beurre, beurre rouge et essence d'anchois. *Cette sauce convient spécialement aux poissons bouillis ou pochés.*

**63.SAUCE SAINT-MALO :** sauce vin blanc additionnée de beurre d'échalotes, de moutarde et d'essence d'anchois. *Spéciale aux poissons de mer grillés.*

**64.SAUCE SMITANE :** réduction presque à sec de vin blanc avec oignons préalablement revenus, ajouter crème aigre et tenir la saveur aigrelette si besoin avec quelques gouttes de jus de citron. *Spéciale pour gibiers sautés ou cuits en casserole.*

**65.SAUCE SOLFERINO :** presser à fond des tomates bien mûres et faire réduire de façon à obtenir un sirop ; ajouter glace de viande dissoute, Cayenne et jus de citron. Monter hors du feu avec beurre maître d'hôtel à l'estragon et beurre d'échalotes. *Cette sauce est succulente avec toutes les viandes grillées.*

**66.SAUCE SOUBISE OU COULIS D'OIGNONS SOUBISE :**

- “ sauce béchamel ” ajoutée à des oignons fortement blanchis et étuvés au beurre. Finir la cuisson au four et mettre à point avec beurre et crème.
- oignons blanchis, égouttés et mis dans une russe foncée de barde de lard. Ajouter riz et mouiller au consommé blanc. Broyer ensuite riz et oignons, mettre à point avec beurre et crème.

**N.B. :** la soubise est plutôt un coulis qu'une sauce et elle doit être obtenue très blanche. Son traitement à la “ sauce béchamel ” est préférable à celui du riz, parce que le coulis à plus de “ velouté ”, mais l'emploi du riz permet de l'obtenir plus ferme. L'adoption de l'une ou l'autre des méthodes exposées ci-dessus doit être déterminée par le genre de préparation à laquelle est destinée la soubise.

**67.SAUCE SOUBISE TOMATEE :** préparer la soubise selon l'une des deux méthodes et l'additionner de purée de tomates.

**68.SAUCE TYROLIENNE :** préparation identique à la “ sauce Choron ” mais montée à l'huile en place de beurre clarifié. *Spéciale à la garniture « tyrolienne ».*

**69.SAUCE VALOIS :** est la “ sauce béarnaise ” à la glace de viande dite également “ sauce Foyot ”.

**70.SAUCE VENITIENNE :** réduire de 2/3, 4 dl de vinaigre à l'estragon additionné de deux cuillerées et demie d'échalotes hachées et de 25 gr de cerfeuil. Passer cette réduction au chinois mousseline en foulant légèrement. Y ajouter ¾ de litre de sauce vin blanc. Compléter avec 125 gr de beurre vert (voir beurre composé), et une cuiller de cerfeuil et d'estragon haché. *Spéciale pour poissons diversement préparés.*

**71.SAUCE VÉRON :** à ¾ de sauce Normande mise à point, ajouter ¼ sauce Tyrolienne. Bien mélanger et compléter avec glace de viande dissoute et essence d'anchois *Spéciale aux poissons.*

**72.SAUCE VILLAGEOISE** : velouté ordinaire additionné de jus de veau et cuisson de champignons, compléter avec Sauce Soubise à la béchamel et une liaison de jaunes d'œufs ; mettre à point avec beurre frais.

**73.SAUCE VILLEROY** : sauce Parisienne additionnée d'essence de truffes et d'essence de jambon.

**N.B.** : le seul usage de cette sauce est d'envelopper certains éléments qui sont ensuite panés à l'anglaise mais qui par le fait de cette préparation spéciale, prennent toujours la dénomination " à la Villeroy ". Cette sauce est le type de celles que l'ancienne cuisine désignait sous le nom de " Sauce Perdues ".

**74.SAUCE VILLEROY SOUBISÉE** : additionner la sauce parisienne de purée Soubise et la traiter par réduction. Selon la nature des objets auxquels elle est destinée, elle est parfois additionnée de truffes hachées.

**75.SAUCE VILLEROY TOMATÉE** : procéder exactement comme pour la Sauce Villeroy ordinaire, en additionnant la Sauce Parisienne de purée de tomates.

## 5.7. LES SAUCES FROIDES :

- 1. SAUCE AÏOLI OU BEURRE DE PROVENCE :** l'aïoli est en fait une mayonnaise à l'ail, hormis le vinaigre. Autrefois on se servait d'une pomme de terre ou encore de mie de pain comme éléments de liaison. Actuellement, ils sont remplacés par des jaunes d'œufs crus, ail broyé, jaunes d'œufs, sel et huile (d'olive de préférence) et jus de citron comme élément acide.
- 2. SAUCE ANDALOUSE :** sauce Mayonnaise assez serrée additionnée de purée de tomates et condimentée de poivrons doux, détaillés très fin.
- 3. SAUCE BOHÉMIENNE :** sauce Béchamel très épaisse et très froide à laquelle il faut ajouter jaunes d'œufs, sel, poivre et vinaigre. Bien mélanger au fouet et ajouter de l'huile et vinaigre d'estragon en procédant tout comme une mayonnaise ordinaire. Finir la sauce avec moutarde.
- 4. SAUCE CHANTILLY :** préparer Sauce Mayonnaise normale en employant du citron comme élément acide et la tenir assez serrée. Au moment de servir, l'additionner de crème fouettée très ferme. *Sert spécialement pour les asperges tièdes ou froides.*
- 5. SAUCE GÉNOISE :** pistaches fraîchement mondées, pignons ou à défaut amandes douces, le tout réduit en pâte fine avec un peu de Béchamel épaisse, passer le tout au tamis fin et ajouter jaunes d'œufs, sel, poivre ; bien mélanger le tout et incorporer l'huile en fins filets et aciduler avec jus de citron. Compléter avec une purée d'herbes obtenue avec feuilles de persil, cerfeuil, estragon, ciboulette et pimprenelle nouvelle, ces herbes fortement blanchies, rafraîchies et réduites en purée très fine.
- 6. SAUCE GRIBICHE :** sauce Mayonnaise, moutardée et complétée avec cornichons et câpres hachés, persil, cerfeuil et estragon haché ainsi qu'une courte julienne de blancs d'œufs durs. *Cette sauce est un accompagnement usuel de poissons froids.*
- 7. SAUCE GROSEILLE AU RAIFORT :** réduire de 1/3 1dl de Porto, additionné d'une pincée de muscade, cannelle, sel, poivre. Ajouter 4dl de gelée de groseilles dissoute et 2 cuillères de raifort râpé. *Usage divers.*
- 8. SAUCE ITALIENNE :** sauce Mayonnaise, complétée avec une ½ cervelle de veau cuite au court-bouillon fortement aromatisé et froide. Cette cervelle sera bien sûr passée au tamis fin préalablement. Terminer avec jus de citron et persil haché. *Cette sauce se sert avec n'importe quelle viande froide.*
- 9. SAUCE MAYONNAISE COLLÉE :** la sauce Mayonnaise Collée se fait dans les proportions de 3dl de gelée fondue pour 7dl de mayonnaise.



*Sert pour enrober des éléments des “ Chauds-Froids ”, dits “ à la Russe ” et pour la liaison des salades de légumes.*

**N.B.** : voir remarques “ Chaud-Froid Maigre ”.

**10.SAUCE MAYONNAISE FOUETTÉE À LA RUSSE** : mettre dans une terrine, 4dl de gelée fondue et 3dl de mayonnaise, 1 C. à pot. de vinaigre d'estragon, 1 C. à C. de raifort râpé très finement. Mélanger-le tout au fouet, placer l'ustensile sur glace et fouetter jusqu'à ce que la sauce soit devenue mousseuse et commence à se solidifier. *Elle sert principalement pour la liaison des salades de légumes moulés.*

**11.SAUCE MAYONNAISE DIVERSES** : pour les services de hors d'œuvre ou même d'entrées froides, on peut, avec les œufs et parties crémeuses des gros crustacés ou des écrevisses ou bien avec des crevettes, caviar, anchois, etc. obtenir autant de mayonnaises distinctes. Il suffit de piler l'un ou l'autre de ces éléments et d'ajouter à la purée ainsi obtenue une quantité relative de mayonnaise.

**12.SAUCE MOUSQUETAIRE** : sauce Mayonnaise additionnée d'échalotes hachées tombées avec vin blanc, complétée de glace de viande dissoute et de ciboulette hachée. Relever de Cayenne ou poivre du moulin. *Sert pour les viandes froides de boucherie.*

**13.SAUCE MOUTARDE À LA CRÈME** : moutarde, sel, poivre et jus de citron. Mélanger et ajouter petit à petit crème épaisse et bien fraîche. *Spéciale aux hors d'œuvre.*

**14.SAUCE RAIFORT AUX NOIX** : raifort râpé, noix épluchées et hachées, sel, sucre et crème épaisse. *Spéciale à l'ombre chevalier servi froid.*

**15.SAUVE RAVIGOTE** : sauce vinaigrette complétée avec câpres, ciboulette, cerfeuil, estragon et cornichons hachés.

**16.SAUCE RÉMOULADE** : sauce Mayonnaise additionnée de moutarde, cornichons, câpres hachés, persil, cerfeuil, estragon haché et essence d'anchois.

**17.SAUCE RUSSE** : passer au tamis fin, préalablement mélangée avec un peu de mayonnaise partie crémeuse de homard ou de langouste, et caviar. Mélanger à la mayonnaise et compléter la condimentation avec moutarde et Derby-Sauce. *Accompagne les poissons froids et crustacés.*

**18.SAUCE SUÉDOISE** : émincer et cuire des pommes aigres, ajouter vin blanc, passer au tamis et quand elle est froide, y ajouter sauce mayonnaise. Compléter condimentation avec raifort râpé. *Accompagne le porc froid mais aussi l'oie rôtie froide.*

**N.B.** : hors saison, on peut aussi faire cette sauce en remplaçant la purée de pommes par de la purée de groseilles vertes en grappes ou à maquereau. Elle peut également être condimentée à la moutarde.

**19.SAUCE TARTARE** : mayonnaise complétée avec œufs durs passés au tamis, oignon finement haché, câpres et cornichons hachés, cerfeuil, persil, estragon et ciboulette hachés.

**20.SAUCE VERTE** : blanchir vivement et fortement feuilles d'épinard, feuilles de cresson, persil, cerfeuil et estragon. Rafraîchir, presser à fond ; piler ces herbes et les tordre fortement dans un torchon, de façon à obtenir un jus d'herbes épais. Ajouter mayonnaise très serrée et très relevée. *Sert pour poissons froids et crustacés.*

**21.SAUCE VINCENT** :

**Méthode 1** : blanchir vivement et fortement feuilles d'oseille fraîche et feuilles de persil, cerfeuil, estragon, ciboulette, pimprenelle, feuilles de cresson et épinard ; rafraîchir et presser fortement, piler ces herbes très finement en y ajoutant jaunes d'œufs durs fraîchement cuits. Passer à l'étamine cette purée d'herbes et y ajouter jaunes d'œufs. Monter ensuite comme une mayonnaise normale. Compléter condimentation avec Sauce Derby.

**Méthode 2** : apprêter la purée d'herbes comme précédemment et l'additionner de sauce mayonnaise. *Est particulière aux poissons froids et crustacés.*

## 5.8. LES BEURRES :

### 5.8.1. LES BEURRES COMPOSÉS SIMPLES, À BASE D'ÉLÉMENTS CUIITS OU CRUS :

#### 5.8.1.1. GÉNÉRALITÉS :

Les beurres composés sont des beurres additionnés d'une ou de plusieurs substances ou éléments aromatiques. Ceux-ci sont d'abord pilés ou hachés finement ; ces beurres sont traités soit à chaud ou à froid. Ils sont servis soit en rondelles (dans un bol contenant de l'eau glacée), soit en pommade (en saucière). Ils sont destinés à accompagner les viandes et les poissons grillés. Certains sont réservés à la finition des sauces ou potages.

On peut donc distinguer 3 variétés distinctes de beurres composés :

- **les beurres composés réalisés à froid, à partir d'ingrédients crus. (\*)**
- **les beurres composés réalisés à froid, à partir d'ingrédients cuits. (\*\*)**
- **les beurres composés réalisés à chaud, puis refroidis. (\*\*\*)**
- **les beurres composés chauds pour une préparation bien spécifique. (\*\*\*\*)**

**N.B. dans la liste ci-dessous, ils sont repris par ordre alphabétique, leur classement par catégorie est indiqué par le nombre d'astérisque(s) accolé(s) à leur dénominations.**

*On compte en moyenne  $\pm 20$ gr de beurre par couvert.*

En ce qui concerne les beurres de crustacés, l'expérience a démontré que ces beurres, traités par infusion au bain-marie, puis passés ensuite à la mousseline au-dessus d'une terrine d'eau glacée, étaient de coloration plus chaude que ceux préparés à froids ; mais, par contre, la chaleur leur fait perdre une grande partie de leur finesse et même contracter un goût désagréable. Pour parer à cet inconvénient, mieux vaut adopter le système de préparation de deux beurres distincts : l'un qui a pour base exclusive les parties crémeuses, débris ou chairs de crustacés, pilés avec le beurre cru et passé au tamis fin. Ce beurre communique une saveur parfaite aux sauces, surtout à celles qui ont la sauce béchamel pour base. L'autre, préparé avec les carcasses seules et traité à chaud, joue dans l'ensemble le rôle de colorant. Cette méthode donne d'excellents résultats et la mise en pratique en est donc conseillée.

Dans certains cas, le beurre est remplacé par l'équivalent de crème, qui absorbe mieux que le beurre toutes les particules savoriques et aromatiques et on obtient ainsi un coulis absolument parfait pour la mise à point des sauces et des potages.

L'emploi du beurre colorant donne aux sauces la teinte nette et franche qui doit les caractériser et, en toutes circonstances, on doit le préférer aux colorants artificiels, qui ne peuvent donner aux sauces qu'une couleur indécise et criarde.

Les beurres composés sont généralement préparés à l'avance, on doit donc les tenir au frais, à couvert.

- 1. BEURRE D'AIL \*** : blanchir très fortement 200gr de gousses d'ail épluchées. Égoutter à fond, piler et ajouter 250gr de beurre en pommade. Passer au tamis fin.
  - 2. BEURRE D'ANCHOIS \*** : piler finement 100gr d'anchois bien épongés, ajouter 250gr de beurre en pommade, sel (attention les anchois sont déjà salés), poivre et bien mélanger. Si ce beurre est destiné à être servi en rondelles, placer au centre quelques filets d'anchois entiers.
  - 3. BEURRE D'AMANDES \*** : piler en pâte 150gr d'amandes douces fraîchement mondées et bien lavées, en les additionnant de quelques gouttes d'eau froide. Ajouter 250gr de beurre et passer au tamis fin.
  - 4. BEURRE D'AVELINE \*\*** : piler en pâte 150gr d'avelines (noisettes du coudrier) torréfiées et bien épluchées, en y ajoutant quelques gouttes d'eau pour les empêcher de tourner en huile. Mélanger 250gr de beurre en pommade à cette pâte et passer au tamis fin.
  - 5. BEURRE BERCY \*\*** : réduire de moitié 2dl de vin blanc additionné d'une c. à potage d'échalotes hachées finement. Laisser tiédir cette réduction et lui ajouter 250gr de beurre en pommade, 500gr de moelle en dés pochée et bien égouttée, 1 c. à potage de persil haché, sel, poivre et jus de citron.
  - 6. BEURRE DE CAVIAR \*** : piler fortement 75gr de caviar pressé, ajouter 250gr de beurre et passer au tamis.
  - 7. BEURRE CHIVRY OU BEURRE RAVIGOTE \*\*** : broyer 100gr de feuilles de persil, cerfeuil, estragon, ciboulette, pimprenelle fraîche, blanchies pendant quelques minutes, rafraîchies et pressées, 25gr d'échalotes hachées et blanchies. Ajouter 125gr de beurre et passer au tamis.
  - 8. BEURRE COLBERT \*** : Ajouter à 200gr de "Beurre Maître d'Hôtel", 2 cuillerées de glace de viande dissoute, 2 c. à c. d'estrageon haché.
  - 9. BEURRE COLORANT ROUGE \*\*\*** : réunir tous débris dont on peut disposer de carapaces de crustacés, les débarrasser de toutes adhérences intérieures et extérieures. Bien les sécher et les piler finement en y ajoutant le même poids de beurre. Faire fondre au bain-marie en remuant souvent, passer au chinois mousseline au-dessus d'une terrine d'eau glacée, presser ensuite le beurre figé dans un torchon pour en extraire l'eau.
- N.B.** : dans le cas où l'on ne disposerait pas de carapaces pour la préparation de ce beurre colorant, on peut le remplacer par du beurre de paprika.
- 10. BEURRE COLORANT VERT \*\*** : piler à cru 1kg d'épinards bien lavés. Extraire le jus en les tordant dans un torchon, mettre ce jus au bain-marie et le faire coaguler. Le renverser ensuite sur une

serviette et laisser bien égoutter. Recueillir la substance colorante avec une palette et la triturer avec le double de son poids de beurre. Passer au tamis et conserver au frais.

**N.B.** : ce vert remplace avantageusement le colorant artificiel.

**11.BEURRE DE CREVETTES \*** : piler finement 150gr de crevettes grises. Ajouter le même poids de beurre et passer au tamis.

**12.BEURRE D'ECHALOTES \*\*** : broyer 125gr d'échalotes blanchies rapidement, égouttées et pressées dans un torchon. Ajouter 125gr de beurre et passer au tamis fin.

**13.BEURRE D'ECREVISSE \*** : piler finement des débris d'écrevisses et y ajouter le même poids de beurre et passer au tamis fin.

**14.BEURRE D'ESCARGOTS \*** : pour 50 escargots :

350gr de beurre.

35gr d'échalotes hachées.

1 gousse d'ail broyée.

25gr persil haché.

12gr de sel.

2gr de poivre.

Bien mélanger le tout en pétrissant et garder au frais.

**15.BEURRE D'ESTRAGON \*\*** : piler 125gr de feuilles d'estragon blanchies durant 2 minutes, les égoutter, rafraîchir et presser. Ajouter 250gr de beurre en pommade et passer au tamis.

**16.BEURRE DE HARENG \*** : piler finement 3 beaux filets de hareng saur dépouillés. Ajouter 250gr de beurre en pommade et passer au tamis.

**17.BEURRE DE HOMARD \*** : piler les parties crémeuses, le corail, les œufs de homard dont on dispose. Ajouter le même poids de beurre et passer au tamis fin.

**18.BEURRE DE LAITANCE \*** : piler 125gr de laitance pochée et bien froide. Ajouter 250gr de beurre, 1 c. à c. de moutarde et passer au chinois fin.

**19.BEURRE MAÎTRE D'HÔTEL \*** : ramollir en pommade 250gr de beurre et lui incorporer un C. à potage de persil haché, 8gr de sel, 1gr de poivre et jus de citron (goûter).

**N.B.** : l'adjonction au beurre maître d'hôtel d'une cuillerée de moutarde est à recommander comme une variante à cette préparation qui convient particulièrement pour *les grillades de viandes de boucheries et de poissons.*

**20.BEURRE MANIÉ \*** : ce beurre qui s'emploie pour les liaisons rapides, se prépare dans les proportions de 75gr de farine pour 100gr de beurre. Une sauce liée au beurre manié ne doit plus bouillir parce

qu'elle risque de contracter un désagréable goût de farine crue.

**21.BEURRE MARCHAND DE VIN \*\*** : réduire de moitié 2dl de vin rouge avec 25gr d'échalotes hachées ; ajouter sel et poivre, 1 c. à c. de glace de viande dissoute et 150gr de beurre en pommade ; jus de citron (goût) et persil haché. Bien mélanger le tout. *Spécial aux entrecôtes grillées.*

**22.BEURRE MARSEILLAIS \*** : 200gr de beurre en pommade, sel, poivre fin, ajouter 1 c. à pot. de persil haché, ail broyé et concentré de tomates.

**23.BEURRE À LA MEUNIÈRE \*\*\*\*** : est un beurre cuit à la noisette additionné, quand il est prêt, de quelques gouttes de jus de citron. *Spécial aux poissons traités "à la meunière"*.

**24.BEURRE MONTPELLIER \*\*** : jeter dans un poêlon en cuivre contenant de l'eau bouillante : 100gr de feuilles de cresson, persil, ciboulette et estragon en parties égales ; 25gr de feuilles d'épinards. Blanchir en même temps et à part 40gr d'échalotes finement hachées. Égoutter et rafraîchir les herbes, les presser fortement ainsi que l'échalote et piler le tout finement. Ajouter 3 cornichons moyens, 1 c. à c. de câpres pressées, 1 gousse d'ail et les filets de 4 anchois. Le tout étant en pâte fine, compléter avec 750gr de beurre, 3 jaunes cuits durs et 2 jaunes crus. Additionner finalement de 2dl d'huile par toutes petites parties et passer au tamis fin. Lisser la préparation au fouet, régler l'assaisonnement en sel et relever au Cayenne. Accompagne les poissons froids et sert à les masquer quand ils sont préparés en buffet.

**25.BEURRE DE MOUTARDE \*** : ajouter 1 c. à pot. de moutarde française à 250gr de beurre ramolli en pommade,

**26.BEURRE NOIR \*\*\*\*** : fondre et cuire à la poêle 125gr de beurre jusqu'à ce qu'il ait pris une couleur brune, le passer au chinois mousseline dans un bain-marie. Quand il n'est plus que tiède, l'additionner d'une c. à c. de vinaigre réduit avec mignonnette. Chauffer à point au moment de servir et ajouter quelques feuilles de persil frit au beurre et une c. à c. de câpres sur l'objet qui doit être arrosé de beurre noir.

**27.BEURRE DE PAPRIKA \*** : ajouter à 250gr de beurre ramolli en pommade, 4gr de paprika préalablement revenu avec 1 c. à c. d'oignons hachés. Passer au tamis fin.

**28.BEURRE DE PIMENTS \*** : piler finement 100gr de poivrons rouges braisés avec 250gr de beurre en pommade. Passer au tamis fin.

**29.BEURRE DE PISTACHES \*** : piler finement 150gr de pistaches fraîchement mondées en les mouillant de quelques gouttes d'eau, ajouter 250gr de beurre et passer au tamis fin.

- 30.BEURRE À LA POLONAISE \*\*\*\*\*** : cuire à la noisette 250gr de beurre et y jeter 60gr de mie de pain très fine.
- 31.BEURRE DE RAIFORT \*** : piler 50gr de raifort râpé, ajouter 250gr de beurre et passer à l'étamine.
- 32.BEURRE DE SAUMON FUMÉ \*** : piler 100gr de saumon fumé avec 250gr de beurre et passer au tamis fin.
- 33.BEURRE DE TRUFFES \*** : piler 100gr de truffes bien noires avec 1 c. à c. de sauce béchamel. Ajouter 200gr de beurre et passer au tamis fin.
- 34.BEURRE PRINTANIER \*\*** : ce sont des beurres de légumes dont l'usage est assez fréquent pour la mise à point de certains potages. Ces légumes sont d'abord traités en cuisson selon leur nature, ils sont ensuite pilés avec leur même poids de beurre et passés au tamis fin.
- 35.COULIS DIVERS \*** : piler carapaces d'écrevisses, ou débris de crevettes, ou parties crémeuses, œufs ou corail de homards et de langoustes. Ajouter 4 c. à pot. de crème fraîche par 100gr d'éléments pilés et passer au tamis fin.
- 36.HUILES DE CRUSTACÉS \*** : cette préparation peut servir à compléter une sauce mayonnaise pour servir d'accompagnement aux homards et langoustes et crée pour ainsi dire un nouveau dérivé de la mayonnaise. Piler tous débris de crustacés dont on dispose, remplacer le beurre par de l'huile et dans les mêmes proportions, c'est-à-dire poids pour poids. Ajouter l'huile petit à petit, quand les débris sont en pâte fine. Passer au tamis fin et à froid, cette composition ne supportant pas la chaleur. Avec cette huile, monter une mayonnaise bien serrée.

#### **5.8.1.2. TABLEAU SYNOPTIQUE DU TRAVAIL DES BEURRES :**

<b>A base de chair</b>	<b>A base de légumes</b>
Anchois, caviar, crustacés, viandes Piler chair (éventuellement dessalée) Passer au tamis Ajouter beurre pommade Assaisonner	Ail, cresson, oseille,... Blanchir légumes Presser, hacher, passer tamis Ajouter beurre pommade Assaisonner
<b>A base de vin</b>	<b>A base de crustacés (à chaud)</b>
Réduire vin, échalotes pratiquement à sec Refroidir Ajouter beurre en pommade Assaisonner et ajouter garniture	Piler carcasses + beurre fondu Infuser 2 heures (bain-marie) Passer chinois (sur glace) Malaxer ferme et assaisonner

## **5.8.2. LES BEURRES COMPOSES EMULSIONNES :**

En cuisine, comme dans bien d'autres domaines de la vie quotidienne, il est parfois difficile d'expliquer pourquoi des choses connues mais un peu retombées dans l'oubli reviennent soudain à la mode, comme c'est le cas pour le beurre blanc, naguère usité principalement pour l'accompagnement du brochet.

Ce beurre blanc fait à l'évidence parfaitement l'affaire de ce que l'on a appelé la « Nouvelle Cuisine », avec ses menus légers et ses sauces courtes pour produits, tout juste cuits.

A partir de ce beurre blanc, et de la méthode de sa réalisation, toute une panoplie de beurres a vu le jour au gré de l'imagination des artisans. Le plus célèbre de ces derniers, étant bien entendu Bernard Loiseau, qui dans son livre « L'envolée des saveurs » fait largement profiter le lecteur de cette redécouverte des beurres montés en association d'un liquide réduit, ce qui explique la dénomination de ce chapitre.

Le plus simple de ces beurres est sans aucun doute le beurre fondu, appelé également « beurre lié ». La réalisation de celui-ci permet le service d'un beurre bien onctueux et plus agréable que le beurre fondu traditionnel.

### **5.8.2.1. LE BEURRE BLANC (4 couverts) :**

1. **INGREDIENTS :** 200 gr de beurre  
20 gr d'échalotes grises  
½ dl de vin blanc sec  
¼ dl de crème  
1 filet de jus de citron (suivant le cas)  
Sel, poivre de Cayenne.

#### **2. TRAITEMENT :**

- 1- Mettre les échalotes et le vin blanc dans une petite sauteuse.
- 2- Amener à ébullition et faire réduire afin qu'il ne reste plus qu'une cuiller à potage de liquide.
- 3- Ajouter la crème et faire réduire de nouveau.
- 4- Sur le coin du fourneau, incorporer le beurre par petits morceaux en fouettant vivement.
- 5- Tout au long de cette opération, maintenir une chaleur douce afin de compenser l'apport de beurre froid.
- 6- Assaisonner de sel, poivre de Cayenne et rectifier l'acidité si nécessaire par l'ajout de jus de citron.
- 7- Servir tiède en saucière.

**N.B. :** Ce beurre accompagne très bien les poissons et crustacés grillés (jus de citron), ainsi que légumes et autres viandes blanches.



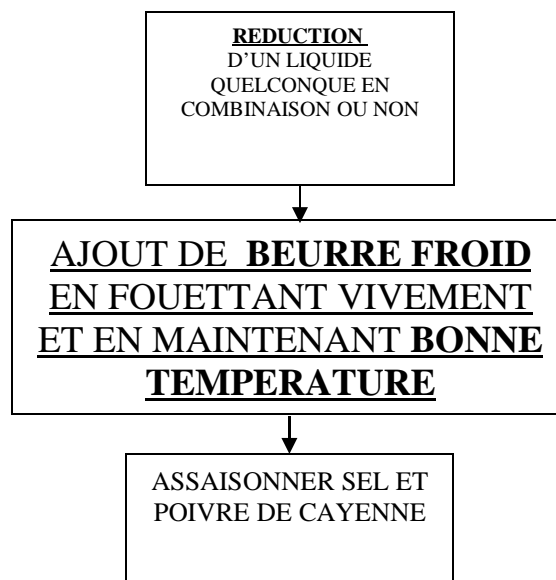
**5.8.2.2. LE BEURRE LIE :**

**A) INGREDIENTS :** 200 gr de beurre.  
2 cuillères à café d'eau.  
Jus de citron (facultatif).  
Sel, poivre de Cayenne.

**B) TRAITEMENT :**

1. Mettre l'eau et éventuellement le jus de citron dans une sauteuse (si c'est le cas, faire réduire de moitié).
2. Incorporer le beurre coupé en petits morceaux et sortant de la chambre froide en fouettant vivement.
3. Tout au long de cette opération, veiller à maintenir une bonne température afin de compenser l'apport de beurre froid mais en veillant à ne pas dépasser 60°C.
4. Rectifier au besoin l'acidité.
5. Assaisonner de sel et poivre de cayenne.

**Remarques :** A partir de ces deux exemples, on peut aisément imaginer les nombreuses variantes que l'on peut réaliser, par exemple un beurre de nage, élaborer à partir de la réduction de celle-ci et montée au beurre, ce qui donnera une toute autre présentation à ce plat ; de même, l'ajout de certaines herbes (cerfeuil, estragon, persil etc.) permet en effet toutes les fantaisies. L'utilisation d'un beurre composé vu précédemment peut très bien être incorporé à un jus réduit quelconque en place de beurre frais (par exemple du beurre marchand de vin dans une réduction de jus de veau par exemple ou dans du fumet de poissons) permet toutes les variantes possibles et inimaginables qui ne seront que le reflet de la capacité professionnelle de l'artisan..

**5.8.2.3. TABLEAU RECAPITULATIF DU TRAVAIL DES BEURRES****EMULSIONNES :**

## 6. LES ŒUFS :

### Généralités :

Selon une réglementation communautaire, les œufs sont classés en trois catégories de qualité : **catégorie A - B - C**.

Seuls les œufs de catégorie A sont livrés à la vente au public et aux restaurateurs. Les œufs de catégories B et C sont utilisés dans certaines industries.

Les œufs de catégories A comprennent deux sous-catégories :

- les œufs extra frais
- les œufs frais.

### Critères communs aux deux catégories

Œufs non brossés, non lavés, n'ayant subi aucun procédé de nettoyage.  
Œufs n'ayant subi aucun procédé de conservation et maintenus à la température de + 8°C. (cette température ne concerne pas les locaux de vente). Les coquilles doivent être normales, naturellement propres, intactes, ni fêlées, ni marbrées.

### Critères particuliers à chaque catégories :

#### ŒUFS EXTRA-FRAIS

#### ŒUFS FRAIS :

- Collecte au moins deux fois par semaine chez le producteur.	- Collecte pouvant être effectuée seulement une fois par semaine.
- Conditionnement uniquement en petits emballages (- de 30 unités)	- Conditionnement en " canadienne " de 360 unités (12 plaques alvéolées de 30 œufs) <b>ou en petits conditionnements</b> lorsque la <b>banderole rouge " extra-frais " a été enlevée.</b>
- La date de <b>conditionnement</b> doit être portée en clair	- La date de <b>conditionnement</b> peut être portée en clair (jour/mois/année)
- La banderole rouge avec le qualificatif " extra-frais " doit être retirée par le commerçant si les œufs n'ont pas été vendus dans les 7 jours suivant la date de conditionnement. A partir de ce moment, les œufs sont commercialisés avec l'appellation " œufs frais ".	
- La profondeur de la chambre à air doit être inférieure à 4 mm.	- La profondeur de la chambre à air doit être inférieure à 6 mm.

Classification selon le calibre - réglementation européenne :

Calibres	Poids des œufs en grammes.	Poids minimum. de 100 œufs.
1	+ de 70 grammes	7,0 kg
2	+ de 65 à 70 grammes	6,6 kg
3	+ de 60 à 65 grammes	6,1 kg
4	+ de 55 à 60 grammes	5,6 kg
5	+ de 50 à 55 grammes	5,1 kg
6	+ de 45 à 55 grammes	4,6 kg
7	45 grammes et moins	Poids net minimum non prévu

**N.B.** : Au-dessous de 51 grammes, les œufs ne sont pas admis à l'exportation.

Les principales recommandations sont les suivantes :

Le manque de fraîcheur, considéré jusqu'alors comme le reproche majeur fait aux œufs, n'est plus de rigueur. Les réseaux de collectes et de distributions sont actuellement très performants.

En revanche, l'utilisation des œufs en cuisine et en pâtisserie nécessite l'observation rigoureuse d'un certain nombre de règles d'organisation qui visent à maintenir la qualité hygiénique des œufs.

- Limiter les stocks à leur strict nécessaire (en fonction de la consommation et de la périodicité des livraisons).
- Effectuer la rotation logique des stocks (premiers livrés, premiers utilisés).

A la livraison, vérifier rigoureusement :

- La date de conditionnement portée sur les étiquettes.
- L'intégrité des étiquettes qui ne doivent être ni décollées, ni déchirées.
- Le parfait état de propreté des emballages et des alvéoles (absence de traces d'humidité ou de coulures d'œufs).
- La propreté naturelle et l'intégrité des œufs (ne jamais conserver des œufs fêlés ou cassés).
- Le stockage des œufs à l'abri de la lumière, dans leur conditionnement d'origine et dans un local frais.
- La provenance des œufs d'établissement agréés (revendeurs non agréés, œufs sans emballage d'origine).
- Enfin, il faut limiter tous les écarts de température (risque de condensation sur la coquille).

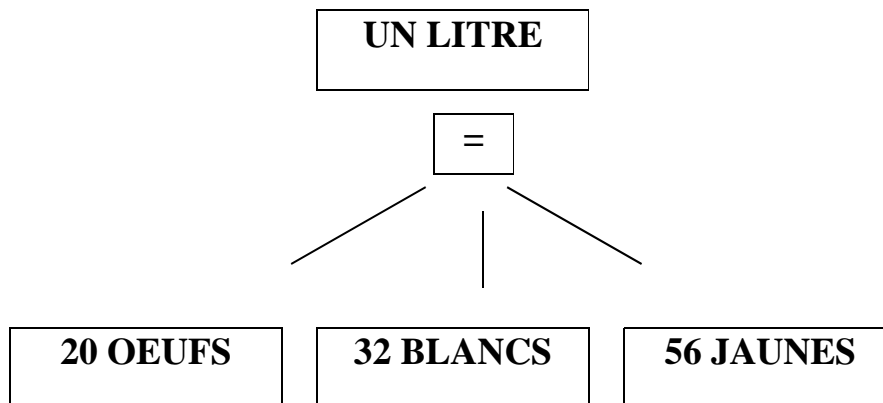
A l'utilisation :

- Se laver les mains avant et après les opérations de cassage.
- Utiliser du matériel (en acier inoxydable par exemple) parfaitement propre.

- Casser les œufs dans un récipient autre que celui destiné à recueillir l'ensemble (ramequin par exemple), ceci afin d'en vérifier la fraîcheur.
- Rejeter tous les œufs suspects : odeurs ou couleur anormale, œufs à corps étrangers.
- Casser les œufs à plat et non sur le bord du récipient destiné à les recueillir (pour que la membrane vitelline ne crève pas).
- Ne jamais corner les œufs avec le doigt, ni les clarifier dans la main.
- Ne garder en mise en place (à la température de la cuisine) que la quantité strictement nécessaire au service.
- Casser les œufs au fur et à mesure des besoins.
- Éviter de conserver de la dorure (24 heures au maximum à + 3C.).

Conseils pratiques :

- Ne pas placer les œufs sortant de la chambre froide directement dans l'eau bouillante (risque d'éclatement), penser à les sortir une trentaine de minutes avant de les marquer en cuisson.
- Ajouter une pincée de sel aux blancs destinés à être montés en neige : ils se développeront davantage (le sel à la propriété de diminuer la viscosité des blancs).
- Écaler les œufs mollets et les œufs durs dans de l'eau froide ou sous un filet d'eau froide coulant entre coquille et membrane coquillière, ainsi ils s'écaleront plus facilement.
- Éviter le contact direct entre les œufs et du matériel argenté (risque d'oxydation).



## 6.1. LES ŒUFS CUITS EN COQUES. :

### LES DIFFÉRENTES PRÉPARATIONS :

#### 6.1.1. ŒUF À LA COQUE :

Coagulation du blanc, le jaune restant liquide.

Trois minutes et demie étant une base, certains clients désirant moins de temps de cuisson et d'autres plus.

#### 6.1.2. ŒUF MOLLET :

Cinq minutes de cuisson.

Coagulation du blanc.

Aspect crémeux du jaune.

#### 6.1.3. ŒUF DUR :

Dix minutes de cuisson..

Solidification complète de l'œuf.

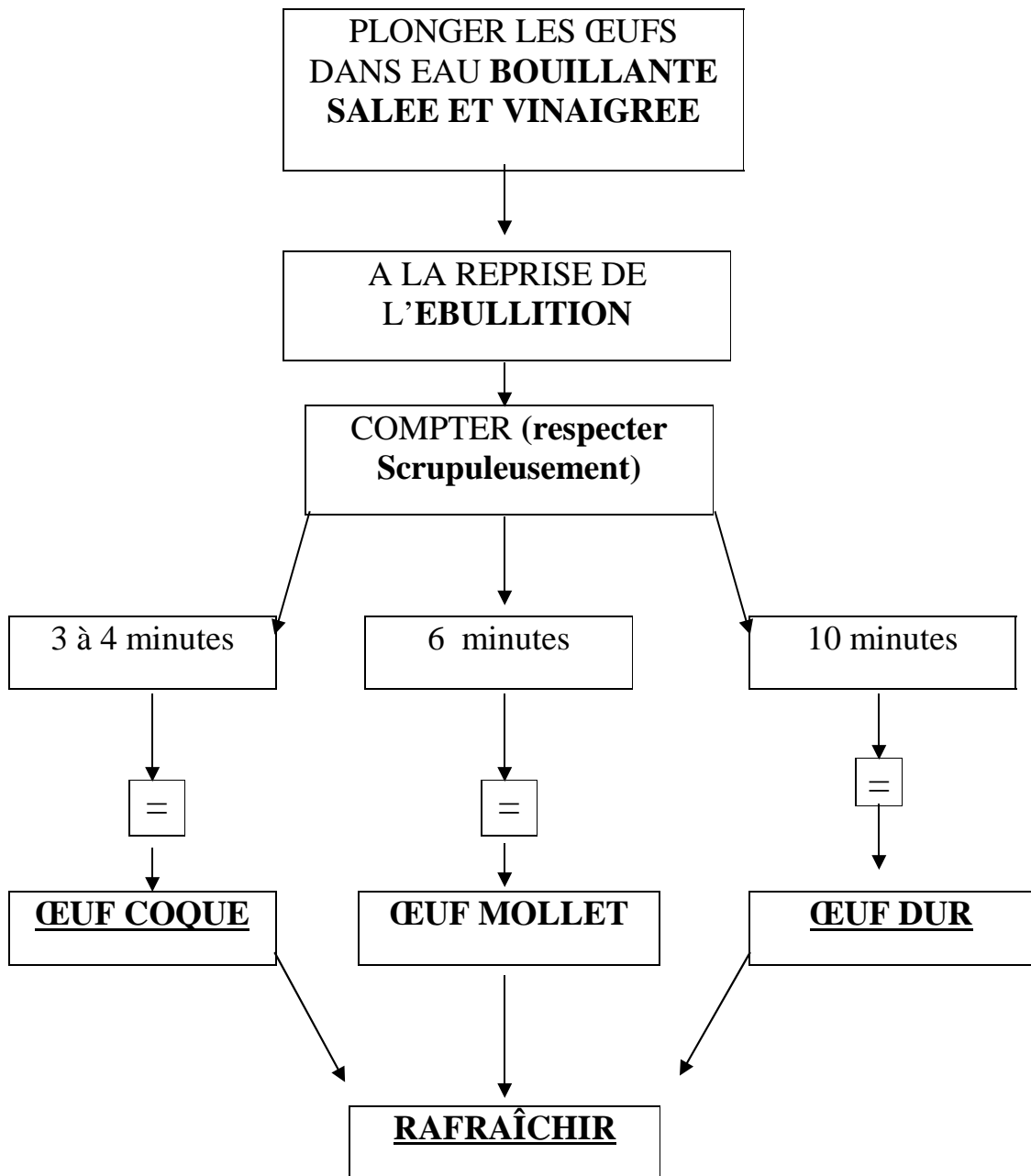
### TRAITEMENT :

1. Déposer les œufs délicatement dans l'eau bouillante, salée et vinaigrée.
2. Compter le temps nécessaire à partir du point de **ré ébullition** de l'eau.
3. Pour les œufs mollets et durs, rafraîchir afin de stopper la cuisson.
4. Les œufs coques sont présentés dans un petit récipient contenant de l'eau chaude (pas bouillante).

### CONSEILS :

1. Travailler toujours des œufs très frais.
2. S'assurer que la coquille est sans fêlures.
3. Les sortir à l'avance du frigo, sinon le temps de température doit être prolongé et de plus le changement de température peut faire éclater la coquille.
4. Conserver les œufs durs au frigo, s'ils sont écalés, les garder dans l'eau froide salée.

**6.1.4. TABLEAU RÉCAPITULATIF DE LA CUISSON DES ŒUFS EN COQUE :**



## 6.2. LES ŒUFS CUITS HORS COQUE ET NON MÉLANGÉS :

### 6.2.1. ŒUF COCOTTE :

Coagulation du blanc, le jaune reste liquide.

Temps de cuisson 5 à 6 minutes.

Utiliser de préférence les cocottes en porcelaine à feu.

Il faut noter que les cocottes peuvent être remplacées par des caisses de différentes formes en porcelaine, celles-ci peuvent même être en mie de pain, voire des pommes de terre préalablement cuites et évidées. Dans ces dernier cas, le pochage ne se fait bien sûr pas en milieu humide.

1. Beurrer l'intérieur des cocottes, assaisonner le fond de sel et de poivre.
2. Déposer l'œuf sans casser le jaune.
3. Déposer les cocottes dans un récipient servant de bain-marie.
4. Verser l'eau bouillante au 1/3 de la hauteur des cocottes afin qu'elles baignent.
5. Amener à ébullition sur le fourneau à couvert (maintenir un frémissement).
6. Cuire au four +/- 10 minutes.
7. Retirer les cocottes, cordon de sauce sur le blanc et dresser sur serviette ou papier dentelle.

Les garnitures peuvent se mettre avant cuisson (dans le fond de la cocotte) ou après cuisson (méthode souvent utilisée actuellement).

Afin d'éviter à l'eau de cuisson de s'introduire dans les cocottes, lors de l'ébullition, on peut disposer dans le fond du récipient un papier de même taille.

### 6.2.2. ŒUF POCHÉ :

Il constitue toute une gamme d'entrées dont les accompagnements sont des plus variés.

1. Faire chauffer l'eau dans un récipient à bord peu élevé et assez large.
2. Ajouter du vinaigre blanc (environ 5 cl par litre d'eau). **Surtout pas de sel.**
3. Déposer délicatement les œufs, un par un, rapidement dans le bouillonnement et le plus près possible de la surface de l'eau.
4. Maintenir les œufs dans un léger frémissement (95°C environ) durant 3 minutes.
5. Retirer à l'aide de l'écumoire et les rafraîchir dans l'eau froide (glaçons afin d'arrêter la cuisson). S'assurer que la coagulation du blanc est suffisante pour emprisonner le jaune tout en gardant celui-ci coulant.
6. Les parer (couper les longs filaments blancs).
7. Les tenir dans l'eau froide.
8. Pour servir chaud, les replonger 3 minutes dans l'eau bouillante salée.

### CONSEILS :

- a) Utiliser des œufs très frais.
- b) Pour les hors d'œuvre, prolonger un peu la cuisson afin que le blanc soit bien solide.
- c) Pour la facilité du travail et ne pas s'ébouillanter les doigts au contact de l'eau, verser l'œuf dans une tasse et le verser délicatement dans la cuisson.

#### **6.2.3. ŒUF SUR LE PLAT :**

1. Déposer une noix de beurre dans chaque plat à œuf.
2. Assaisonner de sel, poivre du moulin et faire chauffer.
3. Glisser les œufs dans le plat sans casser le jaune.
4. Cuire doucement jusqu'au moment où le blanc prend une teinte laiteuse, le jaune doit garder son miroitement.

#### **6.2.4. ŒUF POÊLE :**

- 1-Dans une poêle, faire chauffer du beurre légèrement noisette.
  - 2-Y verser délicatement les œufs sans crever le jaune.
  - 3-Assaisonner uniquement les blancs, car sur les jaunes les traces de sel donnent de petites taches blanchâtres.
  - 4-Cuire tout doucement les œufs avec une légère coloration.  
Les œufs peuvent être retournés (œufs à la diable).
  - 5-Les faire glisser délicatement sur une assiette chaude (ils peuvent être parés à l'emporte pièce).
- Seuls les blancs doivent être coagulés, les jaunes restent crémeux.

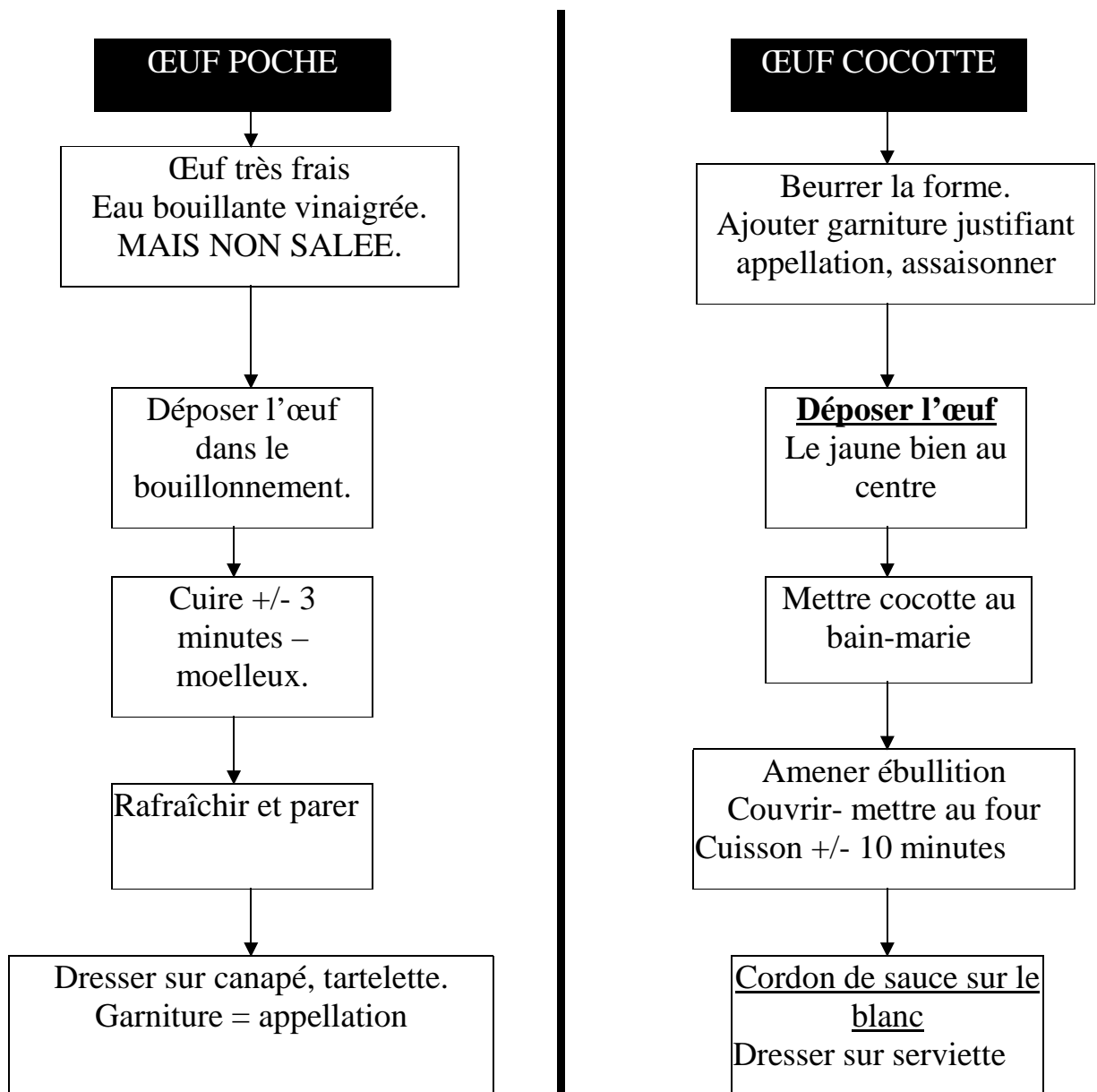
#### **6.2.5. ŒUF FRIT :**

1. Faire chauffer de l'huile dans une poêle à haut bord (1/4 de L.).
2. Glisser l'œuf dans cette friture très chaude (200°C) et à l'aide d'une spatule en bois, ramener le blanc autour du jaune, égoutter, saler et servir sur canapé.



**6.2.6. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES ŒUFS  
HORS COQUE ET NON-MELANGES HORS MATIERE**

**GRASSE :**



**6.2.7. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES ŒUFS HORS COQUE ET NON-MELANGES - CUITS DANS UNE MATIERE GRASSE :**

ŒUF SUR LE PLAT	ŒUF POËLE	ŒUF FRIT
Noix de beurre dans plat à œuf	Dans poêle, chauffer beurre noisette	Dans poêle ad-hoc, chauffer huile
Ass. sel, poivre Chauffer légèrement	Mettre œuf sans crever le jaune	Glisser œuf friture très chaude, 200°C.
Glisser œufs sans casser jaune	Ass. Blc, pas jaune Cuire doucement	Ramener blanc autour jaune (spatule)
Cuire doucement ; blanc teinte laiteuse. Jaune garde miroitement	Cuire doucement, légère coloration. Blanc coagulé, jaune crémeux.	Egoutter, éponger, saler et disposer sur canapé avec garniture du nom.

## 6.3. LES ŒUFS CUIITS HORS COQUE ET MÉLANGÉS :

### 6.3.1. ŒUF BROUILLÉ :

S'il est bien réalisé, il peut être comparé à une crème d'œuf. On ne lui prête pas assez d'attention qu'il mérite, c'est pourtant une des plus fines préparations dans son genre.

1. Assaisonner et battre les œufs.
2. Faire chauffer une noix de beurre dans un récipient épais (fonte ou cuivre). Y verser les œufs.
3. Faire chauffer progressivement en remuant les œufs à la spatule ou d'un fouet afin de décoller les œufs coagulés dans l'angle de l'ustensile.

#### CONSEILS :

1. Si la chaleur est trop vive, ils risquent de coaguler instantanément, ils deviennent alors secs et granuleux, alors qu'ils doivent rester moelleux et crémeux.
2. Décoller les œufs qui cuisent sur les parois et sur le fond de l'ustensile.
3. Cuire doucement sur le coin du feu en remuant toujours jusqu'au moment où ils atteignent une consistance crémeuse. Terminer en ajoutant quelques noix de beurre frais ou un filet de crème et débarrasser dans un récipient.
4. On peut les travailler sans risques, en travaillant au bain-marie (surtout les grandes quantités).

### 6.3.2. OMELETTE :

Cuisson intégrale des œufs, mais respect de l'à point de cuisson désiré soit : baveuse – moelleuse – bien cuite.

1. Assaisonner et battre les œufs afin de bien les mélanger.
2. Mettre le beurre dans une poêle épaisse et très propre (afin qu'ils n'attachent pas).
3. Lorsque le beurre est noisette, verser les œufs et travailler en plein feu.
4. Décoller rapidement à l'aide d'une fourchette, les œufs qui commencent à se coaguler sur les bords de la poêle, en les ramenant vers le centre, imprimer simultanément à l'ustensile et de l'autre main un mouvement de va-et-vient.
5. Travailler de cette façon jusqu'à consistance désirée.
6. Retirer la poêle du feu et rouler l'omelette sur le coin opposé à la queue de la poêle.
7. Rectifier à la fourchette et renverser sur plat beurré.
8. Éventuellement, lustrer la surface au pinceau beurré et servir bien chaud.

#### CONSEILS :

1. Elles reçoivent de nombreuses garnitures avant et après la cuisson.
2. Elles peuvent être roulées ou plates suivant la recette.

3. En dessert : omelette soufflée :

A) INGRÉDIENTS :

- ✓ 4 jaunes d'œufs
- ✓ 6 blancs d'œufs –
- ✓ 125gr sucre S2

1. Travailler les jaunes au fouet avec la moitié du sucre environ (comme pour un ruban).
2. D'autre part, battre les blancs en neige en y incorporant l'autre partie du sucre lorsqu'ils sont bien fermes.
3. Y incorporer les jaunes en mélangeant délicatement à la spatule afin de ne pas faire retomber les blancs.

B) CUISSON :

1. Faire chauffer une noix de beurre dans une poêle assez grande.
2. Lorsque le beurre est noisette, verser l'appareil à omelette. Le répartir rapidement dans la poêle.
3. Glisser celle-ci à four chaud pour effectuer la cuisson, minimum 5 minutes suivant la température du four.
4. Lorsqu'elle est légèrement colorée, la glisser sur un plat préalablement beurré en la pliant en deux sur elle-même.
5. Éventuellement la remettre quelques minutes au four pour achever la cuisson.
6. Flamber ou non avant de servir.

C) VARIANTE :

Avant de glisser l'omelette au four (point 2), parsemer la surface de framboises ou d'amandes effilées.

On peut la glacer, lors de l'achèvement de la cuisson, en la saupoudrant de sucre impalpable.

**6.3.3. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES ŒUFS  
HORS COQUE ET MELANGES :**

**ŒUFS BROUILLES**

Assaisonner et battre  
les œufs

Noix de beurre dans  
ustensile épais  
(sauteuse).  
Chauffer légèrement

Verser les œufs,  
chauffer  
progressivement en  
remuant

Quand consistance  
crémeuse, ajouter,  
beurre pour stopper  
cuisson

Débarrasser de suite  
dans récipient désiré.

**OMELETTE**

Assaisonner et battre  
les œufs

Beurre dans poêle  
propre. Chauffer  
jusqu'à beurre noisette

Verser les œufs,  
travailler plein feu.  
Travailler vivement  
avec fourchette

Quand à point cuisson  
atteint, rouler omelette  
sur elle-même

Rassembler en arrondi,  
verser sur plat beurré,  
inciser garniture,  
lustrer

## **7. LES HORS D'ŒUVRES :**

### **7.1. LES HORS-D'ŒUVRE FROIDS. :**

#### **7.1.1. GÉNÉRALITÉS :**

L'usage des hors-d'œuvre froids est traditionnel pour les déjeuners. Leurs combinaisons variées, mises en valeur par un dressage correct et de bon goût, impressionnent et mettent en appétit les convives, dès leur entrée dans la salle à manger. (Voir réaction des clients lorsqu'ils voient un buffet froid non seulement bien achalandé mais encore bien décoré).

La variété des hors-d'œuvre est infinie et il est impossible d'indiquer, même approximativement, le nombre de combinaisons qu'un ouvrier ingénieux peut obtenir dans ce genre, où tous les produits utilisés en alimentation sont susceptibles de trouver les emplois les plus variés.

Aussi doit-on proclamer qu'un bon hors-d'œuvrier est précieux dans une brigade ; car cette partie, pour secondaire qu'elle soit, exige des qualités que l'on trouve assez rarement réunies : goût sûr, esprit d'initiative, sens artistique et savoir professionnel. Le hors-d'œuvrier doit faire beau et bon avec peu de chose. Et c'est son travail, bien plus que la marchandise qu'il emploie, qui fait la valeur de ses préparations.

**Remarque :** nous n'étudierons ici que les hors-d'œuvre ayant des caractéristiques particulières, pour connaître tous les hors-d'œuvre froids dits " classiques ", il sera bon, vu leur nombre, de se reporter au chapitre " C) Hors-d'œuvre ", du répertoire de la cuisine " Th. Gringoire et L. Saulnier ".

De plus, lorsqu'un de vos professeurs vous fait réaliser un hors-d'œuvre il serait bon que vous lui en réclamiez la fiche technique correspondante.

### **7.1.2. DIFFERENTS HORS D'ŒUVRE FROIDS**

#### **7.1.2.1. LES ALLUMETTES :**

Rectangles de demi feuilletage ou en rognures de feuilletage dont, les dimensions sont de 7cm de longueur sur 2,5cm de large et de 7 à 8mm d'épaisseur. Les masquer d'une légère couche de farce qui, le plus souvent, est une farce de poisson quelconque relevée au Cayenne, les cuire à four doux. La nature de la farce détermine l'appellation des allumettes.

#### **7.1.2.2. LES BARQUETTES :**

Croustades ovales, à bords dentelés qui se garnissent diversement. Les barquettes tiennent une large place dans la série des hors-d'œuvre froids et représentent, avec les

tartelettes qui se présentent exactement de même, sauf la différence de forme, le genre classé dans l'ancienne cuisine sous le nom de "frivolités".

**Pâte pour barquettes et tartelettes** : détremper 500gr de farine tamisée avec une pincée de sel, 250gr de matière grasse (beurre ou margarine), 2 dl d'eau et 2 jaunes d'œufs. Travailler la pâte le moins possible et la laisser reposer au moins 2 heures. Avec cette pâte, foncer barquettes et tartelettes et les cuire à blanc suivant méthode habituelle.

**Garniture des barquettes et tartelettes** : ces garnitures sont à base de beurre composés ou à base de gelée. Le premier genre admet toutes les garnitures des canapés et d'autres, que peuvent inspirer le goût et la fantaisie.

Dans le second genre, la garniture est généralement constituée au fond par une couche d'une mousse quelconque, sur laquelle on dispose un élément d'une couleur différente de celle de la mousse, qui est décoré et nappé d'une gelée bien claire.

**Exemple** : garnir le fond des barquettes ou des tartelettes d'une couche de mousse rose de crevettes, d'écrevisses ou de homard. Sur cette couche, disposer une huître pochée bien blanche, ou une rondelle d'œuf dur détaillé à l'emporte pièce cannelé, décorée d'un point de corail de homard au milieu du jaune, ou un losange de filet de sole décoré d'une peluche de cerfeuil et napper de gelée à hauteur des bords des barquettes ou tartelettes. On peut aussi faire une variété considérable de ces hors-d'œuvre, que le goût et l'idée font deviner.

### **7.1.2.3. LES CANAPÉS :**

Les canapés se font en pain de mie, de formes diverses qui n'ont rien de précis, leur épaisseur ne doit toutefois pas dépasser 1/2cm. Ils sont frits au beurre clarifié.

Leur garniture peut ne comporter qu'un seul élément, comme elle peut en réunir plusieurs, à condition que la combinaison soit harmonieuse. Mais la garniture par excellence des canapés est le beurre frais, additionné d'une purée ou d'un hachis très fin de volaille, viande, crustacé, jambon, fromage, etc....

Quelle que soit la garniture destinée au canapé, il est recommandé de beurrer copieusement celui-ci pendant qu'il est encore chaud, afin de le conserver moelleux. Il est conseillé de garnir les canapés à la poche à douille, chaque fois que la garniture est une purée, cette méthode est à la fois propre, expéditive et permet de réaliser toutes les fantaisies lors du dressage.

### **7.1.2.4. CAROLINES DIVERSES :**

Ce sont de petits éclairs en pâte à chou sans sucre, fourrés d'une purée quelconque, soit de volaille, de langue, de gibier, de foie gras, etc. Ces carolines sont ensuite nappées d'une sauce chaud-froid correspondant à la garniture intérieure et lustrée à la gelée. Elles servent aussi comme bordure de base de certaines entrées froides, comme aspic, mousses, etc.

#### **7.1.2.5. LES DUCHESSES :**

Les duchesses sont les carolines sous une autre forme et se font également en pâte à chou sans sucre de la grosseur d'un chou. Elles se différencient cependant des carolines dans la mesure où elles sont simplement lustrées à la gelée sans être chaud-froitées précédemment.

#### **7.1.2.6. FRUITS DE MER :**

Sous ce nom générique sont désignés tous les genres de coquillages marins à l'exception des huîtres et se servent crus et très frais.

#### **7.1.2.7. LES HUÎTRES :**

Les huîtres sont le hors-d'œuvre par excellence. Elles peuvent figurer aussi bien au dîner qu'au déjeuner. On doit les servir bien froides et sur glace pilée. Des tartines de pain beurrées, une vinaigrette à la mignonnette et des demi citrons sont envoyés en accompagnement.

#### **7.1.2.8. LES LÉGUMES DIVERS :**

Les légumes se servent d'une multitude de façon en hors-d'œuvre, qu'ils soient farcis, avec une farce quelconque ou simplement en salades simples ou composées.

Le talent et la fantaisie sont ici tout-puissant et on se bornera à quelques exemples devant être bien sûr complétés par les fiches techniques, mais citons en vrac : les légumes en salade, tels que céleri rave, artichauts à la grecque ou au naturel, simplement accompagnés d'une vinaigrette, des betteraves, céleri rémoulade, chou-fleur de multiples façons, chou rouge, chou vert, concombre, tomates et combien d'autres.

#### **7.1.2.9. POISSONS DIVERS :**

Les mêmes remarques que pour les légumes s'imposent, des anchois à la truite en passant par les harengs et autres sardines, le choix est illimité.

#### **7.1.2.10. LES SALADES :**

La composition des salades utilisées comme hors-d'œuvre est des plus élastique et sujette à toutes les variations d'idées. Le nombre des combinaisons qu'elles peuvent fournir est considérable, tous les produits utilisés en cuisine peuvent y trouver un emploi utile.

#### **7.1.2.11. LES TOASTS :**

Le toast se différencie du canapé de par son mode de cuisson car, si le canapé est frit, le toast lui est grillé. Les qualités requises d'un toast et d'un canapé sont identiques, à savoir : croustillant, moelleux et non gras.



## **7.2. LES HORS-D'ŒUVRE CHAUDS :**

### **7.2.1. GENERALITES :**

De nos jours, on a une fâcheuse tendance à exagérer le volume et l'importance des hors-d'œuvre chauds ; on oublie trop facilement que la caractéristique absolue de ces préparations, quelles qu'elles soient, est la légèreté. En somme, et au sens strictement gastronomique, rien sinon l'habitude, n'en justifie l'usage.

On ne doit les comprendre que comme une sorte d'intermède et s'attacher à n'en faire que de petites préparations susceptibles d'amuser le convive mais non de le rassasier.

Si nous prenons par exemple les bouchées qui représentent le genre de hors-d'œuvre chaud le plus courant, le terme indique clairement et nettement que ce doit être une préparation de volume très restreint ; ainsi en est-il pour tous les hors-d'œuvre chauds.

### **7.2.2. DIFFERENTS HORS-D'ŒUVRE CHAUDS :**

#### **7.2.2.1. LES ALLUMETTES :**

Bande de feuilletage de longueur indéterminée, ayant 7cm de largeur et 1/2cm d'épaisseur. La masquer d'une fine farce en rapport avec l'appellation souhaitée, détailler en rectangles de 3cm de largeur, relever sur plaque et donner 12 à 14 minutes de cuisson.

#### **7.2.2.2. LES ATTEREAUX :**

Hors-d'œuvre de l'ancienne cuisine, que la cuisine moderne a à un moment donné remis en valeur. En fait, l'attereau est une brochette quelconque, dont les éléments, parés en petites escalopes de même dimension sont enfilés, en les alternant sur une petite brochette en bois et enrobés de sauce réduite. Ensuite, la sauce étant bien solidifiée, les attereaux sont parés, panés à l'anglaise, frits au moment et, pour le service, on ôte la brochette en bois. La dénomination de l'attereau est toujours déterminée par l'élément principal qui le compose.

#### **7.2.2.3. LES BARQUETTES :**

Logiquement et pour éviter toutes confusions, les barquettes qui ne se différencient des tartelettes que par leur forme, doivent être réservées pour les garnitures de poissons, mollusques, crustacés, etc. ; tandis que les tartelettes sont employées de préférence pour les appareils à base de volaille, de gibier et composés mixtes. Il en résulte de cette distinction toute naturelle, une simplification appréciable et une attribution définitive de destination. Les barquettes sont faites le plus souvent en rognures de feuilletage. On les cuit à blanc selon le procédé ordinaire.

#### **7.2.2.4. LES BEIGNETS :**

Terme générique par lequel on désigne tout élément ou appareil enveloppé de pâte à frire et frit. La pratique moderne a admis cette préparation sous le nom de fritot ; cependant, il y a entre les deux termes une différence : c'est que le fritot est toujours accompagné d'une sauce tomate et que le beignet est invariablement servi sans accompagnement si ce n'est du persil frit.

#### **7.2.2.5. LES BEURRECKX :**

Appareil à base de sauce Mornay très épaisse additionné de dés en gruyère frais. Envelopper cet appareil dans une abaisse de pâte à nouilles ordinaire (très fine), paner à l'anglaise avec mie de pain très fine et frit.

N.B. : les beurreckx peuvent se faire également en rissoles de différentes formes, mais elles doivent être panées à l'anglaise.

#### **7.2.2.6. LES BOUCHÉES :**

Les bouchées pour hors-d'œuvre chauds sont plus petites que les bouchées ordinaires et portaient le nom dans l'ancienne cuisine de " bouchées mignonnes ".

Dans certains cas, le couvercle de la bouchée est enlevé. C'est une rondelle de truffe unie ou cannelée qui en tient lieu tandis que dans d'autres, il est conservé ou encore, le couvercle est emprunté à l'élément principal de la garniture.

Les bouchées se dressent toujours sur serviette (papier dentelle).

#### **7.2.2.7. LES CAISSES DIVERSES :**

L'usage des caisses en papier dont on se servait autrefois a été abandonné pour celui des cassolettes en porcelaine.

Parfois aussi, on fabrique cette caissette en pain de mie. Pour ce faire, il faut parer un pain de mie rectangulaire et y prélever une tranche de 3cm sur la longueur, partager cette tranche en 4 et y faire une légère incision à 1cm du bord sur le pourtour de chaque morceau, afin de constituer un couvercle. On enduit ensuite toutes les faces de beurre fondu et on fait dorer au four.

Les garnitures habituelles de ces caisses sont des salpicons.

#### **7.2.2.8. LES CANNELONS :**

Genre de hors-d'œuvre très usité dans l'ancienne cuisine et s'il ne l'est plus aujourd'hui, en voici néanmoins l'explication tirée du livre : « **Le guide culinaire** » de **A. Escoffier**.

*“ Ils se font avec des bandes de demi feuilletage, de 18 à 20 cm de longueur, sur deux centimètres de largeur, qui sont roulées en spirale autour de petits mandrins coniques en bois, après avoir été légèrement mouillées sur l'un des bords pour assurer la soudure, et on les dore légèrement. Leur cuisson se fait à four de moyenne chaleur, et demande 12 à 14 minutes.*

*Ces cannelons peuvent être garnis de tous les salpicons, ou purée de volailles, de gibier, etc., en ayant soin toutefois de tenir la garniture un peu serrée pour qu'elle ne s'épanche pas dehors, si les cannelons sont dressés à part sur serviette ”.*

### **7.2.2.9. LES BROCHETTES DIVERSES :**

Les brochettes comportent toujours :

Un élément principal qui peut être : foie de veau, de porc ou d'agneau , foie de volaille, ris de veau ou d'agneau, ou morceaux de viandes quelconques .

Des éléments auxiliaires tels : champignons escalopés, morceaux de lard, jambon, poivrons, etc.

Les brochettes peuvent parfois séjourner quelques heures dans une marinade instantanée (poissons par exemple). Elles sont ensuite mises sur le grill dont la température a été réglée suivant l'aliment à cuire.

### **7.2.2.10. LES COQUILLES DIVERSES :**

Comme son nom l'indique, les coquilles ne sont autres qu'un appareil se composant pour la plupart d'un velouté et de chair de poissons placés dans une coquille saint jacques, elle-même bordée de pommes duchesse colorées et gratinées.

### **7.2.2.11. LES CÔTELETTES DIVERSES :**

Comme variation, tous les appareils à croquettes peuvent être préparés en forme de petites côtelettes, dont l'os est simulé par un fragment de macaroni ou une pointe de pain frit pour le papillonnage. L'appareil de ces côtelettes peut aussi se composer de tous les salpicons de volaille, gibier, poissons, crustacés, liés à une quantité relative de farce relâchée avec de la sauce très réduite.

Ces côtelettes sont panées à l'anglaise comme les croquettes mais leur cuisson et coloration se font au beurre clarifié et non par la friture.

### **7.2.2.12. LES CROMESQUIS :**

Les cromesquis comportent les mêmes appareils que les croquettes et, comme celles-ci, prennent le nom de l'élément dominant de l'appareil, soit volaille, gibier, poisson, etc.

Cependant ils se différencient des croquettes par le mode de traitement final car ils ne se panent pas à l'anglaise. Les cromesquis se font des trois façons suivantes et s'accompagnent d'une sauce en rapport avec la composition de l'appareil.

#### **7.2.2.12.1. LES CROMESQUIS À LA FRANÇAISE :**

Quel que soit l'appareil, le diviser en parties du poids de 70gr ; les façonner en forme de rectangle sur une table saupoudrée de farine. Au moment de servir, les tremper

dans une pâte à frire ordinaire et les plonger à friture bien chaude. Maintenir la friture à haute température pour obtenir une enveloppe de pâte très croustillante. Dresser sur serviette avec persil frit en accompagnement.

#### **7.2.2.12.2. LES CROMESQUIS A LA POLONAISE :**

Préparer des rectangles d'appareil comme ci-dessus, les envelopper chacun d'une crêpe sans sucre excessivement mince. Au moment de plonger les cromesquis dans la friture, tremper la partie où les bords de la crêpe se rejoignent, dans une pâte à frire claire pour assurer la soudure et traiter à grande friture, dresser de la même façon.

#### **7.2.2.12.3. LES CROMESQUIS A LA RUSSE :**

Envelopper d'abord les rectangles d'appareil avec de la crépine : tremper en pâte à frire au moment de les mettre dans la friture. Il faut que la chaleur de la friture ne soit pas trop élevée, car il faut que la chaleur ait le temps de cuire et de dissoudre le crépine.

#### **7.2.2.13. LES CROQUETTES :**

Les croquettes sont souvent composées d'un élément principal et d'un ou plusieurs éléments auxiliaires qui sont ordinairement champignons, langues, truffes, etc.. L'élément principal quant à lui est constitué de volaille, gibier, poissons, crustacés, etc.

**Les proportions :** pour 500gr d'éléments principaux, les quantités d'éléments auxiliaires sont de :  
250gr de champignons  
170gr de jambon ou de langue  
85gr de truffes.

La quantité de velouté très serré ou de béchamel serrée est de 1 litre pour 500gr d'élément constituant.

**Formes :** elles sont variables.

**Traitements :** mettre toujours les croquettes à grande friture très chaude, afin d'assurer le saisissement, c'est-à-dire la solidification immédiate de l'enveloppe de l'œuf et de mie de pain combinés ; laquelle, formant une croûte résistante, s'oppose à tout échappement des éléments de l'intérieur.

**Dressage et accompagnement :** les croquettes se dressent toujours sur serviette (dentelle) avec persil frit en accompagnement et une sauce légère en rapport avec l'élément principal.

#### **7.2.2.14. LES CROUSTADES :**

Elles se font de différentes façons selon l'usage auquel elles sont destinées.

##### **7.2.2.14.1. CROUSTADE A BLANC :**

Foncer les moules beurrés (moules ronds, ovales ou autres) en pâte à foncer ordinaire (voir pâte à barquettes dans les hors-d'œuvre froids) ; piquer le fond, tapisser de papier blanc ou aluminium ; emplir l'intérieur de lentilles ou de pois cassés et cuire à four moyen. Retirer la garniture et tenir les croustades à l'entrée du four pendant quelques minutes pour sécher l'intérieur.

#### 7.2.2.14.2. CROUSTADE DE SEMOULE OU DE RIZ :

Cuire la semoule ou le riz au consommé blanc. Le riz, notamment, doit être très cuit.

Faire la liaison avec 6 jaunes d'œufs et 50gr de fromage râpé par 100gr de riz ou de semoule (compris crus) ; étaler l'appareil sur plaque beurrée en couche de 3cm d'épaisseur. Après refroidissement, détailler l'appareil avec un emporte pièce uni de 5,5cm de diamètre, en trempant celui-ci à l'eau chaude pour faciliter la coupe. Paner 2 fois les morceaux à l'anglaise en ménageant un couvercle, faire frire et retirer l'intérieur en laissant une épaisseur d'un quart de centimètre.

#### 7.2.2.15. LES CROUSTADES EN POMME DUCHESSÉ :

Garnir d'appareil à pommes duchesse, en le foulant fortement, des moules à darioles beurrés. Tremper à l'eau chaude, démouler et paner 2 fois à l'anglaise ces petits cylindres de pommes de terre. Marquer le couvercle à l'aide d'un emporte pièce, faire frire et vider l'intérieur, en laissant une épaisseur de parois d'un demi centimètre.

#### 7.2.2.16. LES FRITOTS DIVERS :

Comme nous l'avons vu précédemment, le fritot se différencie du beignet car il est accompagné d'une sauce tomate. Si l'usage a consacré les deux termes, il **semble** cependant plus **logique** que le **terme beignet** doit être **réservé** aux préparations relevant d'**entremets** et celui de **fritot** aux **hors-d'œuvre chauds**.

#### 7.2.2.17.. LES MAZAGRANS :

Terme générique de toute préparation, comportant une garniture enfermée entre deux abaisses d'appareil à pommes duchesse. Les mazagrans pour hors-d'œuvre chauds se font en grands moules à tartelettes et sont susceptibles d'accueillir tous les salpicons utilisés pour bouchées, croquettes ou rissoles. Ils prennent toujours le nom de l'élément principal de la garniture.

#### 7.2.2.18. LES APPRÊTS :

Foncer d'une mince abaisse de pomme duchesse des moules à tartelettes unis, beurrés ; garnir l'intérieur d'un salpicon serré et froid, en l'élevant légèrement en dôme. Couvrir avec une seconde abaisse de pommes duchesse coupées à l'emporte pièce cannelé ; souder cette seconde abaisse sur la première à l'aide d'œuf battu. Dorer, placer au milieu du dôme une rondelle cannelée en même appareil et faire colorer au four. La

coloration est, du reste, la seule chose à obtenir, puisque tous les éléments du mazagran sont cuits. Démouler en sortant du four et dresser sur serviette.

### **7.2.2.19. LES QUICHES :**

Au départ, on ne réalisait que la quiche lorraine, puis peu à peu, la mode des quiches aux champignons, épinards, brocolis, etc., est apparue. La préparation de ces quiches est semblable à celle de la quiche lorraine, seule la garniture de l'appellation (qui est cuite préalablement) est ajoutée à l'appareil œufs lait crème fraîche.

#### **Quiche lorraine :**

- 1- Préparer une pâte brisée de 300gr pour une tourtière de 20cm de diamètre et la laisser reposer 4 heures.
- 2- Beurrer et fonder la tourtière, piquer le fond avec une fourchette.
- 3- Répartir sur le fond 100gr de lard fumé et de jambon préalablement revenus à la poêle.
- 4- Mélanger les œufs battus, le lait, la crème et l'assaisonnement (sel, poivre, muscade).
- 5- Verser ce mélange sur la tarte garnie.
- 6- Parsemer la surface de fromage râpé.
- 7- Introduire dans un four à 200°C et cuire environ 25 minutes.
- 8- Après cuisson démouler immédiatement et servir bien chaud.

### **7.2.2.20. LES RAMEQUINS :**

Les ramequins se servaient autrefois comme hors-d'œuvre chauds. Ce sont des diminutifs de la gougère bourguignonne, on les dresse en forme de "choux grillés" tandis que la gougère se dresse en couronne.

- 1- Préparer un appareil en pâte à chou, sans sucre, en remplaçant l'eau par du lait.
- 2- Ajouter 50gr de gruyère râpé et 50gr de gruyère en fine brunoise pour ¼ kg de pâte à chou.
- 3- Coucher sur plaque en forme de chou moyen, dorer, semer sur chaque une pincée de gruyère frais détaillé en brunoise et cuire à four de moyenne chaleur pendant 12 à 15 minutes.
- 4- Dresser sur serviette à la sortie du four.

### **7.2.2.21. LES RISSOLES :**

#### **Nom générique d'un hors-d'œuvre chaud qui comporte :**

Un salpicon lié exactement comme un appareil à croquettes et bien refroidi, dont l'élément principal est, soit : volaille, gibier, poisson, etc., qui détermine l'appellation.

Une enveloppe de pâte soit à fonder fine, demi feuilletage ou rognures soit pâte à brioche sans sucre.

Les rissoles se traitent invariablement par la friture et se dressent sur serviette, avec persil frit bien vert, sans accompagnement. Aucune forme bien particulière n'existe pour une rissole

#### **7.2.2.22. LES SOUFLÉS :**

Sauce béchamel fortement liée, additionnée soit d'un fumet, purée et autres petits morceaux justifiant l'appellation, le tout assaisonné et additionnée de blancs d'œufs battus en neige très ferme. Dresser l'appareil en cassolette en porcelaine, décercler et cuire à four chaud pendant  $\pm$  15 minutes. Le soufflé ne peut attendre l'envoi, car celui-ci risque de le faire retomber.

#### **7.2.2.23. LES TALMOUSES :**

Sur un morceau de pâte à foncer fine, détailler des abaisses rondes cannelées de 10cm de diamètre. Sur le milieu de chaque abaisse, dresser un chou en pâte à ramequin un tiers plus gros qu'un chou ordinaire. Dorer, saupoudrer de fromage coupé en fine brunoise, mouiller les bords de l'abaisse, la souder en tricorne, dorer le tour et cuire à four moyen.

Après cuisson, fourrer l'intérieur de crème pâtissière au parmesan et dresser sur serviette.

#### **7.2.2.24. LES TARTELETTES :**

Les tartelettes pour hors-d'œuvre chauds sont sujettes à de nombreuses modifications. C'est ainsi qu'elles peuvent être foncées de farce crue ou bien foncées en pâte fine et garnies à cru ou préparées sous forme de croustades cuites à blanc. Dans ce dernier cas, le fond et les parois des croustades sont enduits d'une légère couche de farce usitée pour la préparation, elles sont ensuite passées au four pendant quelques instants, pour le pochage de cette farce, avant de recevoir la garniture saucée.

## **8. LES POMMES DE TERRE :**

### **8.1. GENERALITES :**

Il existe de nombreuses variétés de pommes de terre disponibles tout au long de l'année. Elles sont essentiellement de deux types différents :

- ◆ Les pommes de terre de consommation à chair ferme.(nicolas, rosa, chocolat, plate de florenville, c'wne di gatte) qui tiennent à la cuisson, notamment entières, avec ou sans peau.
- ◆ Les pommes de terre de consommation (bintje, Karpondy)moins résistantes à la cuisson que les précédentes, elles sont utilisées pour les potages purées et pommes traitées en friture.

La réglementation définit actuellement les 2 catégories suivantes :

- les pommes de terre nouvelles.
- les pommes de terre de conservation.

#### **8.1.1. LES POMMES DE TERRE NOUVELLES :**

Récoltées avant leur maturité, leur durée de consommation est très courte (de la fin du mois de mai au 31 juillet).

Leur calibre correspond au diamètre minimal en mm de la pomme de terre.

Remarque : l'appellation " grenaille " définit les pommes de terre nouvelle ayant un calibre inférieur à 28 mm.

#### **8.1.2. LES POMMES DE TERRE DE CONSERVATION :**

Elles sont disponibles du 1<sup>er</sup> août à la fin du mois de mai de l'année suivante ou au-delà selon la qualité des stocks.

Leur calibre est de 35 à 40 mm selon la qualité de la récolte. Toutefois, en raison de leur forme disparate et allongée, les pommes de terre de conservation à chair ferme ne sont pas concernées par la réglementation des calibres.

L'unité de facturation est le kilogramme et les sacs de pommes de terre de conservation sont le plus souvent de 25 kg.

Choisir les tubercules propres, intacts, de consistance ferme, non gelés, non germés, exempts de toute coloration externe verdâtre. Rejeter les tubercules mous, liquéfiés ou présentant des traces noirâtres.

**Remarques :** sous l'influence du verdissement et de la germination, il se forme dans les tubercules des alcaloïdes toxiques du groupe de la " salamine ", les pommes de terre vertes et germées doivent donc impérativement être exclues de l'alimentation.



## 8.2. MÉTHODES DE CUISSON DES POMMES DE TERRE :

### 8.2.1. LES POMMES DE TERRES CUITES À L'EAU :

#### 8.2.1.1. A L'ANGLAISE OU NATURE :

Les pommes de terre sont mises en cuisson à l'eau froide salée. Elles auront été bien sûr préalablement pelées, lavées, parées et tournées suivant la grosseur voulue. Le temps approximatif de cuisson est de 20 minutes. Elles sont alors épurées et conservées au chaud au bain-marie jusqu'au moment du service.

**N.B. :** Logiquement, selon le mode anglais, elles sont cuites sans sel.

#### DÉRIVÉES :

**Pommes persillées :** les rouler dans du beurre frais, fondu et persil fraîchement haché.

**Pommes de terre vinaigrette :** destinées à être servies froides (buffet froid), ajout de l'assaisonnement lorsqu'elles sont encore tièdes.

#### 8.2.1.2. A LA VAPEUR :

Les pommes de terre sont pelées, parées, tournées et lavées. Il faut saler les pommes de terre car on les place dans le panier perforé de la marmite à vapeur et n'ont donc aucun contact avec l'eau.

#### 8.2.1.3. EN ROBE DES CHAMPS :

Calibrées, brossées, lavées, elles sont cuites à l'eau froide salée. Après cuisson, les épurer et réserver pour usage suivant destination finale.

### 8.2.1.4. LES POMMES DE TERRE CUITES À L'EAU ET PASSÉES :

Les pommes de terre sont cuites à l'eau froide salée tout comme les pommes à l'anglaise. Au terme de la cuisson, deux possibilités :

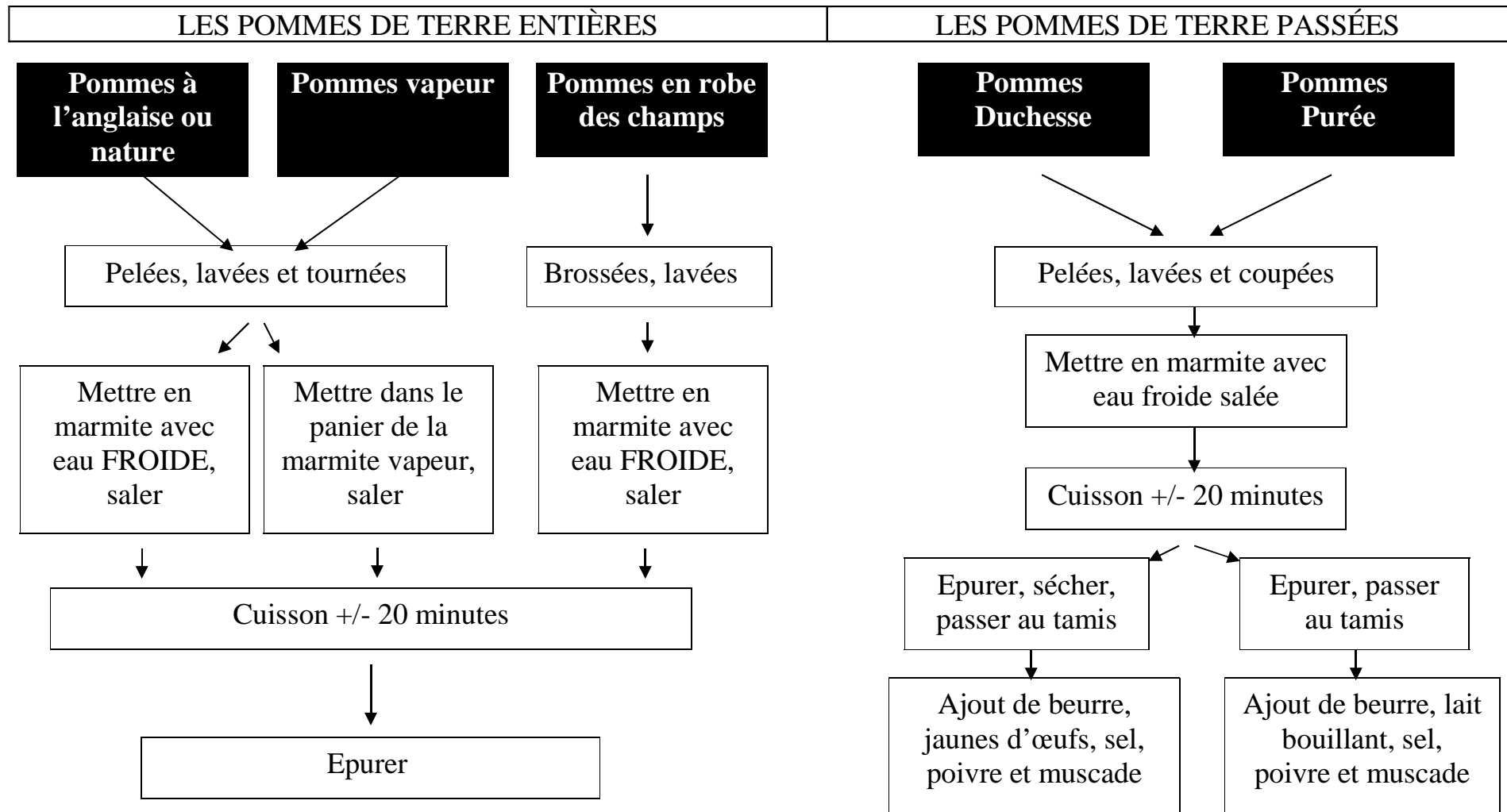
#### 8.2.1.4.1. POMMES DUCHESSE :

Épurées, séchées et passées au tamis, on y ajoute beurre frais, jaunes d'œufs, sel, poivre et muscade. On obtient ainsi la base des pommes croquettes et la base pour le dressage à la poche (bordure).

#### 8.2.1.4.2. POMMES PURÉE :

Épurées, passées au tamis et ajout de lait bouillant, beurre frais, sel, poivre et muscade. Elle peut éventuellement être gratinée.

**8.2.1.5. TABLEAU RÉCAPITULATIF DE LA CUISSON DES POMMES DE TERRE À L'EAU ENTIÈRES ET PASSEES :**



## **8.2.2. LES POMMES DE TERRE CUITES EN ROBE DES CHAMPS :**

### **8.2.2.1. BOUILLIES :**

Voir ci avant, elles sont généralement destinées à être servies comme pommes de terre sautées (voir point 5.2.1.3).

### **8.2.2.2. AU FOUR :**

Roulée dans du sel fin, elle est souvent destinée à être farcie par après. Le fait de la rouler dans le sel a pour but non seulement de la saler mais aussi d'en ôter une grande partie d'humidité et de rendre de ce fait la pelure croustillante.

#### **Technique de préparation d'une pomme au four gratinée :**

- 1) Choisir des pommes de terre de même grosseur, brossées, lavées et enrobées de gros sel.
- 2) Les déposer sur plaque non-étamée ou sur grille et faire cuire  $\pm$  1 heure à four moyen.
- 3) Vérifier la cuisson à l'aide de la pointe d'un couteau.
- 4) Après cuisson, frotter à l'aide d'un essuie pour enlever le sel.
- 5) Les fendre en deux dans le sens de la longueur (si elles sont petites, couper seulement un couvercle).
- 6) Retirer la pulpe, la passer au tamis ou la travailler à la fourchette pendant qu'elle est encore bouillante ; ajouter beurre frais, filet de crème, persil frais haché, sel, poivre et pointe de muscade.
- 7) Remplir les demis pommes de terre avec cette farce, saupoudrer de fromage râpé et gratiner. Dresser sur serviette ou papier dentelle, garnir de persil en branche.

### **8.2.2.3. SOUS LA CENDRE :**

Brossées, lavées, essuyées, on les fait cuire sous les cendres chaudes. On les sert sur assiette, beurre frais ou composé à part. Cette cuisson est très facile à réaliser lorsqu'on dispose d'un barbecue et d'un feu ouvert. On les enveloppe de plus en plus de papier aluminium.

Il est à remarquer que dans beaucoup de maisons, on cuit simplement les pommes en robe des champs à l'eau (bouillies) et qu'on les enveloppe de papier aluminium seulement pour les réchauffer au four. Le client croit alors manger une pomme cuite d'une autre façon, cette méthode est absolument à déconseiller.

### 8.2.3. POMMES DE TERRE CUITES AU BEURRE :

#### 8.2.3.1. POMMES RISSOLÉES, POMMES CHÂTEAU, ETC. :

##### 8.2.3.1.1.-1<sup>ère</sup> PHASE DE CUISSON :

- a) Les peler, les tourner suivant grosseur voulue (dénomination).
- b) Les laver et faire partir à l'eau froide salée et à découvert.
- c) Au premier bouillon, égoutter et laisser évaporer.

##### 8.2.3.1.2.-2<sup>ème</sup> PHASE DE CUISSON :

- a) Prendre un ustensile de grandeur appropriée pour qu'elles ne se superposent pas.
- b) Mettre du beurre et un peu d'huile (pour une T° élevée) et faire chauffer.
- c) Étaler les pommes de terre dans la matière grasse bien chaude et les faire rouler.
- d) Mettre au four et faire rissoler. Remuer délicatement pendant la cuisson et saler au terme de celle-ci. Sitôt cuites, les enlever de l'ustensile de cuisson et les conserver au chaud dans l'armoire chauffante. En effet, une station trop prolongée dans la graisse de cuisson et un ramollissement de la croûte formée autour de la pomme de terre fait que celle-ci aura tendance à " pomper " la matière grasse.

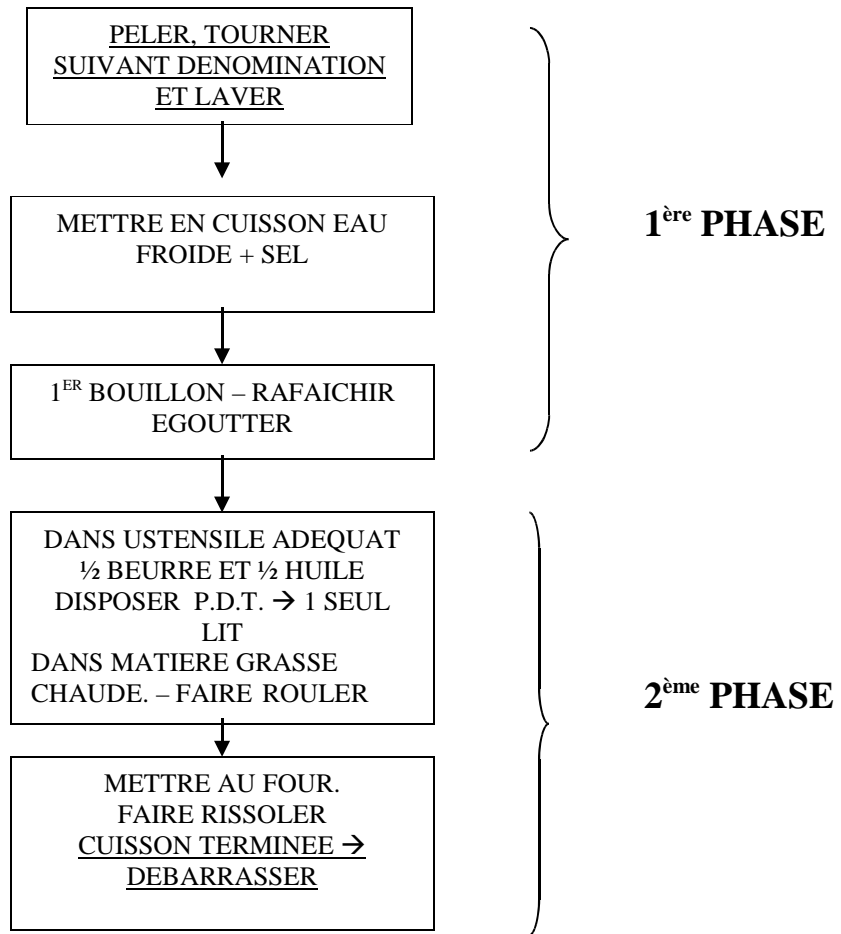
##### REMARQUES :

- Le blanchiment doit se faire rapidement pour éviter la cuisson, pour cela, il faut mouiller très court et cuire sur un bec assez vif.
- La cuisson au four doit marcher de pair avec la coloration.
- Couleur bien dorée sur toutes les faces, persil haché à l'envoi.

#### 8.2.3.2. LES DIFFÉRENTES SORTES DE POMMES DE TERRE CUITES AU BEURRE :

- a) **Château** : tournées en forme de grosses olives 7 à 8 faces peu marquées.
- b) **Cocottes** : tournées en forme de gousse d'ail 4 faces.
- c) **Fondantes** : 90 gr pièce, commencer la cuisson au saindoux au lieu d'huile.
- d) **Noisettes** : levées à la cuillère spéciale du nom et terminées comme pommes château.
- e) **Parisienne** : cuillère spéciale du nom (plus grosse), elles sont terminées comme les pommes château et sont ensuite, roulées dans de la glace de viande dissoute et saupoudrées de persil haché.
- f) **Parmentier** : coupées en dés de 1cm de côté, après blanchiment, elles sont parfois achevées avec la pièce qu'elles accompagnent.
- g) **Rissolées** : Idem que pommes château mais taillées comme pommes nature.

**8.2.3.3. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES POMMES DE TERRE CUITES AU BEURRE :**



## **8.2.4. LES POMMES DE TERRE SAUTÉES :**

**Les pommes de terre sont toujours sautées à la poêle.**

### **8.2.4.1. LES POMMES DE TERRE SAUTÉES CRUES :**

#### **PREPARATIONS PRELIMINAIRES :**

- 1) Peler et laver les pommes de terre.
- 2) Les couper en tranches minces et bien les relaver.

#### **TECHNIQUE DE CUISSON :**

- 1) Faire chauffer beurre et huile dans une poêle.
- 2) Bien égoutter, éponger les pommes de terre et les placer dans la matière grasse bien chaude.
- 3) Faire sauter fréquemment pour dorer chaque face régulièrement.
- 4) Saler en cours de cuisson.
- 5) Égoutter, dresser en bol et saupoudrer de persil haché.

### **8.2.4.2. LES POMMES DE TERRE SAUTÉES CUITES :**

#### **PREPARATIONS PRELIMINAIRES :**

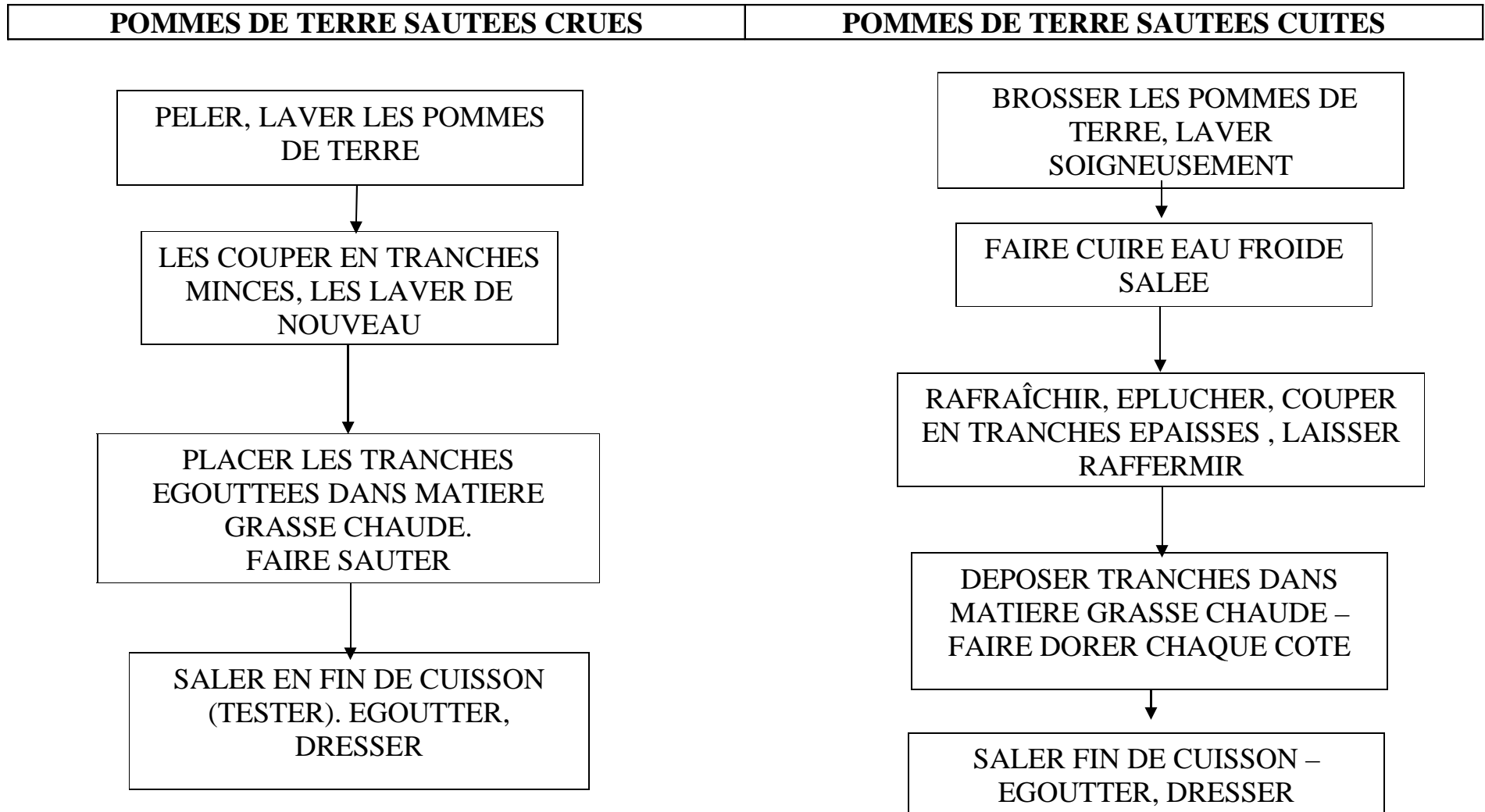
- 1) Laver des pommes de terre de même grosseur, non épluchées.
- 2) Faire partir à l'eau froide salée.
- 3) Cuire à couvert jusqu'à cuisson complète.
- 4) Après cuisson, rafraîchir largement et éplucher.
- 5) Couper en tranches de 5 à 6 mm d'épaisseur et laisser raffermir au frais.

#### **TECHNIQUE DE CUISSON :**

Au moment du service :

- 1) Faire chauffer beurre et huile dans une poêle.
- 2) Déposer sans les superposer et par petites quantités les pommes de terre coupées en tranches.
- 3) Faire sauter légèrement sans les écraser pour faire dorer chaque face.
- 4) Saler en cours de cuisson, dresser en bol, saupoudrer de persil haché.

**8.2.4.3. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES POMMES DE TERRE SAUTEES :**



## **8.2.5. LES POMMES DE TERRE CUITES EN FRITURE :**

### **8.2.5.1. POMMES PAILLES, GAUFRETTES, CHIPS :**

Ces trois préparations sont identiques, seule la taille des pommes de terre varie.

- 1) Couper suivant la forme voulue (soit taille au couteau ou mandoline).
- 2) Les laver à grande eau (afin d'enlever l'amidon).
- 3) Égoutter, éponger soigneusement et plonger à pleine friture, c'est-à-dire sans panier à environ 180°C-200°C.
- 4) Les travailler avec l'araignée jusqu'à belle coloration.
- 5) Les retirer, les éponger, saler et servir.

**Remarques :** ces préparations sont habituellement faites à l'avance, on les réchauffe en les passant quelques minutes dans un four chaud et ouvert. Pour les pommes chips destinées à être servies froides, il est indispensable d'utiliser une friture à l'huile.

### **8.2.5.2. POMMES ALLUMETTES, FRITES, PONT-NEUF, COPEAUX, ETC. :**

Ces préparations sont également identiques, seule de nouveau la taille seule varie.

- 1) Couper suivant grosseur voulue.
- 2) Les laver à grande eau (primordial afin d'ôter l'amidon).
- 3) Égoutter et les mettre dans le panier de la friture, plonger celui-ci dans le bain à  $\pm 140^{\circ}\text{C}$ .
- 4) Laisser cuire de 5 à 6 minutes de façon à les cuire sans les colorer.
- 5) Les retirer, secouer énergiquement pour enlever l'excédent de graisse.
- 6) A l'envoi, les replonger dans la friture à 180°C et laisser jusqu'à belle coloration.
- 7) Eponger et saler légèrement.

#### **Les différentes tailles :**

Pommes allumettes : 4 à 5 mm de côté x 4cm de longueur.

Pommes frites : 8 à 10 mm x 4 cm de longueur.

Pommes pont-neuf : 1,5 à 2 cm de côté x 5 cm de longueur.

Pommes copeaux : ruban irrégulier.

### **8.2.5.3. POMMES SOUFLÉES :**

Tranches irrégulières de 3mm d'épaisseur.

Lavées, éponnées, séchées et plongées en friture chaude jusqu'à ce qu'elles remontent en surface, les égoutter délicatement et les replonger immédiatement dans une



deuxième friture très chaude. Cela provoque un gonflement. Les égoutter délicatement, laisser sécher, saler légèrement et dresser.

#### **8.2.5.4. POMMES DAUPHINES :**

Les pommes dauphines résultent d'un mélange de pâte à choux et de pommes de terre passées, dans les proportions de 1/3 pâte à choux pour 2/3 de pommes de terre passées. On obtiendra ce rapport en effectuant 1/4L de pâte à choux pour 1,5kg de pommes de terre prêtes à cuire.

##### **A) INGRÉDIENTS :** POUR ± 12 COUVERTS :

***1,5 kg pommes de terre cuites mélangées avec***

***1/4l pâte à choux soit :*** 2,5dl de lait

100gr de beurre

150gr de farine

5 œufs entiers

##### **B) TRAITEMENT :**

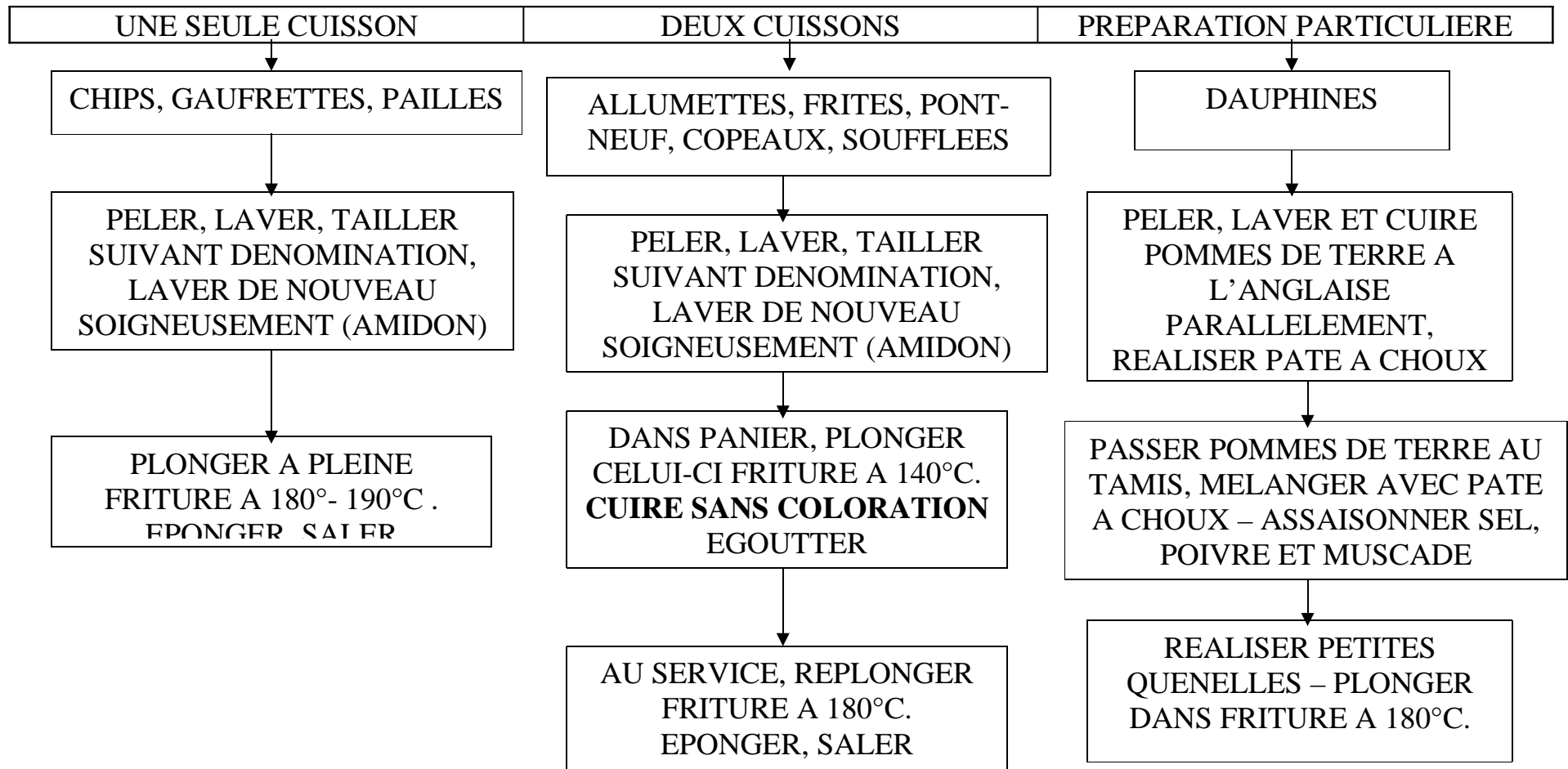
- 1) Mettre ensemble le lait, le beurre et le sel dans un ustensile assez grand.
- 2) Amener à ébullition en s'assurant que le beurre soit fondu. En dehors du feu, verser la farine en une seule fois et mélanger à la spatule.
- 3) La travailler à la spatule sur le feu pour la sécher sans la cuire. Elle est à point lorsqu'une fine pellicule adhère au fond de l'ustensile.
- 4) En dehors du feu, ajouter les œufs petit à petit au fur et à mesure de leur intégration dans la pâte.

##### **B) MÉTHODE DE TRAVAIL :**

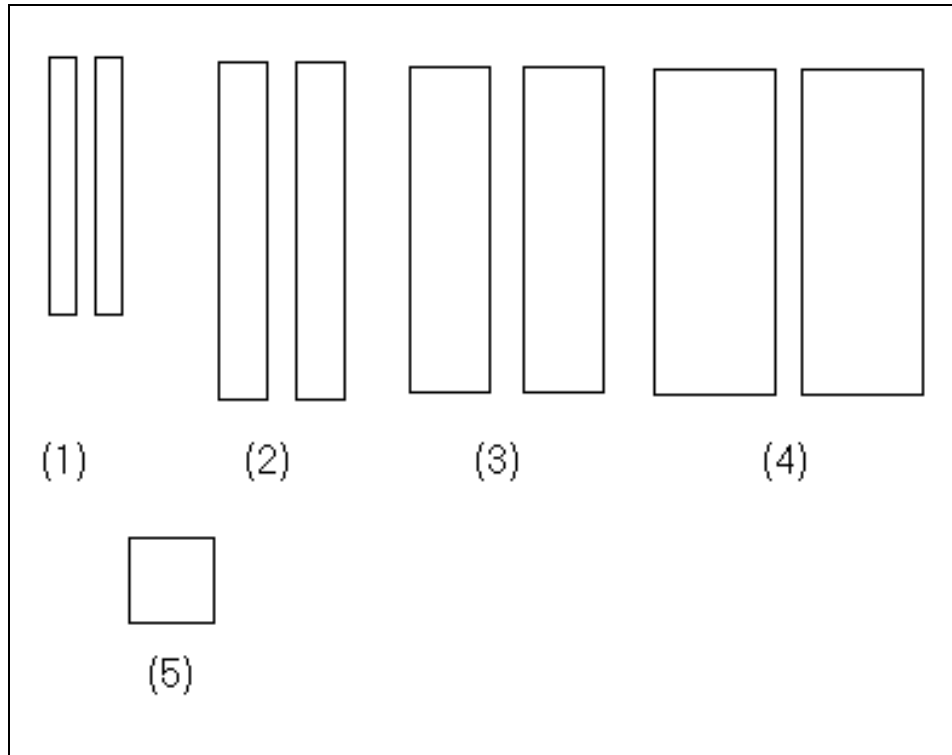
- 1) Mettre les pommes de terre au feu en respectant leur point de cuisson.
- 2) Pendant ce temps, effectuer la pâte à choux. Le temps apporté pour la réalisation correspond à peu près à la cuisson des pommes de terre.
- 3) Celles-ci étant cuites, les égoutter, les sécher sur le feu afin d'obtenir une chair sèche et farineuse.

Les passer au passe vite sans attendre et faire le mélange pâte à chou, pommes passées. Assaisonner sel, poivre, muscade. Les deux éléments doivent être bien chauds, gage important de réussite.

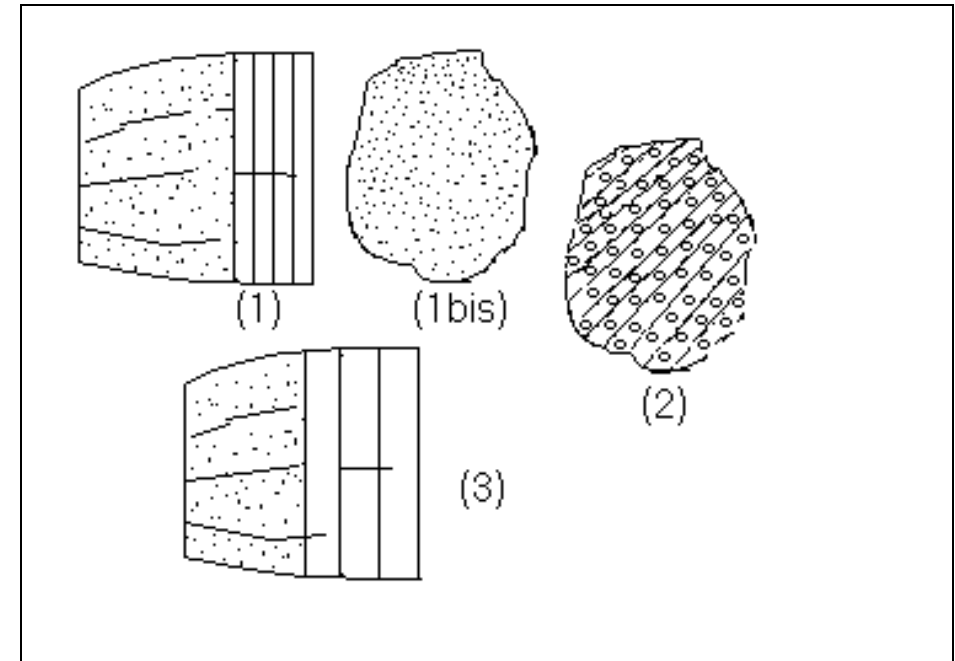
**8.2.5.5. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES POMMES DE TERRE EN FRITURE :**



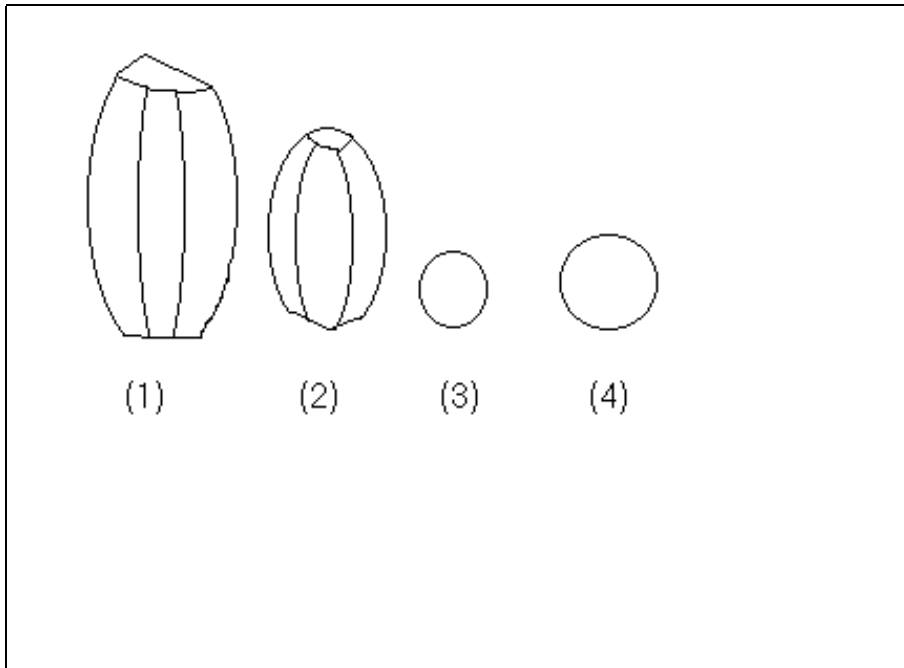
### 8.2.6. LES DIFFERENTES TAILLES DES POMMES DE TERRE :



- (1) Pommes pailles
- (2) Pommes allumettes
- (3) Pommes frites
- (4) Pommes Pont-neuf
- (5) Pommes Parmentier



- (1) Pomme chips (taillage)
- (1bis) Pomme chips (vue face)
- (2) Pomme gaufrette
- (3) Pomme boulangère ou gratin dauphinois



- (1) Pommes Château
- (2) Pommes natures
- (3) Pommes noisettes
- (4) Pommes parisiennes

## **8.2.7. LES POMMES DE TERRE CUITES AU FOUR :**

### **8.2.7.1. LES POMMES BOULANGERE :**

**A) INGREDIENTS :** 6 à 8 couverts  
800 gr de pommes de terre  
400 gr d'oignons émincés  
Fonds blanc  
Sel, poivre  
Bouquet garni

#### **B) TRAITEMENT :**

1. Emincer finement les oignons et les faire tomber à blanc.
2. Durant ce temps, peler, laver les pommes de terre **soigneusement** et les tailler en tranches épaisses.( ½ cm). **Ne pas les laver de nouveau de façon à conserver l'amidon.**
3. Ranger les oignons dans un plat à gratin préalablement beurré.
4. Disposer les pommes de terre taillées sur le lit d'oignons.
5. Mouiller avec fonds blanc, assaisonner et ajouter le bouquet garni.
6. Amener à ébullition sur le fourneau, enfourner dans un four très doux.
7. Saupoudrer de persil haché juste au moment de l'envoi dans l'ustensile de cuisson.

**N.B. :** Lorsqu'on lave les pommes de terre, les essuyer soigneusement afin de ne pas glisser lors du tranchage. Le fait de ne pas les laver à nouveau a pour but de conserver l'amidon de la pomme de terre qui liera la préparation en fin de préparation.

Habituellement, cette préparation se fait en mettant les pommes de terre et les oignons à cuire autour d'une pièce de viande de boucherie cuite au four. Rien n'empêche cependant de les préparer isolément comme indiqué » ci-dessus

### **8.2.7.2. LE GRATIN DAUPHINOIS :**

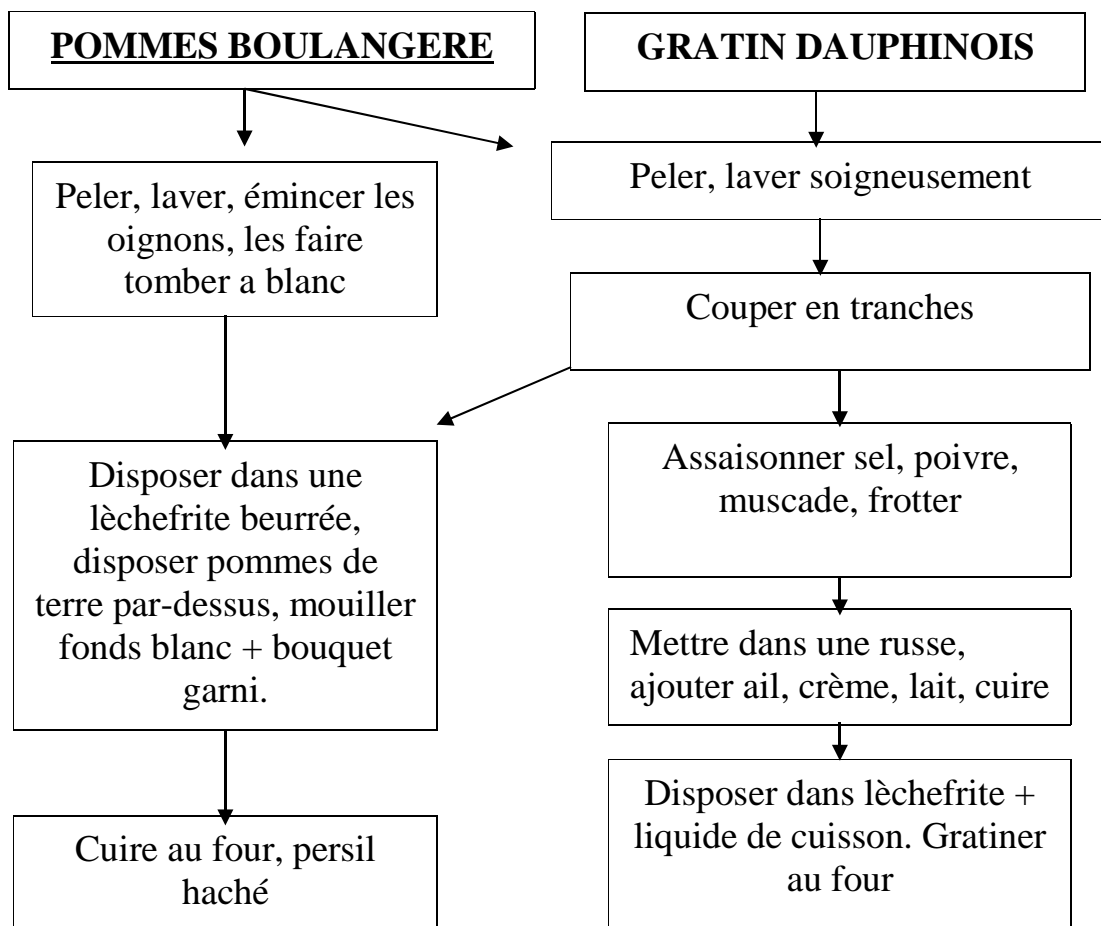
**A) INGREDIENTS :** 6 à 8 couverts  
800 gr de pommes de terre  
3 dl de lait  
2,5 dl de crème  
½ gousse d'ail hachée  
1 pointe de muscade  
Sel, poivre  
100 gr de gruyère râpé

#### **B) TRAITEMENT :**

- 1) Eplucher les pommes de terre et les laver rapidement.
- 2) Les couper en tranches de +/- 4 mm environ et ne pas les laver de nouveau de façon à conserver l'amidon, cet élément servira de liant à la préparation.

- 3) Ajouter sel, poivre et pointe de muscade, frotter les tranches les unes contre les autres afin d'uniformiser l'assaisonnement.
- 4) Mettre les pommes de terre dans un ustensile à fond épais (russe), ajouter l'ail, le lait, la crème. Amener à ébullition et cuire doucement une vingtaine de minutes.
- 5) Presque au terme de la cuisson, prélever délicatement les tranches de pommes de terre à l'aide d'une écumoire et les disposer dans un plat à gratin beurré et verser dessus le liquide de cuisson.
- 6) Parsemer de fromage râpé.
- 7) Gratiner le plat au four (cette dernière opération ne se faisant qu'au moment de l'envoi).

**8.2.7.3. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES POMMES DE TERRE CUITES AU FOUR :**



## **9. LEGUMES FRAIS, SECS, SURGELES :**

### **9.1. MISE EN PLACE DES LEGUMES FRAIS :**

#### **9.1.1. L'AIL :**

Plusieurs variétés sont proposées tout au long de l'année. Elles se différencient par leur couleur (blanc cassé, rose, violet) et par la force de leur parfum. Le goût de l'ail est lié aux variétés mais aussi au terroir. L'ail rose de Lautrec (Tarn) par exemple bénéficie d'un label de qualité.

En France, les calibres correspondent au millimètres des bulbes. Ils sont liés à la catégorie.

Exemples: catégorie EXTRA : diamètre minimum 45 mm.

catégorie 1: diamètre minimum 30 mm.

Selon la période de l'année, l'ail se présente frais ou secs. Choisir les bulbes les plus gros, avec de beaux caïeux (gousses) bien fermes, secs et brillants. Eliminer d'office les bulbes présentant des gousses vides, molles, desséchées, mates ou comportant des traces de germination ou de moisissures. Conserver l'ail dans des casiers (métalliques ou en matière plastique) à la température ambiante de 15°C. à 18°C. maximum.

Limiter les stocks à leur strict minimum principalement au printemps (risque de germination rapide pour l'ail non traité). Maintenir les casiers dans un local sec, aéré, à l'abri de la lumière, des variations de températures, de l'humidité, de la poussière, des insectes et des rongeurs.

Respecter la règle "PREMIER LIVRE , PREMIER UTILISE".

Ne pas mélanger deux livraisons séparées et profiter du stock minimum pour nettoyer le local et les casiers.

#### **Mise en place :**

1. Écraser la tête, enlever les gousses, les éplucher, ôter le germe.
2. Les hacher et les faire tomber dans la matière grasse, saler légèrement.

#### **Conseils :**

Se passer les mains sous l'eau froide avant de l'éplucher et les frotter ensuite au sel et au citron.

Ne jamais faire revenir l'ail dans de la matière grasse (huile) trop chaude, il brûlerait et prendrait un goût amer.

N'utiliser que de l'ail frais, plus les têtes sont vieilles, plus l'odeur est pénétrante.

**9.1.2. LES ALGUES :**

Les algues occupent une place prépondérante dans la cuisine japonaise, coréenne et chinoise. En Belgique, la consommation d'algues est peu développée, elles sont principalement destinées à la nourriture du bétail, à l'extraction d'engrais et à l'extraction de gélifiant.

La Bretagne cultive et cueille deux sortes d'algues principales :

La porphyra umbilicalis

L'undaria pinnatifida.

Nori en japonais pour la 1<sup>ère</sup> et wakamé pour la seconde.

Les algues sont généralement commercialisées dans les magasins exotiques et diététiques. Il est cependant possible de les obtenir fraîches par le biais e notre poissonnier. Elles sont consommées principalement pour leur excellente valeur nutritionnelle (protéines, sels minéraux, calcium, fer, iode et vitamine)

Les algues sont principalement utilisées farcies de riz, de crevettes ou de poissons cru, en garniture de potages ou de consommés et en salade composées.

Certaines algues (fucus ou goémon des plages) peuvent être utilisées pour la cuisson des poissons (bar à la vapeur d'algues), à envelopper et à protéger les poissons délicats et farcis lors de la cuisson ou à présenter les coquillages, assiettes d'huîtres, plateaux e fruits de mer).

L'utilisation d'algues arborescentes ou en lames rejetées par les marées sur le littoral est à proscrire. Elles doivent être cueillies loin des côtes dans les eaux profondes, exemptes de toute source de pollution. Arrivées en cuisine, elles sont soigneusement rincées et réservées en enceinte réfrigérée jusqu'au moment de leur utilisation. Les algues visqueuses doivent être jetées.

NOM DES ALGUES		UTILISATIONS CULINAIRES
ALGUES BRUNES	KOMBU	
	WAKAME, ARAME, IZIKI	Salades, potages, gratin
	VERMICELLE E LA MER	Salades
	HONDAWARA	Potages, salades
ALGUES ROUGES	NORI (mauve-noir)	Utilisé pour les céréales, légumes ou poissons. Sauces, condiment.
	AGAR-AGAR	Gélifiant vendu en bloc ou spaghetti
	DULCE	Potages, salades, gâteaux
ALGUES VERTES	NORI VERT	Vendu en poudre (épice e la mer) pour potages, salades, céréales, biscuits, décoration.
	LAITUE DE LA MER	Utilisée crue, potages, gâteaux



### **9.1.3. LES ARTICHAUTS :**

Les principales variétés sont le « gros vert de Laon », le « Camus de Bretagne », et le « Violet de Provence ».

Les calibres correspondent au diamètre en centimètre du capitule, liés à la catégorie. La période optimale d'achat se situe du mois de mars au mois de novembre.

Choisir les artichauts dont le capitule est bien fermé, d'aspect très frais, de couleur vert brillant à vert violacé suivant la variété. La coupe du pédoncule doit être fraîche, sans traces noirâtres, sans liquéfaction. Les fonds doivent être larges, charnus. Les feuilles fermes et craquantes.

Refuser impérativement les artichauts desséchés, présentant des feuilles jaunies et brunies, des traces noirâtres au niveau des fonds, un pédoncule filandreux et un capitule exagérément étioilé.

Entreposer les artichauts durant quelques jours en enceinte réfrigérée de + 10°C. à + 12°C.. Les artichauts craignent la lumière et le froid au-dessous de + 10°C.

#### **Mise en place :**

1. Croquer la tige plutôt que de la couper, ce qui permet d'éliminer les filaments situés dans le fond.
2. Épointer les feuilles aux ciseaux, le laver la tête en bas, raccourcir aux deux tiers de sa hauteur, parer légèrement le fond, placer une tranche de citron à l'emplacement de la tige pour le garder plus blanc et pour maintenir les feuilles pendant la cuisson.
3. Blanchir ± 35 minutes à l'eau bouillante salée.

#### **Remarques :**

Si l'on n'utilise que le fond de l'artichaut, il est nécessaire, à l'aide d'un couteau, de couper les feuilles du fond en tournant autour de celui-ci, ensuite de parer légèrement le fond puis de couper transversalement à la limite du fond, afin de le séparer des feuilles restantes. On rectifie le tour à l'aide du couteau d'office pour ne conserver que la partie charnue. Citronner pour le conserver bien blanc et le conserver dans l'eau froide légèrement citronnée.

Les cuire dans un blanc léger, (eau froide + farine + sel + jus de citron) ou sous-vide.

### **9.1.4. LES ASPERGES :**

La commercialisation des asperges est saisonnière : elle s'effectue principalement du mois d'avril à la fin du mois de juillet. Les variétés les plus répandues sont les asperges de Lauris, de Malines et d'Argenteuil.

Selon les conditions de culture, les asperges peuvent être classées en trois familles :

- les asperges blanches : récoltées lorsque leur pointe émerge de terre.

- les asperges violettes, dont la pointe dépasse de terre de quelques centimètres.
- les asperges vertes qui sont cueillies lorsqu'elles dépassent le niveau du sol d'une dizaine de cm.

Les calibres correspondent au diamètre minimal exprimé en millimètre en rapport avec la catégorie.

Exemple : catégorie EXTRA : l'écart d'homogénéité maximal admis dans le colis est de 8 millimètres.

Les asperges sont commercialisées à la botte ou en vrac pour lequel l'unité de facturation est le kilogramme.

Quelle que soit la couleur des asperges, elles doivent présenter un aspect très frais, propre et brillant. La coupe doit être nette, blanche et la sève doit sortir en appuyant dessus. Les turions doivent être de calibres homogènes, droits, tendres et cassants. Les têtes doivent être fermes, tendres et bien serrées.

Refuser impérativement les asperges dont la tête est étiolée (fleurie) , les tiges desséchées, filandreuses et ligneuses.

Limiter la durée de conservation des asperges au strict minimum. Les placer en enceinte réfrigérée de + 6 °C. à + 8 °C., recouvertes d'un film plastique alimentaire ou d'un linge humide.

Les cuire de préférence au fur et à mesure des besoins : les asperges cuites à l'avance, rafraîchies et réfrigérées perdent une grande partie de leur saveur

Mise en place :

1. Poser l'asperge bien à plat sur un ustensile retourné, tenir la pointe d'une main, de l'autre pousser l'économique vers l'extrémité fibreuse.
2. Placer au fur et à mesure dans de l'eau légèrement vinaigrée. Réunir les pointes au même niveau et botteler les asperges à l'aide d'une ficelle en les serrant aux deux extrémités de façon à maintenir les morceaux éventuels, égaliser la base et cuire à l'eau bouillante salée, si possible dans un ustensile très étroit de façon à avoir les pointes au-dessus, juste sous le niveau de l'eau (cuisson des pointes plus rapide).
3. Laisser refroidir dans le jus de cuisson.

**N.B.** : Les asperges vertes ne se pèlent pas, sauf cas particuliers.

### **9.1.5. AUBERGINE :**

Plusieurs variétés sont actuellement proposées sur les marchés, tout au long de l'année. Les variétés les plus utilisées sont les violettes longues. Leur période optimale d'achat se situe entre le mois de juin et d'octobre.

Les calibres correspondent au diamètre en millimètre de la pièce. Exemple : diamètre 60-80 mm en catégorie 1.

Choisir les aubergines longues, légèrement renflées à l'opposé du calice, à peau lisse et brillante, violette, pourpres, noires et à chair ferme. Le calice doit être bien vert, fraîchement coupé sans traces noirâtres et sans liquéfaction.

Refuser impérativement les aubergines présentant un calice flétri ou grisâtre, une peau plissée et terne, une consistance molle et spongieuse, des traces de choc ou de pourriture.

Les stocker quelques jours au maximum en enceinte réfrigérée de + 10°C. à + 12°C., en évitant les chocs thermiques.

**Mise en place :**

1. Enlever le pédoncule et les laver soigneusement.
2. Les détailler en rondelles ou les fendre en deux (suivant utilisation).
3. Les laisser reposer quelques minutes après les avoir saupoudrer de sel fin. Elles perdent ainsi leur amertume et absorbent moins de graisse à la cuisson.
4. On les traite de différentes façons : frites, étuvées, farcies, gratin.

**9.1.6. LES BETTERAVES ROUGES :**

Racines potagères, les betteraves rouges sont principalement utilisées cuites sous la forme de hors d'œuvre et de salades composées. Choisir les racines de formes régulières, lisses, à peau fine, propres, de coloration homogène, de couleur violet lie-de-vin.

Les choisir de même diamètre pour obtenir une cuisson régulière. La coupe du collet doit être nette et sans liquéfaction.

Les betteraves sont stockées en cave ou en silo, à l'abri de la lumière, de + 8 ° C. à + 10 ° C., pour la consommation de l'hiver.

Elles sont présentes sur le marché fin septembre, début octobre.

**Mise en place :** Deux solutions :

1. Les broser énergiquement.
2. Les peler.
3. Cuire à l'eau bouillante salée 60 à 70 minutes.
4. Assaisonner de sel, poivre et vinaigre bouillant.

**ou**

1. Les broser énergiquement.
2. Cuire dans leur peau largement couvertes d'eau salée.
3. Rafraîchir, peler et couper, assaisonner suivant usage.

**9.1.7. LES BLETTES, BETTES, POIRÉES OU CARDES :**

La blette est une plante potagère voisine de la betterave dont la culture a développé les feuilles, le pétiole et la grosse côte centrale.

Pour contrôler plus facilement leur fraîcheur, choisir les blettes avec leurs feuilles vertes: elles doivent présenter un aspect très frais, vert soutenu, brillant, légèrement humide (sans excès), une texture craquante et brillante, cassante. Les côtes doivent être fermes, droites, rigides, cassantes de couleur blanc-ivoire brillant, sans taches de rouille,

ni de moisissures. La coupe doit être franche, propre, récente, sans taches noirâtres, sans liquéfaction.

Refuser impérativement les blettes aux feuilles tombantes, jaunies, flétries, et fanées, aux côtes mates, souples et molles. Stocker les blettes en enceinte réfrigérée de + 6 ° C. à + 8° C. , protégées par un film plastique alimentaire ou un linge humide. Il est conseillé de les acheter le jour de leur utilisation.

**Mise en place :**

1. Enlever les feuilles flétries et jaunies, laver plusieurs fois
2. Enlever les grosses côtes.

**9.1.8. LES CAROTTES :**

Les carottes sont des racines potagères disponibles toute l'année. Le calibre correspond au diamètre exprimé en millimètre de la pièce. Exemple: catégorie EXTRA : 20 à 40 mm (= carottes de 100 à 150 gr).

Les carottes sont proposées sous trois appellations différentes.

- les carottes nouvelles, conditionnées en botte, avec fanes.
- les carottes de conservation lavées, facturées au kilogramme.
- les carottes de conservation non-lavées, facturées au kilogramme

*Les carottes nouvelles avec fanes:* choisir les carottes régulières, fraîchement arrachées, propres, de coloration homogène, droites, fermes, sans collet verdâtre trop accentué. Les fanes doivent être fraîches, bien vertes, cassantes et pas trop humides.

*Les carottes de conservation:* choisir les carottes à racine cylindrique, longue, régulière, droite, lisse et ferme et très propre; ces détails ne sont visibles que sur des carottes propres, refuser donc les non-lavées. La coupe du collet doit être récente, sans traces noirâtres, ni liquéfaction.

Refuser impérativement les carottes flétries, molles, décolorées, présentant un cœur dur, blanchâtre, épineux, un collet verdâtre prononcé, des crevasses, des meurtrissures ou des traces de pourritures. Refuser également les carottes réfrigérées à une température trop basse (moins de 6 ° C.); elles pourrissent très rapidement. Les stocker en enceinte réfrigérée, à l'abri de la lumière, de + 10 ° C. à + 12 ° C. Il est également possible de conserver certaines variétés tardives plusieurs mois dans du sable, en cave ou en silo.

**Mise en place :**

1. Laver et peler à l'aide de l'économe.
2. Enlever le collet et le cœur s'il est ligneux.

**Sauf primeur :** gratter ou échauder en les plaçant dans de l'eau bouillante salée avec cristaux de soude, rafraîchir et bien les laver.

**9.1.9. CÉLERI :**

Les calibres du céleri correspondent au poids en grammes de la pièce.

- "gros" pour plus de 800 gr.

- "moyen" de 500 à 800 gr.

- "petit" de 150 à 500 gr.

La catégorie est réglementée de façon bien définie. L'unité de facturation est la pièce (en France, le kilogramme).

La meilleur période d'achat se situe entre les mois de juillet et de novembre. Choisir le céleri en branche avec un aspect très frais, une coupe récente et non rafraîchie. Les feuilles doivent être vertes, brillantes, légèrement humides mais sans excès, d'une texture craquante et cassante. Les côtes ou pétioles doivent être charnus, épais, vert ou jaune doré (suivant la variété), droits et rigides, cassants et dépourvus de filandres trop ligneux.

Refuser impérativement les céleris à côtes souples, molles et non cassantes, ou encore les céleris aux feuilles fanées, jaunies ou rafraîchies. Préférer les variétés à côtes vertes pour les salades et les garnitures aromatiques ; les céleris étioles, bien blancs ou jaunes dorés pour braiser. Les stocker en enceinte réfrigérée de + 6 ° C. à + 8 ° C, à l'abri de la lumière . Un degré hygrométrique trop important les fait "rouiller".

**Mise en place :**

- 1- Couper les feuilles jaunies, rouillées.
- 2- Ratisser les côtes bien à plat.
- 3- Couper la racine à ras, laver.
- 4- Les tiges sont utilisées pour des salades ou des garnitures.

**9.1.10. CÉLERI-RAVE :**

Actuellement, il n'y a pas de normalisation ni des calibres, ni de la catégorie. Le conditionnement se fait en caisse et l'unité de facturation est la pièce.

La période optimale d'achat se situe entre septembre et avril. Choisir le céleri - rave d'aspect très sain, bien propre et bien lavé mais non brosse, débarrassé du chevelu racinaire et sans taches brunes. Les préférer homogènes, ronds, lisses et lourds.

Refuser les céleris irréguliers, présentant des excavations ou des protubérances, les céleris terreux, mous, creux, véreux, spongieux, à la coupe liquéfiée. Ils se conservent très bien en enceinte réfrigérée de + 8°C. à + 10°C.

**Mise en place :**

1. Couper le collet et la racine.
2. Éplucher, attention aux racines et crevasses, laver.
3. Conserver dans de l'eau acide (citron) pour éviter l'oxydation.

**9.1.11. CERFEUIL :**

C'est une petite plante au léger parfum d'anis, dont on utilise les feuilles et les tiges vertes hachées.

**Mise en place :**

1. Enlever les feuilles jaunies, équeuter correctement.
2. Laver plusieurs fois à grande eau, égoutter.

### **9.1.12. CHAMPIGNONS DE COUCHE :**

Les champignons de couche sont disponibles toutes l'année. Qu'ils soient blancs ou blonds, les champignons de couche ont pratiquement les mêmes qualités et le même goût. Les principaux critères sont la fraîcheur et la fermeté.

A l'heure actuelle, il n'y a pas de normalisation ni pour les calibres, ni pour la catégorie. L'unité de facturation est le kilogramme.

Choisir les champignons d'aspect très frais, de couleur uniforme et sans taches. Le chapeau doit être fermé et bien soudé au pied. Les lamelles doivent être d'un rose très pâle. Les champignons cueillis à un stade de maturité plus avancé présentent un chapeau plus plat et ouvert, des lamelles brunes foncées. Leur arôme est plus développé mais la présentation est beaucoup moins appréciée.

Refuser impérativement les champignons trop ouverts, échauffés, présentant des traces de développement de moisissures. Préférer les champignons très fermes et blancs pour les crudités et les duxelles; utiliser les champignons roux ou blonds pour les autres préparations. Les réserver en enceinte réfrigérée de + 8°C. à + 10°C. maximum.

#### **Mise en place :**

1. Ne laver à l'eau citronnée que les champignons très sales
2. Ôter les impuretés avec un pinceau.
3. Rajeunir la coupe et nettoyer dans plusieurs eaux avec précaution attention au sable.
4. Employer directement ou conserver dans l'eau acide (peu recommandé).

### **9.1.13. CHICORÉES WITLOOF OU CHICONS :**

Les calibres de l'endive correspondent à la longueur et au diamètre exprimés en centimètres, liés à la catégorie.

Exemple : catégorie EXTRA : longueur de 9 à 17 cm, diamètre 2,5 à 8 cm.

Catégorie 1 : longueur 9 à 20 cm, diamètre 2,5 à 8 cm.

L'unité de facturation est le kilogramme.

La période optimale d'achat se situe de novembre à mars. Toutefois, certaines variétés sont actuellement disponibles toute l'année avec cependant un léger creux en juillet et en août.

Choisir les chicons de forme oblongue, très fuselée et aux feuilles très serrées. La coupe doit être fraîche et blanche, une légère couleur "rouille" peut tout de même être acceptée.

Refuser les chicons ouverts, verdâtres (coloration due à l'exposition de la lumière) ainsi que les chicons dont la base est liquéfiée.

Les stocker de 8 à 10 °C., à l'abri de la lumière. Au cours d'un stockage prolongé, ce légume verdit et acquiert de l'amertume.

#### **Mise en place :**

1. Enlever les feuilles abîmées et laver rapidement, les égoutter la tête en bas.

2.Éliminer légèrement la coupe, creuser légèrement en forme de cône avec la pointe du couteau afin d'ôter " l'amer " du chicon.

### **9.1.14. LES CHOUX :**

Légumes disponibles toute de l'année avec un léger creux en juillet et en août. Il existe de nombreuses variétés, dont on distingue :

- les choux consommés en feuilles (choux pommés ou pointus du printemps).
- les choux cabuts à feuilles lisses, verts et blancs.
- les quintals blancs d'Alsace, utilisés pour la fabrication de la choucroute.
- les choux verts de milan aux feuilles cloquées et les choux verts frisés, toujours cuits après blanchiment.
- les choux blancs s'utilisent comme les choux verts.
- les choux rouges, consommés crus ou cuits.
- les bourgeons des choux de Bruxelles.
- les jets et tiges fleuries des brocolis verts et des choux-fleurs.
- les choux de chine, au goût de chou moins prononcé, ils peuvent être préparés comme le chou vert.
- les choux navets.
- les choux raves qui ne sont pas à proprement parlé des choux, les préparations des navets et des céleris rave leurs sont applicables.
- les choux marins qui font actuellement l'objet de recherche de cultures intensives. Après cuisson, leur goût rappelle la noisette.

Le calibre correspond, au poids minimal, exprimé en grammes de la pièce : 350 gr pour les choux primeurs, 500 gr pour tous les autres choux.

En pleine saison, le poids moyen d'une belle pomme de chou est de 1,2 a 1,5 kg

Choisir les choux d'aspect très frais, ferme, les feuilles serrées et non éclatées.

Refuser les choux présentant des feuilles jaunies, flétries, des traces de liquéfaction a la base du trognon.

Les stocker en enceinte réfrigérée de +8°C. A 10°C., Durant 4 a 5 jours maximums.

#### **9.1.14.1. LES CHOUX DE BRUXELLES :**

Les choux de Bruxelles sont des bourgeons qui se développent sur une tige a l'aisselle des feuilles de certaines variétés de choux. Le bourgeon ressemble à un petit chou pomme.

La période optimale d'achat se situe en automne et en hiver.

Choisir des pommes de belle taille, bien fermées, lisses, fermes, d'une couleur verte foncé.

Refuser les pommes étiolées dont les feuilles extérieures sont ouvertes, jaunies ou flétries et dont la coupe n'est pas fraîche et apparaît noirâtre ou liquéfiée.

Une fois récoltés, les choux de Bruxelles ne se conservent pas très longtemps.

Après les premières gelées, sous l'effet du froid, ils prennent une saveur plus délicate, moins prononcée et deviennent plus digestes.

**Mise en place :**

1. Supprimer les feuilles extérieures dures et flétries
2. Couper un petit morceau du côté de l'attache et entailler en forme de croix.
3. Laver dans plusieurs eaux.

#### **9.1.14.2. LE CHOU BROCOLIS :**

Chaque plante de chou brocolis donne de belles pommes vertes auxquelles succèdent 4 à 6 têtes ou " jets " qui se développent à l'aisselle des feuilles. Les pommes ou inflorescences de brocolis ont une saveur fine et délicate. Tous les modes de préparations indiqués pour les choux-fleurs peuvent convenir aux brocolis.

Choisir les pommes fermes, bien serrées et compactes, avant l'ouverture des boutons floraux. La couleur doit être d'un beau vert franc et homogène.

Refuser impérativement les bouquets jaunis ou trop épanouis. La coupe du trognon doit être fraîche et les feuilles extérieures bien vertes et cassantes.

#### **Mise en place :**

1. Enlever feuilles externes et internes.
2. Ôter les parties tachées.
3. Couper le trognon au ras de la fleur.
4. Laver dans l'eau froide salée et légèrement vinaigrée.

#### **9.1.14.3. LES CHOUX-FLEURS :**

Les calibres des choux-fleurs correspondent au diamètre minimal exprimé en centimètre de la pièce lié à la catégorie.

Exemple : catégorie 1 : diamètre minimal de la pièce 11 centimètres

Pour les choux effeuillés, l'unité de facturation est le kilogramme (sans feuilles ni trognon), et la pièce pour les choux-fleurs couronnes (avec feuilles découvrant le sommet de la fleur).

Choisir de préférence les choux-fleurs à parures volumineuses, fermes, bien serrées et brillantes, la fleur protégée par un feuillage ample et bien vert.

Les choux-fleurs effeuillés sont généralement des choux-fleurs défraîchis dont on a ôté les feuilles pour leur assurer une meilleure présentation.

Refuser impérativement les choux-fleurs jaunis, flétris, aux feuilles ternes, ayant des traces de moisissures ou de liquéfaction à la base du trognon.

#### **Mise en place :**

1. Enlever feuilles externes et internes.
2. Ôter les parties tachées.
3. Couper le trognon au ras de la fleur.
4. Laver dans l'eau froide salée et légèrement vinaigrée.

#### **9.1.14.4. LE CHOU CHINOIS :**



Le chou chinois a une forme allongée, des feuilles légèrement cloquées et un goût assez prononcé. Sur le marché d'août à la mi-mars.

**Mise en place :**

1. Enlever les feuilles flétries et le trognon, laver et égoutter à fond.
2. Couper en lanières plus ou moins larges, selon l'usage auquel on destine le chou.

**9.1.14.5. CHOU DE MILAN OU CHOU FRISÉ :**

Il a des feuilles cloquées et beaucoup moins serrées que celles du chou pommé. Sa couleur varie du vert clair au vert sombre. Sur le marché toute l'année.

**Mise en place :**

1. Enlever les feuilles flétries, couper en deux.
2. Enlever le trognon, laver et émincer plus ou moins grossièrement.

**9.1.14.6. LE CHOU POMMÉ :**

Chou rond à feuilles lisses fermes et bien serrées. Toute l'année sur le marché.

**Mise en place :**

1. Enlever les feuilles flétries, couper en deux ou en quatre et enlever le trognon.
2. Détailler ensuite en fines lamelles ou séparer les feuilles les unes des autres en rabotant les côtes.

**9.1.14.7. LES CHOUX ROUGES :**

**Mise en place :**

Comme le chou pommé ou frisé.

**9.1.14.8. LES CHOUX VERTS :**

**Mise en place :**

1. Enlever les feuilles fanées ou flétries
2. Retirer les côtes et laver à grandes eaux avant de hacher grossièrement.

**9.1.15. LES CONCOMBRES :**

Le calibre correspond au poids exprimé en gramme de la pièce.

Exemple : 350/400 - 400/500 - 500/600.

La catégorie est définie par la réglementation.

### EXTRA 1 : droit - 2 : courbé.

Choisir les concombres bien fermes, réguliers, cylindriques, d'une belle couleur homogène, vert foncé, brillant.

Trop gros, ils renferment des graines. Fraîchement cueillis, ils peuvent comporter des traces de la fleur.

Refuser impérativement les concombres mous, flétris, jaunes à chair molle ou liquéfiée.

Les stocker en enceinte réfrigérée de + 6°C. à + 8°C.

Les concombres craignent le froid (au-dessous de +6°C.) et les manipulations brutales.

#### **Mise en place :**

Le peler de la tête vers la queue de façon à éliminer son amertume

### **9.1.16. LES COURGETTES :**

Les courgettes sont disponibles tout au long de l'année, mais la période optimale se situe d'avril à octobre.

Les calibres sont définis par la réglementation : ils correspondent aux longueurs maximales et minimales en centimètre de la pièce.

Exemple : - 14/21 en catégorie 1.

Choisir les courgette de forme régulière, longues, cylindriques, d'une belle couleur vert foncé brillant, tachetées, marbrées de vert clair. La chair doit être blanche, ferme, d'excellente qualité gustative.

Refuser impérativement les courgettes trop grosses ou trop mûres, car leur chair est souvent filandreuses et comporte de nombreux pépins.

Refuser également les courgettes à peau terne et plissée et à consistance molle ou liquéfiée.

Les stocker quelques jours en enceinte réfrigérée de +8°C. à +12°C. maximum.

#### **Mise en place :**

Les laver soigneusement et bien les sécher.

### **9.1.17. LE CRESSON :**

Parmi les variétés de cresson utilisées en cuisine, c'est le cresson de fontaine qui occupe une place prépondérante. S'il croît très rapidement dans l'eau fraîche et courante des cressonnières, il fait de même dans les terrains très humides et ombragés. Attention à la "douve du foie"

Des contrôles très stricts dans les cressonnières permettent de consommer le cresson en toute sécurité.

Le cresson aliénois ou cresson de jardin est plus spécialement employé comme condiment.

Choisir les bottes de cresson d'aspect très frais, les feuilles bien vertes, serrées, légèrement humides mais sans excès, croquantes, cassantes.

La coupe doit être fraîche, nette, sans traces de liquéfaction.

Refuser impérativement les bottes de cresson défraîchies, jaunies ou fanées.  
Les conserver en enceinte réfrigérée de +6°C. à +8°C., recouvertes d'un linge humide.

**Mise en place :**

1. Couper les feuilles à ras du lien.
2. Ôter les feuilles jaunies et laver soigneusement, conserver dans l'eau avec cubes de glace.

**9.1.18. LES ECHALOTES :**

L'échalotes grise dite " de Jersey " est la plus fine et la plus recherchée. Le marché est principalement approvisionné par l'échalote rose, présente sous les deux formes suivantes :

- l'échalote longue, de forme allongée, jaune cuivré.
- l'échalote ½ longue, de forme oblongue et de couleur rosée, la plus cultivée.

- Par ailleurs, il existe une nouvelle variété, la " griselle ", aux larges bulbes fuselés, protégés par une peau épaisse argentée.

Les jeunes pousses vertes des échalotes peuvent être utilisées comme la ciboulette ou la cive.

Les calibres définis par les usages sont les suivants :

- les échalotes longues.
- les échalotes ½ longues.

Actuellement, il n'y a pas de catégorie.

Choisir les échalotes bien sèches, brillantes, très fermes, bien dépauillées, calibrées et sans traces de germination.

Refuser impérativement les échalotes ramollies, germées, dégageant une odeur sulfurée trop forte.

Comme pour l'ail ou l'oignon, il est recommandé de stocker les échalotes dans des casiers placés dans un local sec, bien aéré, à l'abri des insectes et de la lumière.

Ne jamais les réserver en enceinte réfrigérée.

**Mise en place :**

Couper la racine et le dessus, éplucher et laver.

**N.B. :** si on les hache, il faudra les rincer abondamment et les tordre ensuite dans un torchon afin d'éviter qu'ils ne noircissent tout en enlevant le goût " piquant " de ce légume.

**9.1.19. LES ÉPINARDS :**

Les principales variétés sont issues d'une sélection améliorée du " monstrueux de Viroflay ".

Choisir les épinards d'aspect très frais et très propres. Les feuilles doivent être entières, fermes, craquantes, pas trop épaisses, de couleur vert soutenu, mais pas

exagérée. Les jeunes pousses de printemps (utilisées crues en salade) doivent être petites, lisses, tendres et de couleur vert clair.

Refuser les épinards aux feuilles larges, épaisses, dures, cassées ou fripées par des manipulations brusques, les feuilles jaunies, flétries aux tiges molles, souples et liquéfiées. Refuser également les épinards retrempés, exagérément humide (risque de pourriture rapide) et les épinards échauffés (début de fermentation).

En dehors des mois d'été, on trouve des épinards tout le reste de l'année.

Stocker les épinards en enceinte réfrigérée de +6°C. à +8°C.

Il est conseillé d'effectuer ses achats au jour le jour, selon les besoins.

Eviter de conserver les épinards cuits plus de 24 heures (formation de nitrites nocifs pour la santé).

### **Mise en place :**

1. Eliminer les feuilles abîmées et flétries, enlever les grosses côtes
2. Laver plusieurs fois à grande eau.

### **9.1.20. LE FENOUIL :**

Actuellement, il n'y a pas de normalisation des calibres et des catégories. Choisir les bulbes homogènes, bien blancs et très serrés. Préférer les petites pommes aux feuilles jaunes et tendres. Refuser les bulbes étiolés ou montés aux pétioles desséchés et filandreux, les bulbes jaunâtres aux feuilles foncées. Vérifier la coupe : elle doit être fraîche et non liquéfiée.

Stocker les bulbes en enceinte réfrigérée de +6°C. à +8°C. recouverts d'un linge humide et si possible les isoler dans un conditionnement étanche car le fenouil a tendance à communiquer son parfum aux produits voisins.

### **Mise en place :**

- 1- Couper le feuillage.
- 2- Ratisser les côtes bien à plat.
- 3- Couper la racine à ras, laver.

### **9.1.21. FÈVES DES MARAIS :**

Elles sont les plus savoureuses lorsque les grains sont d'un blanc laiteux.  
Sur le marché de juin à septembre.

### **Mise en place :**

1. Ouvrir les gousses, sortir les grains et les trier avant de les laver et de les égoutter.
2. Blanchir 10 à 15 minutes.

### **9.1.22. HARICOTS VERTS, HARICOTS BEURRE :**

On distingue deux variétés de haricots verts : les haricots nains et les haricots à rames.

Les fruits verts des haricots cueillis avant maturité, en très fins filets, sont consommés sous l'appellation " haricots verts ".

Les gousses de certaines variétés de haricots récoltés à différents stades de maturité (après l'apparition des grains) et ne présentant ni fil, ni parchemin, sont consommés sous l'appellation « haricots mange-tout »: mange-tout jaune ou beurre, mange-tout verts et violets. Ces variétés sont le plus souvent réservées à la restauration familiale et à la restauration sociale.

Les haricots à écosser dont les grains sont arrivés à maturité sont consommés en grains frais ou secs : cocos, lingots, Soissons, tarbais, flageolets chevriers et princesses verts.

#### **9.1.22.1. HARICOTS VERTS ET HARICOTS MANGE-TOUT :**

Choisir les haricots de cueillette récente, d'aspect très frais, à très long filet (14 à 16 cm), droits et fins, fermes, cassants, sans fils et sans parchemins, tendres, d'excellente qualité gustative.

La fraîcheur des haricots verts se reconnaît à la couleur du calice qui doit être bien vert, à l'absence de traces noirâtres sur le filet et à l'extrémité du style qui ne doit pas être jauni, ni desséché, mais bien vert et cassant.

##### **Mise en place :**

1. Couper les pointes et enlever les fils.
2. Laver et égoutter à fond.

#### **9.1.22.2. HARICOTS ÉGRENÉS FRAIS ET SECS :**

Choisir les grains de calibre régulier, bien formés, charnus, tendres, lisses, luisants et sans tâches.

Ils doivent être exempts de grains impropres à la consommation et dépourvus de souillures ou d'impuretés diverses (parasites, charançon, moisissures ou autres altérations). L'odeur doit être fraîche, douce, caractéristique et non poussiéreuse.

Les haricots verts peuvent être stockés durant 48 heures au maximum en enceinte réfrigérée de +6°C. à +8°C.

Les légumes secs sont conservés durant quelques mois dans leur emballage d'origine hermétiquement fermé, à l'abri de l'humidité, de la poussière, des insectes et des rongeurs.

##### **Mise en place :**

1. Trier et laver
2. S'il ne sont pas de l'année, il est conseillé de les tremper (maximum une heure ou deux) avant utilisation afin d'en faciliter la cuisson. Attention toutefois à la fermentation.

### **9.1.23. MAÏS :**

Epis aux grains jaunes et légèrement sucrés.

#### **Mise en place :**

1. Ôter les feuilles, laver, égoutter la tête en bas.
2. Réaliser un blanc en mélangeant la farine avec de l'eau et le jus d'1/2 citron, saler.
3. Amener ce blanc à ébullition, ajouter 10 gr de beurre, y plonger l'épis de maïs et faire cuire +/- 30 minutes.
4. On peut ensuite le rôtir ou le griller dans une feuille de papier aluminium.

#### **Ou encore**

Égrener le maïs et le faire sauter dans une poêle anti-adhésive durant 5 minutes afin de les faire colorer.

### **9.1.24. MARRONS :**

Marrons et châtaignes sont les deux noms d'un même fruit qui connaît plusieurs variétés : les cloisonnées (plusieurs graines) et les non cloisonnées (une seule graine).

Une variété est qualifiée de marrons lorsque la proportion de fruits cloisonnés est inférieure à 12 %.

#### **Mise en place :**

1. Inciser la peau du côté bombé et les plonger à l'eau bouillante 2 à 3 minutes
2. Enlever les deux peaux.

#### **ou**

1. Ne pas les inciser, les mettre dans une casserole d'eau bouillante par petites quantités
2. Les égoutter, les mettre dans un plat à l'intérieur de la cloche de la machine sous-vide et faire le vide en continu.
3. Les éplucher de suite, les deux peaux s'enlèvent parfaitement.

### **9.1.25. LES NAVETS :**

Les navets sont disponibles tout au long de l'année.

Les navets nouveaux à saveur douce et peu prononcée sont le plus souvent utilisés en garniture.

Les navets de conservation au goût plus fort doivent être parfois blanchis.

Actuellement, il n'y a pas de normalisation quant aux calibres : les navets sont commercialisés au kg lorsqu'ils sont de conservation et en botte lorsqu'ils sont nouveaux.

#### **9.1.25.1. LES NAVETS NOUVEAUX AVEC FANES :**

Choisir les bottes présentant les navets les plus réguliers, propres, fermes à peau fine et lisse. La coloration doit être très claire, d'un blanc crème brillant, le collet doit être légèrement rosé ou à peine violet. Les fanes doivent être particulièrement fraîches, vertes et droites, craquantes, ni jaunies ni flétries.

#### **9.1.25.2. LES NAVETS DE CONSERVATION :**

◆ Les navets blancs longs :

Les choisir bien fermes, réguliers à peau fine, lisses, sans radicules et très propres. La coupe du collet doit être fraîche, sans traces noirâtres ni liquéfaction.

◆ Les navets ronds à collet violet :

Les choisir réguliers, bien ronds, lisses, propres, fermes. La peau est très épaisse mais elle ne doit pas laisser apparaître de parties filandreuses ni ligneuses.

Refuser impérativement les navets sales, ternes, à peau épaisse et flétrie, très colorés, creux, spongieux, véreux, présentant des taches de pourriture au niveau de la coupe du collet.

Conserver les navets dans les mêmes conditions que les carottes en enceinte frigorifique de + 10 °C. à + 12 °C. maximum. Un séjour trop long en enceinte réfrigérée les dessèche, les rend ligneux et accentue leur goût.

#### **Mise en place :**

Éliminer le collet et la racine, éplucher à l'économe et les tourner suivant usage, laver et faire très attention à l'oxydation.

#### **9.1.26. LES OIGNONS :**

Plusieurs variétés d'oignons sont utilisées principalement en fonction de l'époque de l'année.

◆ Les petits oignons blancs de printemps, vendus généralement en bottes avec fanes.

◆ Les cives ou ciboules ou “ oignons de pays ”.

◆ Les oignons secs ou de garde, disponibles toute l'année. (jaune paille des vertus, de Mulhouse, d'Espagne, rouge brun foncé de Brunswick, rouge pâle de Niort, rouge carmin de Florence).

◆ Les petits oignons secs ou grelots.

Les calibres des oignons correspondent au diamètre en mm du bulbe. La réglementation définit par exemple les 40/60 mm, les 50/70 mm et 60/80 mm. Les catégories I, II, et III sont également définies de façon précise.

Le conditionnement se fait à la botte pour les petits oignons blancs de printemps et pour les oignons de pays (ciboule) ; en filet de 5, 10 ou 25 kg pour les gros oignons secs de garde.

Choisir les oignons bien brillants, secs, très fermes et bien dépaillés. Les choisir avec une belle conformation et de calibre bien régulier.

Refuser impérativement les oignons ramollis, dégageant une odeur sulfurée ou trop forte, les oignons tachetés, mats ou germés.

Il est recommandé de stocker les oignons de garde sous faible épaisseur dans un casier placé dans un local sec, bien aéré, à l'abri de la lumière, des insectes et des rongeurs.

Il faut limiter leur durée de conservation principalement au printemps durant la période de germination et ne jamais les réserver en enceinte réfrigérée.

**Mise en place :**

Couper la racine et le dessus, éplucher et laver.

**N. B. :** si on les hache, il faudra les rincer abondamment et les tordre ensuite dans un torchon afin d'éviter qu'ils ne noircissent tout en enlevant le goût " piquant " de ce légume.

**Oignons verts :**

**Mise en place :**

1. Couper le vert jusqu'à une hauteur de 12 à 15 cm.
2. Parer le bulbe et enlever éventuellement la première peau.
3. Laver et couper en quatre ou en fines rondelles.

**9.1.27. L' OSEILLE :**

Plante potagère dont les feuilles ont un goût acide. Les critères qualitatifs sont identiques à ceux des épinards.

**9.1.28. LES POIREAUX :**

Le poireau est disponible tout au long de l'année mais la période optimale d'achat se situe d'octobre à mars.

Actuellement il n'y a pas de normalisation quant au calibre, seules les catégories sont définies par la réglementation. Exemple : catégorie I signifie grosseur homogène des poireaux dans la caisse.

Choisir les poireaux présentant un aspect très frais, avec un feuillage simple d'un bleu vert soutenu ou fraîchement et nettement raccourci.

Le bulbe (le fût) doit être très long, blanc, tendre, contrasté avec le feuillage. (1/3 blanc, 2/3 vert).

Refuser impérativement les poireaux dont le feuillage est mou, cassé, jauni et desséché, les gros poireaux dont les premières couches de peau sont épaisses, dures et filandreuses, les poireaux " montés " et " ligneux ".

Entreposer les poireaux en enceinte réfrigérée de + 6°C. à + 8°C.

**Mise en place :**

1. Couper la racine à ras, enlever les sommités des feuilles, ôter les feuilles flétries.



2. Fendre en deux vers les sommités 2 cm en dessous de l'intersection des feuilles et laver à grande eau sous le robinet (doigts, jointure).

### **9.1.29. LES POIS :**

Les gousses entières ou “ cosses ” de certaines variétés cueillies avant leur complet développement et avant maturité des graines sont consommées sous l'appellation “ pois mange-tout ” ou “ pois gourmand ”.

Les pois à écosser ou petits pois dont seules les graines sont consommées peuvent être traités à l'état frais ou déshydratés (pois cassés).

#### **9.1.29.1. POIS GOURMANDS :**

Les choisir à peine formé, à cosse vert clair, très fine, tendre, laissant apercevoir les jeunes graines en formation.

Lorsque les pois gourmands sont fraîchement cueillis, il n'est pas rare de trouver des traces de pétales au niveau de la corolle.

#### **9.1.29.2. POIS À ÉCOSSER :**

Choisir les gousses longues, larges, bien fermées, bien bombées laissant deviner 6 à 8 petits pois au minimum. Les gousses doivent présenter un aspect très frais, les deux valves doivent normalement s'écarter facilement sous la pression du doigt.

Les petits pois doivent être de calibre régulier, de couleur vert clair, très tendres et moelleux, très parfumés, légèrement sucrés.

Refuser impérativement les pois aux gousses parcheminées, flétries, molles et les petits pois farineux.

Conserver les petits pois en gousses 48 heures maximum en enceinte réfrigérée de +6°C. à +8°C. maximum.

#### **Mise en place :**

Écosser et laver, éliminer ceux qui flottent.

### **9.1.30. LES POIVRONS :**

D'abord verts, les poivrons rougissent, jaunissent puis deviennent violet/noir à maturité.

Les calibres correspondent au diamètre en mm pris dans la partie la plus large mesurée du côté du pédoncule.

Les catégories EXTRA, I et II sont également définies par la réglementation.

L'unité de facturation est le kg et la meilleure période d'achat se situe entre le mois de juin et les premières gelées d'automne, on les trouve cependant toute l'année sur le marché.

Choisir de préférence les poivrons de catégorie EXTRA ou I.

Les choisir très fermes, de forme régulière avec une peau lisse, fine, luisante et sans taches. Le pédoncule doit être bien frais et de coupe récente.

Refuser impérativement les poivrons mous, desséchés à peau plissée et tachée, les poivrons au pédoncule sec, brun ou liquéfié.

Les stocker durant quelques jours en enceinte réfrigérée de +10°C. à +12°C. en évitant les manipulations brusques et les chocs thermiques

**Mise en place :**

1. Griller la peau, soit au four, soit en plongeant quelques instants le poivron dans la friture bouillante.
2. L'ôter ainsi que le pédoncule et les graines.
3. Laver soigneusement.

**9.1.31. LES RADIS :**

Selon les variétés, les racines peuvent être rondes, mi-longues, longues de couleur rouge ou vermillon avec un bout blanc ou noir pour une autre variété longue d'hiver.

Actuellement, il n'y a pas de normalisation quant aux calibres ou à la catégorie. L'unité de facturation est la botte.

La période optimale d'achat se situe de mars à juin et de septembre à la fin octobre pour les radis roses et en hiver pour les radis noirs.

Choisir les bottes présentant un aspect très frais avec des fanes propres, fraîches, vertes et cassantes. Les radis doivent être de taille régulière, de la même variété.

**Mise en place :**

Couper les feuilles à 1cm, ôter les radicelles, laver.

**9.1.32. SALSIFIS, SCORSONÈRES :**

Les scorsonères sont commercialisés sous l'appellation "salsifis". Ils présentent une saveur semblable, seule la couleur de leur peau diffère ; elle est blanche pour les salsifis et noirâtre pour les scorsonères.

Choisir les salsifis d'aspect très frais et propres, le calibre doit être homogène et régulier, les racines longues, cylindriques, lisses à peau fine et sans trop de radicelles. Le collet doit être fraîchement arasé et ne doit pas présenter de traces noirâtres ni de liquéfaction.

Refuser impérativement les salsifis sablonneux, à peau foncée, épaisse, dure et ligneuse.

La période optimale d'achat se situe d'octobre à mai.

**Mise en place :**

Ratisser et laver, tronçonner et garder dans de l'eau vinaigrée.

### **9.1.33. LES TOMATES :**

Bien que d'origine américaine, ce **fruit** que l'on a **tendance** à **classer** dans les **légumes**, fait l'objet d'une culture intensive dans nos contrées.

Objet d'innombrables croisements, il en existe une multitude de variétés.

De plus, vu son utilisation culinaire intensive, la tomate fait l'objet depuis de nombreuses années d'études, ici en vue d'obtenir une chair plus ferme, là afin de retarder son altération, etc.

Tout comme le maïs, elle fait également l'objet de recherches dans le cadre des O.M.G. (organisme modifié génétiquement), la tomate cerise en est d'ailleurs le témoin.

La tomate est présente toute l'année sur les marchés avec cependant une forte hausse durant les mois de juillet et août, hausse qui s'accompagne évidemment d'une baisse substantielle des prix.

Les différentes variétés qui nous intéressent sont :

- - les tomates cerises vendues en ravier.
- - les tomates grappes, souvent conditionnées en quelques unités facturées au kg..
- - les tomates "traiteur", dont le calibre se situe entre la tomate moyenne et la tomate cerise.
- - les tomates moyennes.
- - les grosses tomates.

Il faut également noter que lors des gros arrivages de l'été, certaines tomates vendues en vrac le sont sous le nom de "tomates pour soupes".

Stocker les tomates en chambre froide (+4 à +8°C). A l'heure actuelle, elle se conservent très facilement, sauf peut-être les tomates cerises qui restent plus fragiles.

#### **Mise en place :**

1. Les laver et enlever le pédoncule à l'aide du couteau d'office.
2. Inciser le côté opposé avec la pointe du couteau et monder (plonger dans l'eau bouillante quelques instants, puis plonger dans l'eau glacée et ôter la peau).
3. Conserver non couvert en chambre froide.

### **9.1.34. LES TRUFFES :**

#### **9.1.34.1. GENERALITES :**

La truffe est un champignon souterrain qui, grâce au mycélium, pousse de façon symbiotique avec un arbre (chêne en général ou noisetier). La vie en symbiose est une association dans laquelle chaque partenaire tire bénéfice de sa vie en commun avec l'autre.

Le champignon puise ses substances vitales dans les racines de l'arbre (matières carbonées fabriquées par photosynthèse). En échange, le champignon apporte à l'arbre des sels minéraux et notamment des oligo-éléments (phénomène qui n'est pas clairement élucidé).

Le développement de cette fructification globuleuse irrégulière s'étale sur une année. La germination a lieu au mois d'avril, et la fructification en juillet-août (les rages d'été ont une grande importance sur la récolte). La maturité est atteinte entre novembre et mars, avec une qualité optimale durant le mois de janvier.

La production de truffes nécessite trois conditions essentielles :

Un terrain argilo-calcaire, rocailleux et très perméable ayant une bonne exposition (sud ou sud-ouest). Un arbre. Un climat favorable (printemps et été chauds et humide, automne avec de petites plies).

La présence de truffe se décèle par le fait que l'arbre « brûle » ce qui signifie que la végétation se raréfie autour de lui, le mycélium ayant un fort pouvoir herbicide dans les sols pauvres.

Plus la truffe est mûre, plus elle est foncée, et plus son parfum est prononcé. Avant sa maturité, la truffe a une chair de couleur marron clair.

### **9.1.34.2. PRINCIPALES REGIONS PRODUCTRICES :**

**En France :** autour du Massif Central, Angoumois, Poitou, Périgord, Quercy (région de Cahors), Albigeois, Cévennes, Roussillon, Gard, Ardèche, Hérault, Basses-Alpes, Vaucluse.

Les principaux marchés français sont Gramat et Martel dans le département du Lot (Quercy) et Sarlat.

**En Espagne :** partie sud des Pyrénées (de la Catalogne à la Navarre), en vieille et Nouvelle Castille, par îlots seulement.

**En Italie :** Contrefort des Apennins et Piémont.

### **9.1.34.3. LE RAMASSAGE :**

Les truffes sont ramassées à l'aide de bêtes détectrices : autrefois la truie, Aujourd'hui le chien dressé. Il y a actuellement des chenils spéciaux réalisant l'éducation truffière des chiens.

### **9.1.34.4. PRODUCTION :**

Au début du siècle,, la production française était très importante (1000 tonnes par an). Depuis une dizaine d'année, elle s'est considérablement amenuisée, 10 tonnes pour la production de 1984/1985 et entre 15 et 20 tonnes pour celle de 1985/1986. La production est donc insuffisante, c'est pourquoi le marché français doit importer des truffes espagnoles et italiennes.

### **9.1.34.5. LES DIFFERENTES VARIETES :**

Il existe environ 35 espèces de truffes qui se distinguent grâce à l'examen microscopique de leurs spores.

Les plus utilisées sont :

- Les truffes noires, dites nobles ou truffes du Périgord.
- Les truffes blanches du Piémont.

Truffes noires du Périgord et truffes blanches du Piémont ne sont pas des appellations d'origine. La truffe blanche du Piémont est encore plus chère que la truffe noire. 6111€ le Kg pour les blanches et 2900€ le Kg pour les noires au 12/09/2006.

Les truffes appartiennent au genre « tuber » dont une trentaine sont comestibles.

Les truffes noires « tuber melanosporum » et « tuber brumale » à chair foncée allant au noir profond lorsqu'elles sont mûres (variété d'hivers).

Les truffes blanches « tuber magnatum » très appréciées en Italie.

Toutes les autres variétés de Tuber ne sont pas des truffes et ne présentent aucun intérêt gastronomique. Les truffes blanches d'été correspondent à l'espèce « tuber estivum » ou « tuber incinatum » qui n'ont qu'un vague goût de champignon.

#### **9.1.34.6. PREPARATIONS PRELIMINAIRES ET COMMERCIALISATION :**

Les truffes fraîches sont pesées, reconnues et triées (grosses, petites, morceaux), puis entreposées à 5°C. le moins longtemps possible. Elles sont ensuite trempées pour dissoudre la terre et brossées avec de l'eau sous pression. Les différentes qualité sont à nouveau triées. Elles sont commercialisées sous deux formes :

- Soit fraîches dans de petits paniers entre la fin décembre et le mois de mars.
- Soit appertisées. La cuisson leur faisant perdre environ 25 % de leur poids, les truffes vendues en bocaux ou en boîtes peuvent se présenter de la façon suivante :
  - ✓ Cuites avant conditionnement et appertisées sous vide, le poids doit être indiqué sur l'étiquette : dans ce cas le jus de truffes fait l'objet d'une commercialisation à part.
  - ✓ Cuites dans le conditionnement pendant l'appertisation (truffes de 1<sup>ère</sup> cuisson). Le jus reste dans la boîte, mais le poids de la truffe ne peut être garanti exactement. Ce type de présentation ne peut être vendu qu'aux professionnels.

DESIGNATION	MATIERE PREMIERE	PRESENTATION
TRUFFES « SURCHOIX » PELEES OU BROSSEES	Truffes mûres à chair fermes noires	Entières, de tailles et couleur uniformes, sensiblement rondes
TRUFFES « EXTRA » PELEES OU BROSSEES	Truffes mûres à chair fermes plus ou moins noires	Entières, légèrement irrégulières
TRUFFES « 1 <sup>er</sup> CHOIX » PELEES OU BROSSEES	Truffes à chair plus ou moins ferme, dont la couleur peut être relativement claires. La présence de truffes grises est tolérées.	Entières, irrégulières, plus ou moins écorchées.
MORCEAUX DE TRUFFES	Morceaux de truffes pouvant être plus ou moins foncées	0,5 cm d'épaisseur minimum
PELURES DE TRUFFES	Bandelettes provenant du pelage des truffes et pouvant être de couleur homogène	30 % de brisures maximum

**9.134.7 UTILISATION :**

Les truffes sont des produits très précieux dont les arômes sont particulièrement volatiles. Le souci majeur de l'utilisateur doit être d'éviter qu'ils ne puissent s'échapper. Les préparations « en pâte », « sous la cendre », en papillote, la technique consistant à les cuire dans une cocotte hermétiquement fermée (lutée) leur sont favorables.

Par ailleurs, les arômes des truffes sont également solubles dans les graisses (il est parfois nécessaire de dégraisser les préparations, où elles sont ajoutées lorsque les parties grasses ne sont pas consommées).

***Exemples de préparations à base de truffes dont la cuisson est réalisée dans une cocotte lutée ou en pâte :***

- Truffes en timbale au champagne, au Porto, au Sherry, au Madère
- Faisan, poularde, timbale de ris de veau.
- Foie gras aux truffes ou Souvaroff.
- Foie gras en caisse, en cocotte, coq en pâte.
- Foie gras en brioche, périgourdine.
- Feuilleté aux truffes sauce madère, etc.

***Truffes utilisées en tant que garnitures :***

➤ **En lamelles :** Garniture Waleska, volailles poêlées ou pochées et contisées aux truffes (poularde demi-deuil, Albuféra), pommes salardaises, sole normande, etc.

➤ **En bâtonnets et julienne :** Volailles, poissons ou ris de veau cloutés aux truffes.

Garnitures Zingara, Talleyrand, Milanaise, Piémontaise (truffes blanches), etc.

➤ **En brunoise :** Pâtés, terrine, galantines, boudin blanc.

Sauce Périgueux, périgourdine, beurre de truffes.

Omelettes, œufs brouillés aux truffes, pommes Berny, etc.

Il est nécessaire de bien écraser la brunoise de truffes dans la sauce ou la préparation. Les arômes essentiels contenus dans les « asques » sont ainsi plus facilement libérés.

➤ **Tournées en olives :** Tournedos Rossini, timbale de truffes à la crème, etc.

➤ **Motifs de décor :** Les arômes s'altèrent très vite à l'air et il faut éviter le dessèchement. Réserver les éléments de décor dans un mélange de Cognac ou d'Armanac, de Porto ou de Madère, ou de fonds brun de veau, puis lustrer à la élée.

➤ **Jus de truffes :** Le jus de truffes est très utilisé pour les déglaçages :

- ✓ Aiguillettes de caneton au jus de truffes.
- ✓ Suprême de poule faisane au jus de truffes.
- ✓ Vinaigrette au jus de truffes, etc.

➤ **Mention « truffés » :** Les produits commercialisés avec la mention « truffé » doivent contenir un pourcentage minimum de 3 % de truffe (pourcentage beaucoup trop faible pour garantir une bonne aromatisation !).

Si le pourcentage est inférieur à 3 %, le consommateur doit en être averti par une mention telle que « X pour cent de truffes ». Les expressions « truffé » et « aromatisé aux truffes » sont synonymes.

## 9.2. LA CUISSON DES LEGUMES FRAIS :

### 9.2.1. CUISSON A L'ANGLAISE :

#### RÈGLE GÉNÉRALE : EAU BOUILLANTE SALEE :

#### → CUISSON PAR CONCENTRATION :

La brusque immersion dans le liquide bouillant présente plusieurs avantages :

- elle accélère le temps de cuisson.
- elle préserve la couleur verte des légumes riches en chlorophylle.
- elle précipite une partie du calcaire de l'eau, en l'empêchant ainsi de se combiner avec le sel, les pectines ou les légumineuses et de durcir ainsi le végétal.
- elle préserve la teneur vitaminique (en détruisant les oxydases) et les sels minéraux.

#### 9.2.1.1. LES LÉGUMES VERTS :

Tous les légumes verts se cuisent à l'**eau bouillante salée** et à **découvert**.

La cuisson dans l'**eau bouillante** salée permet d'inactiver immédiatement les enzymes responsables du jaunissement des légumes . De plus, **la cuisson à découvert** a pour but de conserver les légumes le plus vert possible,. Sans couvercle, le gaz carbonique (acidifiant) peut s'échapper et rend donc le milieu plus basique. Dans ce but d'ailleurs, certains professionnels ajoutent une pincée de bicarbonate de soude afin de rendre celui-ci moins acide. La chlorophylle a besoin d'oxygène pour se " fixer " et dès lors, le légume bénéficiera de plus d'air si on ne place pas de couvercle.

Le temps de cuisson dépend des légumes, il est toutefois à noter que la tendance actuelle demande une cuisson moins longue et que la clientèle exige d'avoir après cuisson, des légumes encore légèrement croquants, cuisson que pour les pâtes on appelle " al dente ".

Ne pas oublier que les légumes verts une fois cuits et rafraîchis ont souvent une deuxième cuisson, soit au beurre, crème ou autre et que dès lors, la première cuisson à l'anglaise doit être plus courte.

#### Technique :

1. Faire bouillir une casserole d'eau salée en rapport avec la quantité de légumes à cuire.
2. Plonger les légumes préalablement lavés et égouttés dans la cuisson en ébullition. **Ne pas couvrir.**
3. Sitôt cuit, rafraîchir **et non égoutter dans une passoire.**

**N.B. :** Pour rafraîchir :

- Soit plonger les légumes dans l'eau glacée à l'aide d'une écumoire.
- Soit mettre la casserole dans l'évier et faire couler froide de façon continue jusqu'à complet refroidissement, les égoutter ensuite soigneusement dans une passoire.

### 9.2.1.2. LES LÉGUMES BLANCS :

#### REGLE GENERALE : EAU BOUILLANTE SALÉE MAIS AVEC COUVERCLE, donc à couvert.

Cependant, dans le cas des légumes blancs, il existe trois cuissons distinctes :

- la cuisson à l'anglaise simple,
- la cuisson à l'anglaise à blanc,
- la cuisson à l'anglaise dans un blanc.

#### 9.2.1.2.1. LA CUISSON DES LÉGUMES À L'ANGLAISE SIMPLE :

##### EXEMPLE : ASPERGES, CHOU-FLEUR...

Afin de conserver le légume le plus blanc possible, la cuisson des légumes s'effectuera bien sûr à l'eau bouillante salée mais à couvert afin de ne pas permettre au gaz carbonique de s'échapper et de conserver un milieu acide, car les flavones (pigments jaunes) deviennent plus claires en milieu acide et plus foncées en milieu basique. L'utilisation d'un jus de citron lors de la cuisson n'est donc pas à exclure.

##### Technique :

1. Faire bouillir une casserole d'eau salée en rapport avec la quantité de légumes à cuire.
2. Plonger les légumes préalablement lavés et égouttés dans la cuisson en ébullition. **Couvrir d'un couvercle.**
3. Sitôt cuits, rafraîchir **et non égoutter dans une passoire.**
4. Pour rafraîchir, voir ci-dessus.

#### 9.2.1.2.2. LA CUISSON DES LÉGUMES À L'ANGLAISE À BLANC :

##### EXEMPLE : CHAMPIGNONS.

Le champignon par exemple est un légume qui s'oxyde relativement vite et pour les raisons exposées ci-dessus et pour protéger le légume en cours de cuisson, non seulement on ajoutera à la cuisson du jus de citron, ce qui limitera l'oxydation, mais on mettra en plus une noix de beurre qui formera un isolant, la pose d'un papier beurré et d'une assiette sur les champignons permettra à ceux-ci d'être complètement dans le liquide de cuisson. Le tout bien entendu sera recouvert d'un couvercle.

##### Technique :

1. Prendre une casserole de grandeur appropriée avec la quantité de légumes à cuire, y mettre un **fond** d'eau, une noix de beurre, sel, poivre et faire bouillir.
2. Prendre les champignons préalablement lavés et taillés si besoin et les plonger dans la **cuisson bouillante.**



3. Disposer un papier préalablement beurré et une assiette sur les champignons.
4. Recouvrir la casserole d'un couvercle et faire cuire à plein feu.
5. Les champignons étant cuits, les égoutter, **ne pas jeter le jus de cuisson restant** mais le conserver car il rentre dans une multitude de préparations.  
**N.B. :** le champignon contient énormément d'eau de végétation qui se libère à la cuisson, c'est pourquoi, afin de concentrer cette dernière et de ne pas disperser inutilement le goût du champignon, un fond d'eau suffit largement.

### 9.2.1.2.3. LA CUISSON DES LÉGUMES À L'ANGLAISE DANS UN BLANC :

#### EXEMPLE. : SALSIFIS, ARTICHAUTS (FOND)...

Pour les mêmes raisons que ci-dessus, certains légumes qui s'oxydent très vite seront protégés de l'oxydation par de la farine et du jus de citron ainsi que par un filet d'huile ou un morceau de beurre.

#### Technique :

1. Prendre une casserole de grandeur appropriée avec la quantité de légumes à cuire et y mettre de l'eau froide.
2. Délayer correctement dans celle-ci une cuillerée de farine. Saler.
3. Ajouter du jus de citron (vinaigre ?), un filet d'huile (beurre) et amener à ébullition.
4. Égoutter les légumes mis préalablement dans l'eau acidulée et les plonger dans la **cuisson bouillante**.
5. **Les légumes étant cuits, les rafraîchir suivant méthode(s) décrite(s) ci-dessus.**

### 9.2.2. CUISSON A LA VAPEUR :

#### **➔ CUISSON PAR CONCENTRATION**

Cuire à la vapeur, c'est soumettre un aliment à l'action de la vapeur d'eau chaude de façon à ce que la chaleur dégagée par cette vapeur permette de réaliser la cuisson de cet aliment.

Cette technique de cuisson s'applique principalement à tous les aliments traditionnellement pochés ou cuits à l'anglaise.

#### Matériel à utiliser :

- Marmites à pommes vapeur
- Couscoussier (de préférence en inoxydable)
- Marmites et cuiseurs à circulation de vapeur (autoclave)
- Cuiseur vapeur « sans pression » appelé aussi « à chaleur fluante »
- Cuiseur vapeur « haute pression »

#### Avantages de cette cuisson :

- La cuisson est plus rapide.
- Le phénomène d'osmose est limité, les légumes sont plus sapidés.
- La cuisson à la vapeur respecte bien le goût des légumes, mais il est néanmoins indispensable de blanchir dans une grande quantité d'eau les légumes frais dont l'odeur est particulièrement prononcée (choux et certains légumes d'arrière saison)

**Désavantages :**

- Si on utilise un four vapeur, risque de sur cuisson des légumes.
- L'assaisonnement est plus délicat car il doit se faire directement sur le légume.
- L'utilisation d'un four vapeur à basse pression ne permet pas de donner une couleur franche aux légumes verts. (manque d'oxygène).
- La cuisson dans une enceinte « haute pression » raccourci considérablement le temps de cuisson des légumes (température plus élevée) et celle-ci est difficilement contrôlable.

**Technique :**

1. Mettre de l'eau dans la marmite vapeur, amener à ébullition et munir d'un couvercle.
2. Disposer les légumes dans le panier du cuiseur vapeur, assaisonner.
3. Placer le panier sur la marmite et faire cuire
4. Rafraîchir sous un courant d'eau froide sitôt les légumes cuits.

### **9.2.3. CUISSON DES LEGUMES GLACES :**

#### **→ CUISSON PAR EXPANSION**

Les légumes glacés apportent toujours une saveur sucrée à la préparation qu'ils accompagnent ; cependant on peut également servir certains légumes tels navets, carottes tournés en garniture comme par exemple dans la bouquetière. On distinguera aussi le glaçage à blanc du glaçage à brun, le traitement est identique et seule la réduction du jus de cuisson jusqu'au caramel fera la différence.

**Technique :**

1. Tourner ou non les légumes suivant la forme désirée.
2. Les ranger dans un plat à sauter sans si possible les superposer.
3. Mouiller d'eau à hauteur et saler.
4. Ajouter le beurre et le sucre qui sont les éléments qui permettront le glaçage.
5. Couvrir d'un papier beurré et d'un couvercle.
6. Faire cuire presque jusqu'à cuisson complète.
7. Enlever le couvercle et le papier.
8. Faire réduire à glace (au caramel si glaçage à brun).
9. Rouler les légumes dans le sirop qui s'est formé dans le fond de l'ustensile.

**N.B. :** on peut noter que la cuisson s'effectue parallèlement avec l'évaporation de l'eau. Attention à la quantité de sucre, celle-ci doit être modérée.

## 9.2.4. CUISSON DES LEGUMES POCHEES - CUISSON DES LÉGUMES SECS :

### ➔ CUISSON PAR EXPANSION

Définition : Pocher, c'est cuire un aliment par immersion dans un liquide (eau, fonds, fumet, court-bouillon, lait, sirop)

Cette technique de cuisson s'applique à tous les aliments, seuls les liquides et la durée de cuisson varient en fonction du produit à traiter.

La température de mise en cuisson permet de distinguer deux types de pochage :

#### ➤ **Départ de la cuisson dans un liquide bouillant.**

Ce dernier pour les légumes vient d'être vu ci avant et porte le nom de cuisson à l'anglaise.

#### ➤ **Départ de la cuisson dans un liquide froid.**

La technique de cuisson des légumes secs peut donc se classer dans ce type de cuisson.

#### Classification des légumes secs:

- Les haricots et les lentilles.
- Les pois cassés.

#### Remarques :

Les légumes secs de l'année sont préférables.

C'est un mauvais procédé que de tremper les légumes secs. S'ils sont de l'année et de bonne qualité, il suffit de les marquer à l'eau froide et de ne les amener que très lentement à ébullition. On les écume alors, on les garnit, puis on les laisse cuire très doucement à couvert.

Si on se trouve en présence de légumes trop vieux ou de qualité inférieure, on peut les tremper mais à la condition de ne les laisser que le temps strictement nécessaire pour les gonfler, soit une heure et demie à deux heures.

Le trempage prolongé pendant plusieurs heures peut provoquer un début de fermentation, les éléments constitutifs du légume s'altèrent et même occasionner des indispositions.

#### Technique :

1. Les légumes secs seront toujours triés et mis à tremper si nécessaire.
2. Après avoir changé l'eau, et les avoir lavés, les placer dans une casserole et les mouiller largement d'eau froide.
3. Amener lentement à ébullition et écumer très souvent.
4. Après écumage complet, ajouter les éléments aromatiques.
5. La cuisson se fera à couvert et le temps sera fonction de la qualité du légume employé.

6. Après cuisson, égoutter si besoin.

Ne saler qu'en fin de cuisson, car le sel a tendance à durcir les légumes secs.

### **9.2.5. CUISSON DES LEGUMES RÔTIS :**

#### **→ CUISSON PAR CONCENTRATION**

**Définition :** Rôtir, c'est soumettre un aliment à l'action de la chaleur sèche produite par un four ou une rôtissoire.

Pour les légumes, on ne pense qu'aux grosses pommes de terre (version actualisée des légumes sous la cendre)

Pour ce faire, voir point 5.2.3.2.

### **9.2.6. CUISSON DES LEGUMES GRILLES :**

#### **→ CUISSON PAR CONCENTRATION**

**Définition :** Griller, c'est soumettre un aliment à l'action directe de la chaleur rayonnante ou à la chaleur par contact, c'est-à-dire, par une salamandre ou un grill.

**Types de légumes :** Champignons, tomates, épis de maïs, aubergines, courgettes.

N.B. : Certains légumes peuvent être marqués en cuisson à l'aide du grill et se terminer au four ou en cuisson sous-vide. Dans ce dernier cas, le fait de les marquer sur le grill permettra surtout de leur donner ce goût si particulier de la grillade.

#### **Technique :**

1. Nettoyer la plaque du grill à l'aide d'une brosse métallique.
2. Régler l'intensité du calorique en fonction de l'aliment.
3. Enduire les légumes à griller d'une fine couche d'huile. Celle-ci régularise la répartition de chaleur et évite à l'aliment « d'attacher » sur le grill.
4. Disposer les légumes sur le grill dans le sens de la diagonale et les quadriller en les faisant pivoter d'  $\frac{1}{4}$  de tour.
5. Les retourner et quadriller l'autre face.
6. Si besoin, terminer la cuisson au four ou sous-vide.

### **9.2.7. CUISSON DES LEGUMES SAUTES :**

#### **→ CUISSON PAR CONCENTRATION**

**Définition :** Sauter, c'est cuire un aliment à feu vif, généralement à découvert, dans une petite quantité de corps gras.

Certains légumes tels les champignons, se cuisent tout simplement " sautés ". Pour ce faire, il suffit de les déposer dans la matière grasse bien chaude et de les cuire rapidement, assaisonner de sel et de poivre.

Les pommes de terre sautées crues, blanchies, rissolées, château, etc. (voir chapitre des pommes de terre).

Les légumes ou les champignons sautés à l'huile ou au beurre avec des plantes aromatiques, c'est l'odeur des prés et des bois. On les sert comme garniture ou seuls, quand on y ajoute un peu de lard, jambon ou crème.

C'est de la cuisine française que s'inspire cette façon de faire " sauter " les légumes, c'est-à-dire de leur faire prendre couleur en secouant continuellement la poêle, jusqu'à ce que le tout soit bien doré.

On cuit de cette façon : aubergines, pousses de soja, courgettes, etc....

**Technique :**

1. Choisir un récipient de grandeur appropriée et une matière grasse bien adaptée à la cuisson (risque de décomposition à température élevée). Le mélange beurre clarifié + huile est celui présentant les meilleures garanties et le meilleur résultat.
2. Certains légumes, telle la courgette, se farine, c'est le cas de tous les légumes fort humides.
3. Déposer les légumes à cuire dans la matière grasse bien chaude.
4. Assaisonner en fin de cuisson de façon à ne pas faire ressortir l'eau de végétation.

**9.2.8. CUISSON DES LEGUMES FRITS :**

**➔ CUISSON PAR CONCENTRATION**

**Définition :** Frire, c'est cuire un aliment entièrement ou terminer sa cuisson par immersion dans un corps gras porté à haute température.

**Sauf :** la première cuisson des pommes de terre dans la matière grasse qui se dit **pochage.**

Les préparations de légumes cuits en friture les plus connues sont sans aucun doute la pomme de terre et le persil.

La cuisson en friture étant relativement rapide, seuls les légumes cuisant rapidement ou taillés finement peuvent être traités de cette façon.

Certains professionnels par exemple cuisent le céleri rave taillé comme les pommes frites ou les betteraves coupées en chips.

Certains légumes sont enrobés de pâte à frire ou de farine avant d'être cuits en friture (beignets ou fritots de champignons, courgettes, oignons, choux—fleur, etc.)

Il est parfois utile de faire subir une cuisson préalable au légume avant de le traiter en fritots, car le temps de passage en friture ne permet pas une cuisson satisfaisante.

**Technique :**

1. Déterminer et régler la température de bain de cuisson, (attention, si la température de la friture n'est pas assez élevée, l'aliment s'imprègne de graisse et devient indigeste.)
2. Eponger soigneusement le légume à traiter.

3. Assaisonner et éventuellement les enrober, en fonction de leur teneur en amidon, de leur richesse en eau, de la nature et de l'appellation de la préparation (lait/farine, bière /farine, farine/œuf/mie de pain, pâte à frire, pâte à crêpes, etc)
4. Mettre les légumes dans la friture par petites quantités, selon la grandeur du bain de friture employé. (Une quantité trop importante d'aliment fait baisser la t° de la graisse avec tous ses désagréments).
5. Egoutter soigneusement sur du papier absorbant.
6. Saler.

## **9.2.9. LA LIAISON ET LA CUISSON SIMULTANÉE DES LÉGUMES :**

### **9.2.9.1. LIAISON SIMPLE :**

#### **9.2.9.1.1. LIAISON SIMPLE, AU BEURRE :**

Une fois cuits à l'anglaise, afin de révéler certains arômes, il est nécessaire de les passer au beurre, ce procédé permet également de les réchauffer et de leur donner un aspect brillant.

#### **Technique :**

1. Faire tomber une échalote à blanc (facultatif).
2. Ajouter le légume cuit à l'anglaise et bien égoutté.
3. Faire sécher sans toutefois laisser colorer.
4. Assaisonner et compléter par une noix de beurre au départ.

**N.B. :** certains légumes, (ex. : brocolis) s'accommodent très bien en place d'une échalote, d'une pincée d'amandes en poudre.

#### **9.2.9.1.2. LIAISON PARTICULIÈRE – LES ÉPINARDS :**

Les épinards présentent la particularité de se traiter différemment des autres légumes lorsqu'ils ont été préalablement blanchis.

#### **Technique :**

1. Concasser les épinards blanchis.
2. Faire chauffer le beurre jusqu'à coloration noisette.
3. Y déposer les épinards et les assaisonner de sel, poivre et un peu de muscade.
4. Chauffer doucement en remuant. Ne pas faire rissoler.

**N.B. :** cette façon de passer les épinards au beurre noisette est particulière à ce légume et en améliore considérablement le goût.

### **9.2.9.2. LIAISON ET CUISSON SIMULTANÉE AU BEURRE :**

#### **→ CUISSON PAR EXPANSION**

La cuisson des petits pois “ à la française ” est l'exemple type d'une cuisson et liaison simultanée des légumes au beurre.

#### **Proportions pour 4 couverts :**

400 gr de petits pois fraîchement écosés.

150 petits oignons primeurs tendres.

½ laitue.

Queues de persil.

Sel.

75 gr de beurre.

2 morceaux de sucre.

Persil haché.

#### **Technique :**

1. Réunir les petits pois, les oignons, la chiffonnade de laitue, sel, sucre, les queues de persil ciselées, le beurre et mélanger le tout à la main. Tenir au frais.
2. Au moment de les cuire, ajouter un fond d'eau.
3. Bien faire cuire tout doucement à couvert.
4. Au moment de servir, retirer les queues de persil, rectifier l'assaisonnement et achever la liaison avec une bonne noix de beurre. Dresser et parsemer de persil fraîchement haché.

**N.B. :** pour les petits pois surgelés, y mélanger tous les éléments sans les décongeler préalablement.

Dans cette préparation, il s'agit de petits oignons primeurs très tendres, la cuisson est donc simultanée à celles des petits pois frais.

Hors saison : les petits pois surgelés cuisent plus vite, les oignons sont alors coupés en quartiers, effeuillés afin que leur cuisson s'effectue parallèlement à celle des petits pois.

### **9.2.9.3. LIAISON ET CUISSON SIMULTANÉE À LA CRÈME :**

Liaison simple à la crème : Les légumes traités de cette façon doivent être tenus un peu fermes à la cuisson (anglaise) et égouttés à fond. Ils sont placés dans une casserole avec assez de crème fraîche bouillante pour les baigner, sans cependant les couvrir entièrement. On laisse réduire la crème en vannant doucement. La crème étant presque réduite, compléter avec une noix de beurre et le cas échéant, un filet de jus de citron.

Lors de quantités importantes de légumes à traiter, il est évident, afin de réduire le coût, de remplacer la crème par une béchamel claire. Rectifier l'assaisonnement avant expédition.

EXEMPLE : CAROTTES CRÈME.Technique :

1. Tourner ou couper les carottes suivant la forme désirée.
2. Mouiller d'eau froide à peine à hauteur.
3. Ajouter une noix de beurre, une pincée de sucre, saler.
4. Cuire à découvert jusqu'à évaporation complète du liquide, ce qui correspond à la cuisson à  $\frac{3}{4}$  du légume.
5. Crémiser et achever la cuisson des légumes, celle-ci doit marcher de pair avec la réduction de la crème.

**N.B. :** si la crème réduit trop fort, elle se dissocie, il suffit d'y ajouter un filet d'eau pour lui rendre son aspect onctueux.

Comme dans le cas précédent, dans le cas de quantités importantes, on peut ajouter en même temps que la crème une béchamel légère.

9.2.9.4. CUISSON ET LIAISONS DES LEGUMES EN ETUVEE :

Potées, étuvées, ratatouille, ratas, stoemp(f), toutes ces appellations qui varient suivant les régions ne désignent finalement qu'une même préparation, solide, semi-liquide ou même presque liquide. Celle-ci consiste à associer des pommes de terre fortement cuites (voir même réduite en purée) et un ou plusieurs autre(s) légume(s). On pourrait même penser que cette façon d'accommoder les légumes dérive directement, même que les ragoûts, des grosses soupes d'autrefois, où ces légumes associés à de la viande et/ou un féculent constituait un seul et même plat.

Les étuvées, potées ou autres ratatouilles ont le même traitement, le légume d'appellation seul change, et suivant sa variété, (ex. : les choux) subira un blanchiment avant traitement.

Technique :

1. Faire fondre les lardons préalablement blanchis dans de la matière grasse.
2. Dans la graisse des lardons, faire suer des oignons émincés.
3. Ajouter le légume d'appellation (cru ou blanchi).
4. Mouiller à hauteur et ajouter bouquet garni (+ ail par exemple lorsque le légume d'appellation est du chou).
5. Ajouter pommes de terre coupées en quartiers, saler, couvrir et faire cuire.
6. Au terme de la cuisson, mélanger le tout. Les pommes de terre se cassent et absorbent le jus de cuisson restant.

**N.B. :** Comme toutes les étuvées, elle doit rester moelleuse, c'est-à-dire ni trop sèche, ni trop liquide, d'où l'importance du mouillement au départ.

Il convient de ne pas mélanger en début de cuisson, de façon à laisser le légume d'appellation dans le fond de l'ustensile et d'en faciliter ainsi la cuisson.

L'excès de mouillement peut être corrigé en cours de cuisson en facilitant l'évaporation, soit en accélérant l'ébullition, soit en réalisant la cuisson à découvert. L'élément de mouillement peut être de l'eau ou du fonds blanc.

La matière grasse peut être du saindoux, du beurre ou de la margarine.



### **9.2.9.5. LES LÉGUMES BRAISÉS :**

Ces légumes sont préalablement blanchis ou saisis, parés et déposés dans une casserole bardée, foncée comme pour braisage et recouverts de bardes. Après les avoir fait légèrement suer, les mouiller avec fonds blanc ou brun suivant la recette; la casserole est ensuite couverte et la cuisson achevée au four à chaleur modérée.

Après la cuisson, les légumes sont égouttés, parés selon la forme qui leur convient, tenus au chaud dans un sautoir, avec le fonds dégraissé et réduit, s'ils doivent être servis immédiatement. S'ils sont apprêtés à l'avance, on les débarrasse en plats avec leur cuisson passée dessus bouillante. Ils sont tenus en réserve, couverts d'un papier beurré.

Leur sauce sera constituée par le fond de braisage réduit et bien dégraissé, complété en certains cas par une addition de glace de viande et, en d'autres, par une addition relative de sauce demi glace. Dans un cas comme dans l'autre, la sauce est montée au beurre afin de l'obtenir bien moelleuse et additionnée au besoin de gouttes de jus de citron.

#### **Technique :**

1. Parer, saisir ou blanchir les légumes.
2. Les ranger dans une braisière foncée de bardes et faire suer.
3. Mouiller avec fonds à hauteur et amener à ébullition sans couvercle.  
Recouvrir de couennes et mettre au four.
4. Égoutter, tenir au chaud et faire réduire fond de braisage.
5. Compléter avec glace de viande ou demi glace.
6. Monter au beurre et glacer éventuellement à la salamandre.

### **9.2.9.6. PRÉPARATION DES LÉGUMES “ À LA GRECQUE ” :**

#### **EXEMPLE : LES CHAMPIGNONS**

**Ingrédients :**

500 gr de petits champignons  
 12 petits oignons grelots.  
 ¼ L de vin blanc sec.  
 3 à 4 C. à pot. huile d'olive.  
 2 C. à pot. C.C. tomates.  
 1 feuille de laurier.  
 1 brindille de thym.  
 1 branche de fenouil.  
 Sel, poivre.  
 Coriandre moulue.  
 1 dl d'eau.

#### **Technique :**

1. Laver rapidement les champignons.

2. Faire chauffer l'huile à feu doux, ainsi que l'eau, vin blanc et le concentré.
3. Ajouter oignons, thym, laurier et coriandre.
4. A mi-cuisson des oignons, ajouter les champignons et assaisonner sel et poivre, cuire environ 20 minutes.
5. Laisser refroidir dans la cuisson.

### EXEMPLE : LE CHOU-FLEUR

**Ingrédients :**

pour 1 chou-fleur  
2,5dl vin blanc sec.  
1dl d'eau.  
1 jus de citron.  
3 à 4 C. à pot. huile d'olive  
1 feuille de laurier.  
1 brindille de thym.  
1 branche de fenouil.  
Sel, poivre en grains.  
Coriandre moulue.

### **Technique :**

1. Défaire le chou-fleur en petits bouquets.
2. Les laver, les blanchir à l'eau bouillante salée.
3. A la première ébullition, rafraîchir et égoutter.
4. Mettre tous les ingrédients dans une casserole et faire bouillir quelques minutes.
5. Ajouter les petits bouquets de chou-fleur et faire bouillir quelques minutes à petit feu.
6. Au terme de la cuisson, laisser refroidir dans celle-ci. La quantité de mouillement peut varier suivant la grosseur du chou-fleur. Le liquide doit à peine couvrir les légumes.

### **Remarques :**

Ces deux préparations sont différentes, car une est tomate, tandis que l'autre ne l'est pas. L'assaisonnement particulier des " grecques " est caractérisé par le coriandre.

D'autres légumes, tels fenouil, courgettes, blancs de poireaux, pieds de céleri, artichauts,... peuvent s'accommoder suivant ces préparations.

## **9.2.10. CUISSON DES LÉGUMES SURGELÉS :**

Les légumes surgelés s'utilisent en principe comme les légumes frais. Aucune décongélation n'est requise.

En général, tous les légumes de conserves ou de semi-conserves ont leur notice explicative et le mieux est de s'en remettre à celle-ci.

**9.2.11. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES LEGUMES :**  
**9.2.11.1. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES LEGUMES A L'ANGLAISE :**

<b>LEGUMES VERTS</b>	<b>LEGUMES BLANCS</b>		
	<u>CUISSON SIMPLE</u>	<u>CUISSON A BLANC</u>	<u>CUISSON DANS UN BLANC</u>
<u>CUISSON A DECOUVERT</u>	<u>CUISSON A COUVERT</u>		
Eau bouillante salée (à volonté)  <b>Sans couvercle</b>   <u>APRÈS CUISSON,</u> <u>RAFRAÎCHIR</u>	<u>EAU BOUILLANTE SALEE</u>  + <b>couvercle</b>   <u>APRES CUISSON,</u> <u>RAFRAICHIR</u>	<u>EAU BOUILLANTE SALEE</u> (fond = 1mm d'eau) + Jus de citron, sel, poivre + Noix de beurre + Papier beurré + Assiette + <b>Couvercle</b>  <u>CONSERVER JUS DE</u> <u>CUISSON</u>	<u>EAU BOUILLANTE SALEE</u> (à volonté) + Jus de citron, sel, poivre + Farine délayée + Huile + <b>Couvercle</b>  <u>APRÈS CUISSON,</u> <u>RAFRAÎCHIR</u>

**9.2.11.2. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES LEGUMES A LA VAPEUR, GLACES ET POUCHES :**

LEGUMES A LA VAPEUR	LEGUMES POUCHES	LEGUMES GLACES
<div data-bbox="168 268 712 375" style="border: 3px double black; padding: 5px; text-align: center;"> <p><b>TOUS LES LEGUMES SAUF : LEGUMES SECS</b></p> </div> <div data-bbox="264 427 593 486" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Peler, tourner, laver.</p> </div> <div data-bbox="264 545 600 667" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Disposer les légumes dans le panier percé du cuiseur vapeur, les assaisonner</p> </div> <div data-bbox="264 742 586 896" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Placer le panier sur la marmite ad hoc. Couvrir <b>SAUF LEGUMES VERTS.</b></p> </div> <div data-bbox="250 970 577 1098" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p><b>RAFRAÎCHIR</b> Sous ou dans eau glacée Egoutter</p> </div>	<div data-bbox="833 268 1422 375" style="border: 3px double black; padding: 5px; text-align: center;"> <p><b>UNIQUEMENT LES LEGUMES SECS</b></p> </div> <div data-bbox="958 406 1303 507" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Trier, laver, faire tremper <b>SI PAS DE L'ANNEE</b></p> </div> <div data-bbox="958 566 1303 689" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Mettre en marmite, couvrir largement d'eau froide, amener à ébullition</p> </div> <div data-bbox="945 774 1326 865" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Ecumer à fond, ajouter garniture aromatique</p> </div> <div data-bbox="967 917 1303 992" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Saler fin de cuisson</p> </div> <div data-bbox="981 1056 1281 1129" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Egoutter si besoin</p> </div>	<div data-bbox="1527 268 2139 375" style="border: 3px double black; padding: 5px; text-align: center;"> <p><b>OIGNONS GRELOTS, CAROTTES, NAVETS, ETC. (PAS LES LEGUMES VERTS)</b></p> </div> <div data-bbox="1646 406 2049 466" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Peler, tourner si nécessaire, laver</p> </div> <div data-bbox="1646 513 2042 598" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Mettre dans un sautoir sans superposer, mouiller eau, saler</p> </div> <div data-bbox="1639 683 2049 774" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Ajouter beurre et sucre, couvrir papier + couvercle, cuire</p> </div> <div data-bbox="1639 842 2049 933" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Découvrir, faire réduire à glace, (caramel si besoin)</p> </div> <div data-bbox="1639 1008 2049 1066" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Rouler les légumes dans le sirop.</p> </div>

**9.2.11.3. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES LEGUMES RÔTIS, GRILLES, SAUTES, FRITS :**

LEGUMES RÔTIS	LEGUMES GRILLES	LEGUMES SAUTES
<p data-bbox="152 272 714 392"><b>LES POMMES DE TERRE EN ROBE DES CHAMPS</b></p> <p data-bbox="176 432 663 523">BROSSER, LAVER, ROULER DANS GROS SEL</p> <p data-bbox="176 600 656 668">METTRE SUR PLAQUE AU FOUR</p> <p data-bbox="170 743 656 831">APRES CUISSON,ROULER DANS ESSUIE POUR ENLEVER SEL</p>	<p data-bbox="824 272 1386 421"><b>CHAMPIGNONS, TOMATES, AUBERGINES, COURGETTES, MAÏS, ETC.</b></p> <p data-bbox="844 469 1368 560">LAVER, ESSUYER, ASSAISONNER, HUILER LEGEREMENT</p> <p data-bbox="844 600 1375 660">QUADRILLER SUR GRILL</p> <p data-bbox="835 743 1088 906">ACHEVER AU FOUR SI NECESSAIRE.</p> <p data-bbox="1133 743 1384 927">METTRE SOUS-VIDE ET ACHEVER CUISSON FOUR VAPEUR</p>	<p data-bbox="1525 280 2087 451"><b>LES P.D.TERRE (blanchies au préalable), CHAMPIGNONS, AUBERGINES, COURGETTES, POUSES DE SOJA, ETC.</b></p> <p data-bbox="1525 501 2080 592">PELER, TOURNER, LAVER, BLANCHIR SI NECESSAIRE</p> <p data-bbox="1518 676 2096 730">FARINER SI LEGUME FORT HUMIDE</p> <p data-bbox="1534 799 2087 914">DISPOSER DANS MATIERE GRASSE BIEN CHAUDE, COLORER, ASSAISONNER FIN DE CUISSON</p>

+

LEGUMES FRITS	
<b>A) POMMES DE TERRE (VOIR Pt 5.2.6.5)</b>	<b>B) PETITS LEGUMES OU LEGUMES TAILLES FINEMENT</b>
	EPONGER, ASSAISONNER, ENROBER (SI NECESSAIRE ET SUIVANT APPELLATION), PLONGER EN FRITURE
	EPONGER, SALER

**9.2.11.4. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA LIAISON ET DE LA CUISSON SIMULTANEE DES LEGUMES :****9.2.11.4.1. LIAISON SIMPLE – LIAISON ET CUISSON A LA CREME :**

<b>LIAISON SIMPLE</b>		<b>LIAISON ET CUISSON SIMULTANEE</b>	
<b>LIAISON SIMPLE AU BEURRE</b>	<b>LIAISON PARTICULIERE AU BEURRE</b>	<b>LIAISON ET CUISSON AU BEURRE</b>	<b>LIAISON ET CUISSON A LA CREME</b>
<p>CUIRE LES LEGUMES A L'ANGLAISE, EGOUTTER</p>	<p>BLANCHIR (CUISSON INCOMPLETE), RAFRÂCHIR, PRESSER, CONCASSER EPINARDS</p>	<p><b>LES PETITS POIS</b> « A LA FRANÇAISE »</p>	<p>Peler, Tourner, Laver</p>
<p>METTRE BEURRE FRAIS DANS UNE CASSEROLE, FAIRE TOMBER ECHALOTE A BLANC (Facultatif)</p>	<p>FAIRE CHAUFFER BEURRE COLORATION NOISETTE</p>	<p>ECOSSER, TRIER, LAVER</p>	<p>METTRE DANS UNE RUSSE, MOILLER A HAUTEUR, CUIRE</p>
<p>AJOUTER LES LEGUMES, SECHER, ASSAISONNER, AJOUTER NOIX DE BEURRE</p>	<p>AJOUTER EPINARDS, ASSAISONNER, NE PAS RISSOLER</p>	<p>DANS UNE RUSSE, REUNIR PETITS POIS, OIGNONS, LAITUE CISELEE, SEL, SUCRE, QUEUES DE PERSIL.</p>	<p>A ¾ CUISSON AJOUTER CREME, TERMINER CUISSON DE PAIR AVEC REDUCTION, ASSAISONNER</p>
		<p>METTRE UN COUVERCLE MOILLER UN FOND D'UN D'EAU ET CUIRE ASSAISONNER</p>	

**9.2.11.4.2. LIAISON ET CUISSON SIMULTANEE – ETUVEE – BRAISES – A LA GRECQUE :**

<b>LES LEGUMES EN ETUVEE</b>	<b>LES LEGUMES BRAISES</b>	<b>LES LEGUMES A LA GRECQUE</b>
<p>PELER, TOURNER, LAVER BLANCHIR (suivant légumes employés)</p>	<p>PELER, TOURNER, LAVER, SAISIR OU BLANCHIR LES LEGUMES</p>	<p>PELER, LAVER, TAILLER, BLANCHIR SUIVANT LEGUME</p>
<p>BLANCHIR LARDONS</p>	<p>FONCER BAISIÈRE AVEC BARDES, AJOUTER LEGUMES ET FAIRE SUER</p>	<p>FAIRE CHAUFFER HUILE, EAU, VIN BLANC, CONCENTRE TOMATE ??</p>
<p>FAIRE FONDRE LARDONS</p>	<p>MOILLER AVEC FONDS, RECOUVRIR AVEC COUENNES, AMENER ABULLITION, COUVRIR, CUIRE FOUR</p>	<p>AJOUTER OIGNONS, THYM, LAURIER, CORIANDRE, FENOUIL CUIRE</p>
<p>SUER OIGNONS</p>	<p>CUISSON TERMINEE, EGOUTTER, REDUIRE FONDS BRAISAGE</p>	<p>AJOUTER LEGUME APPELLATION CUIRE , FAIRE REFROIDIR</p>
<p>AJOUTER LEGUMES APPELLATIONS</p>	<p>COMPLETER GLACE VIANDE OU ½ GLACE MONTER AU BEURRE – GLACER SALAMANDRE</p>	
<p>MOILLER A HAUTEUR + BOUQUET GARNI (AIL ?)</p>		
<p>AJOUTER POMMES DE TERRE CUIRE</p>		
<p>FIN DE CUISSON = ETUVEE MËLLEUSE</p>		

## 9.3. LES SALADES DIVERSES :

On pourrait écrire des livres entiers sur les salades sans arriver à les décrire toutes. Cela commence par le choix des huiles, qui va de l'huile d'olive à l'huile de noisette, en passant par celui des vinaigres, du vinaigre de Xérès à l' "aceto balsamico" italien. On peut aussi préparer une sauce douce, plus ou moins aigre ou relevée selon les goûts. Enfin pour donner une note originale, on ajoutera un peu de fonds de sauce ou de moutarde à gros grains.

Les salades constituent un vaste champ d'expérience pour les débutants comme pour les cuisiniers les plus chevronnés.

### Classification :

Les salades peuvent être classées en deux catégories bien distinctes qui sont les salades simples et les salades composées.

### 9.3.1. LES SALADES SIMPLES :

Elles comprennent les salades vertes crues qui accompagnent (en France) toujours le rôti chaud.

#### 9.3.1.1. LES DIFFERENTES VARIETES DE SALADES :

Les principales salades peuvent être classées de la manière suivante :

- **les laitues :** laitue pommée.  
laitue batavia  
laitue romaine  
laitue à couper verte et rouge (feuille de chêne).
- **les chicorées :** chicorée frisée au feuillage fin et serré, ou large , ou bouclé.  
chicorée frisée (cornette).  
chicorée witloof de Bruxelles (endive, chicon) .  
chicorée sauvage : pain de sucre, barbe de capucin, rouge de Vérone (Trévis).
- **les mâches :** à longues feuilles, rondes, en coquille,.....
- **le pissenlit :** sauvage ou de culture.
- **le mesclun :** mélange de salades à couper au stade du jeune plant (chicorée sauvage, chicorée frisée, cerfeuil commun, cresson de jardin, mâche à petites ou grandes feuilles, laitues diverses).



Le calibre des laitues correspond au poids minimal en grammes de la pièce lié à la catégorie. Le poids moyen d'une laitue est de 0,250 à 0,300 Kg.

L'unité de facturation est la pièce, le kilogramme ou la caisse. Pour la mâche, le pissenlit et la trévisse, l'unité de facturation est le kg. Il n'y a pas de normalisation de calibre et de catégorie pour ces dernières.

#### **9.3.1.1.1. PERIODE OPTIMALE D'ACHAT :**

- **laitue** : toute l'année
- **batavia** : avril à fin octobre.
- **romaine** : mars à mai.
- **chicorée rouge** : août à mars.
- **chicorée scarole** : novembre à avril.
- **chicorée de Bruxelles** : novembre à mars, elles sont actuellement disponibles toute l'année avec un léger creux en été.
- **mâche** : octobre à mars.
- **pissenlit** : novembre à mai.
- **trévisse** : mars à mai et d'octobre à janvier.

Acheter les salades très fraîches, propres, débarrassées des feuilles souillées de terre, légèrement humides mais pas mouillées car elles risquent de pourrir. Le feuillage doit être ferme, croquant, vert clair à jaune clair au centre pour les variétés frisées, scaroles et laitues pommées. La coupe doit être fraîche et récente, de la sève blanche doit couler sous la pression des doigts.

Les conserver 48 heures au maximum en enceinte réfrigérée de + 6°C. à + 8°C. Les salades délicatement nettoyées, lavées, essorées se conservent quelques jours en enceinte réfrigérée, si elle sont conditionnées dans des boîtes alimentaires hermétiques.

#### **9.3.1.1.2. DIX RÈGLES DE BASE DE LA BONNE SALADE :**

1. Ne pas préparer de salade à l'avance.
2. Nettoyer les salades en ôtant bien les feuilles flétries.
3. Détacher le trognon ou le couper au-dessus de la racine.
4. Laisser les feuilles entières pour les laver à l'eau froide.
5. Sortir de l'eau et bien essorer de préférence dans un panier.
6. Détacher les feuilles ou couper en lanières (batavia et endive, chicons).
7. Ne jamais presser la salade, elle brunirait.
8. N'assaisonner de sauce que quelques minutes avant de servir, les feuilles risqueraient de ramollir.
9. Ne pas laisser la salade coupée ou effeuillée en attente, elle perd une partie de ses vitamines.
10. Ne jamais servir la salade dans un " bain de pied ", la sauce doit adhérer aux feuilles.

#### **9.3.1.1.3. ASSAISONNEMENT DES SALADES :**

- 1) A l'huile :** Est applicable à toutes les salades et se règle à raison de trois portions d'huile pour une portion de vinaigre. Parfois il est intéressant de remplacer le vinaigre par du jus de citron.
- 2) A la crème :** Convient particulièrement aux salades pommées et romaines de primeur. Cet assaisonnement se règle à raison de 3 portions de crème fraîche et d'une part de vinaigre ou mieux de jus de citron, sel et poivre.
- 3) Aux œufs :** Se fait avec des jaunes d'œufs cuits durs, broyés ou passés au tamis. Monter dans le saladier avec moutarde, huile, vinaigre, sel et poivre. A la salade préparée de cette façon, on y ajoute les blancs d'œufs durs coupés en filets très minces.
- 4) Au lard :** L'assaisonnement au lard est surtout employé pour les salades de pissenlits, de mâches et de chou rouge. Ici, l'huile est remplacée par la graisse de dés de lard un peu gras, fondus et rissolés à la poêle. Cette graisse est versée chaude avec les lardons sur la salade placée dans un saladier chaud et déjà assaisonnée de sel et poivre. Compléter par un filet de vinaigre passé dans la poêle brûlante.
- 5) Moutarde à la crème :** S'emploie principalement pour les salades de céleri rave et les salades vertes où la betterave intervient comme élément principal. L'assaisonnement s'établit dans les proportions d'une petite cuillère à potage de moutarde délayée avec 2 dl de crème fraîche, d'un jus de citron, sel et poivre.
- 6) Mayonnaise :** Celle-ci est condimentée et préparée selon la méthode habituelle.
- 7) Vinaigrette :** Idem mayonnaise.

#### **9.3.1.2. LES LEGUMES SE SERVANT EN SALADE SIMPLE :**

- 1) Salade de betteraves :** Lorsqu'elles sont cuites, les assaisonner de sel, de poivre et de vinaigre bouillant. Cette salade peut être condimentée d'oignons hachés, rincés et assaisonnée à l'huile et à la moutarde et selon le goût, additionnée ou non d'herbes hachées.
- 2) Salade de céleri :** Prendre du céleri sans fibres, dit " céleri anglais ". Détailler les branches en tronçons, les ciseler en filets très fins sans les détacher entièrement, les tenir pendant quelques heures à l'eau très froide pour les faire friser. Assaisonner à la moutarde et à la crème.
- 3) Salade de céleri rave :** Détailler en julienne très fine (attention à l'oxydation), assaisonner à la mayonnaise moutardée ou à la crème moutardée + sel et poivre.

- 4) Salade de chou rouge :** Ciseler le chou finement, assaisonner un peu à l'avance d'huile, vinaigre, sel et poivre. Choisir de préférence des choux bien tendres.
- 5) Salade de chou-fleur :** Cuire le chou en le tenant un peu ferme, l'égoutter et le dresser en petits bouquets bien parés. Assaisonner huile, vinaigre, cerfeuil haché, sel et poivre.
- 6) Salade de concombres :** Les peler, les émincer finement et les faire dégorger. (Saupoudrer de sel fin). Les rincer, les assaisonner d'huile, vinaigre, sel, poivre ; garnir de pluches de cerfeuil. Dans certaines régions, on vous dira : " pas de concombre sans aneth ".
- 7) Salade de pommes de terre :** Les cuire à l'eau salée, les tourner quand elles sont encore tièdes, assaisonner d'huile, vinaigre, fines herbes hachées, sel et poivre.
- 8) Salade de tomates :** Monder les tomates, les détailler en tranches minces, assaisonner d'huile, vinaigre et estragon frais. Entourer de fins anneaux d'oignons frais ciselés finement.
- 9) Salade de légumes secs :** Égoutter à fond le légume employé, assaisonner d'huile, vinaigre, persil haché, sel et poivre. Servir à part oignons hachés, lavés et pressés.

### **9.3.2. SALADES COMPOSEES (MIXTES) :**

#### **9.3.2.1. LES SALADES COMPOSEES FROIDES :**

Beaucoup de salades composées peuvent être considérées comme hors-d'œuvre froids (ex. : salade de riz).

A moins qu'elles ne soient finies à la cuisine, les salades composées sont dressées sans en mélanger les éléments. Ceux-ci sont assaisonnés séparément à l'avance et disposés par bouquets.

Le dressage peut être complété par des bordures dont la betterave, les œufs durs, les cornichons, les truffes fournissent les éléments. Ce décor ne s'indique pas, il est inspiré par l'idée et le goût.

Voici ci-après quelques exemples, mais la liste des salades composées est infinie.

- 1) Salade Américaine :** Tomates un peu fermes, pelées et coupées en tranches minces, pommes de terre détaillées en minces rondelles, céleri en julienne, fins anneaux d'oignons et rondelles d'œufs durs. Assaisonnement huile, vinaigre, sel et poivre.
- 2) Salade Eve :** Creuser de petites pommes, tailler en dés et en parties égales chair de pommes, bananes, ananas, cerneaux de noix. Assaisonnement : crème, jus de citron, sel, poivre.

**3) Salade Jockey-Club :** En parties égales : pointes d'asperges, julienne de truffes crues assaisonnées à l'avance et séparément avec de l'huile et du vinaigre. Lier au moment avec de la mayonnaise relevée, sel et poivre.

**4) Salade Mikado :** En parties égales : huîtres légèrement chauffées pour les raidir et les ébarber, riz cuit à l'eau salée, bien égoutté, poivrons rouges et verts grillés, pelés et taillés en brunoise. Assaisonnement d'huile, vinaigre relevé de moutarde, sel et poivre.

**5) Salade Niçoise :** En parties égales : haricots verts et pommes de terre en grosse brunoise, petites tomates mondées en quartiers. Décor composé de câpres, olives, filets d'anchois. Assaisonnement huile (olive), vinaigre, sel et poivre.

**6) Salade Woldorft :** En parties égales : pommes de terre, pommes reinettes et céleri rave coupés en brunoise. Lobes de noix fraîches épluchées. Assaisonnement : mayonnaise claire.

### **9.3.2.2. LES SALADES COMPOSEES TIEDES :**

L'avènement des salades tièdes n'est indiqué dans aucun manuel de début du <sup>xx</sup><sup>ème</sup> siècle . On peut raisonnablement penser que le service de ce type de salades est directement inspiré de la cuisine campagnarde. Les pommes de terre et les quelques pissenlits que l'on cueillait dans les champs étaient agrémentés de quelques lardons, fumés ou non, revenus à la poêle (ceux-ci provenant du cochon familial que l'on élevait pratiquement dans chaque maison), le tout condimenté au vinaigre et relevé de sel et poivre. Parfois, des œufs mollets amélioraient cet ordinaire qui faisait souvent le repas familial de nos campagnes. En effet, au siècle dernier on ne roulait pas sur l'or dans les villages. On débouche ainsi en toute simplicité sur un éventail de saveur de haut vol.

Comme on peut le constater, le gras provenait des lardons fondus et apportait le moelleux nécessaire à ce type de préparation, cependant que l'acidité provenait du déglacage des lardons au vinaigre.

Il est fort probable, que voulant donner des lettres de noblesse à cette préparation toute empreinte de rusticité, un chef prépara de la même manière un plat, qui connu son heure de gloire dans le début de la deuxième moitié du siècle dernier, en substituant la frisée au pissenlit, ce qui déboucha sur la connue frisée aux lardons.

Dans la foulée, l'avènement de la nouvelle cuisine et la volonté des professionnels de se distinguer les uns par rapport aux autres provoqua un engouement pour ce type de préparations où le pire côtoya les meilleures associations.

## 9.4. LES HERBES AROMATIQUES :

- 1) Aneth :** Herbe aromatique au goût délicat, légèrement anisé, qui convient bien au concombre, à tous les poissons et aux pommes de terre.
- 2) Basilic :** Avec son frais parfum d'œillet, il donne à la cuisine italienne son caractère typique. Il s'emploie pour la sauce tomate, le " pesto ", les pâtes et la volaille.
- 3) Cerfeuil :** C'est une petite plante au léger parfum d'anis, dont on utilise les feuilles et les tiges vertes hachées pour obtenir les potages, certaines sauces, les œufs brouillés, et comme élément décoratif.
- 4) Ciboulette :** Son goût rappelle un peu celui de l'oignon. On peut en saupoudrer abondamment les champignons, les légumes, toutes les salades, les œufs pochés et les poissons cuits à la vapeur.
- 5) Estragon :** Il joue un rôle très important dans la cuisine classique. Le goût de l'estragon frais rappelle celui de l'anis et du citron. Dosé avec modération, il s'emploie pour la sauce Béarnaise et sert à relever le veau, les poissons, certaines sauces de réduction et les sauces à salades.
- 6) Livèche :** Son goût à la fois un peu amer et sucré rappelle celui du céleri et elle doit s'utiliser en très petites quantités, pour les fonds à base de viandes et les rôtis de bœuf.
- 7) Marjolaine et Origan :** L'origan est une variété de marjolaine sauvage, essentiellement employée dans la cuisine italienne ; très aromatique, la marjolaine parfume la sauce tomate, l'oie, le canard, le gibier et le foie.
- 8) Persil :** Plante privilégiée de nos grands-mères, il dégage un parfum frais qui permet de l'adjoindre à presque tous les plats et en particulier aux légumes, poissons et champignons. A noter l'existence de deux variétés, le persil frisé (le plus courant) et le persil plat (beaucoup plus parfumé).
- 9) Romarin :** Son parfum de pin est assez prononcé. Employé avec discrétion, il convient au rôti de porc, au gigot et à la viande hachée.
- 10) Sarriette :** Très parfumée, cette plante donne un excellent goût aux ragoûts, aux plats de haricots blancs ou verts, aux œufs brouillés et au chou rouge ; on peut l'utiliser sans arrière-pensée.
- 11) Sauge :** Ses feuilles odorantes, au goût légèrement amer, sont employées pour parfumer les escalopes, la volaille, le foie, les boulettes de viande et les pâtes.
- 12) Thym et Laurier :** Indispensables en cuisine, ils s'emploient pour les ragoûts, les soupes, les sauces, les rôtis,...

Les arômes verts du jardin :

Ceux qui ont l'odorat développé peuvent reconnaître des régions toutes entières à leur odeur. De la cuisine parisienne émane le fin parfum de l'estragon ; les trois parfums conjugués du thym, de la lavande et de l'ail embaument l'air de la Provence, les cuisiniers romains ne jurent que par la sauge tandis que le nord de l'Italie sent le basilic. Un frais parfum de menthe nous vient d'Angleterre et la Scandinavie est la terre de prédilection de l'aneth ; en Suisse, en Belgique et en Allemagne, on apprécie tout particulièrement le persil, qu'il soit frisé ou non.

Toutes ces senteurs qui font le délice de nos plats se trouvent réunies au marché ou dans nos propres potagers.

#### Petits conseils concernant les herbes aromatiques :

- N'ajouter les fines herbes fraîches telles que cerfeuil ou basilic qu'une fois la cuisson terminée ; sous l'effet de la chaleur, elles perdraient leur saveur.
- Les herbes séchées par contre, doivent toujours cuire quelques minutes avec les aliments, afin que leur arôme s'épanouisse.
- On peut ajouter le thym et le romarin en brindilles, il suffit de les retirer en fin de cuisson.
- Pour pouvoir retirer plus facilement les plantes aromatiques et les épices en fin de cuisson, les enfermer dans un nouet.
- Décorer les plats avec un mélange de fines herbes de toutes sortes et pas seulement avec du persil.
- On peut conserver les fines herbes dans de l'huile, du vinaigre, au congélateur ou encore sous-vide.
- Les herbes aromatiques ne doivent pas être conservées plus d'un an.
- Les herbes séchées n'ont pas un arôme aussi intense que les herbes fraîches, il faut donc en ajouter une plus grande quantité qu'il n'est indiqué dans la recette.
- Les plantes aromatiques séchées n'ont pas toujours le même goût que les fraîches.
- Les fines herbes séchées sont excellentes pour les grillades, on peut en semer sur les braises.
- Moulues, les herbes aromatiques perdent vite leur parfum ; il est donc préférable de les acheter hachées.

Ce qui est valable pour les épices l'est aussi pour les plantes aromatiques et les fines herbes : elles **doivent renforcer le goût** d'un plat **sans jamais dominer**.

## **10. LES POTAGES :**

### Classification :

Il y a deux grandes catégories de potages qui sont :

- Les potages clairs.
- Les potages liés.

### **10.1. LES POTAGES CLAIRS :**

Le point de départ d'un potage clair est un fonds ayant comme base soit de la viande de bœuf, de la volaille, du gibier ou du poisson.

Quel que soit l'élément de base dont ils dérivent, les potages clairs ne comportent qu'un seul genre, ce sont les consommés clairs.

Pour arriver à obtenir un fonds aussi clair que possible, il faut le clarifier, le consommé est donc un fonds clarifié. Certains potages clairs ne sont pourtant pas clarifiés, c'est le cas de la petite marmite très en vogue à un moment donné.

Pour clarifier ce fonds, on fait appel à des agents coagulants, tels le sang et le blanc d'œuf, qui sont riches en albumine ; cette albumine au contact de la chaleur va se coaguler et entraîner avec elle les impuretés rendant alors le fonds de départ aussi limpide que possible pour obtenir un consommé.

Ce consommé s'appellera consommé simple ou consommé clair ordinaire.

#### **10.1.1. LES CONSOMMES :**

##### **10.1.1.1. LE CONSOMME ORDINAIRE :**

Pour obtenir un consommé double, il suffit de doubler les matières nutritives lors de la clarification.

**A) ÉLÉMENTS COMPOSANT LA CLARIFICATION : pour 5 litres de fonds blanc dégraissé parfaitement :**

1 Kg maigre de bœuf haché	}	Éléments de clarification
8 à 10 blanc d'œufs.		
200 gr de poireaux.	}	Éléments aromatiques
100 gr vert de céleri.		
150 gr de carottes		
Quelques tomates fraîches.		
2 C. à pot. de concentré de tomates (suivant coloration voulue).		
½ L de fonds froid.		

**D) TRAITEMENT :**

1. Réunir les ingrédients composants la clarification. Donner un léger coup de fouet pour bien répartir les blancs.
2. Verser le fonds bien dégraissé sur la clarification en mélangeant (il peut être employé froid, tiède ou bouillant).
- N.B. :** Si vous versez le fonds bouillant (méthode souvent employée) il faut prendre certaines précautions afin d'éviter la coagulation directe de l'albumine, soit en ajoutant un peu de fonds froid, soit et c'est la meilleure méthode, en y ajoutant quelques cubes de glace. Ces précautions atténueront la brusque chaleur provoquée par le fond bouillant. Toujours pour la même raison, le fonds sera versé petit à petit sur la clarification en fouettant vivement.
3. Remettre sur le feu et amener à ébullition en remuant constamment à la spatule ou à l'aide de l'écumoire.
4. A mesure que la température s'élève, les blancs et l'albumine de la viande se coagulent. Ils s'élèvent progressivement entraînant et emprisonnant les impuretés. Le tout forme à la surface une masse compacte appelée " chapeau ".
5. Aussitôt que l'ébullition se manifeste et vient crever la surface du chapeau, ne plus mélanger et ralentir la source de chaleur. Il faut éviter une ébullition sauvage.
6. Maintenir cette ébullition une bonne heure environ.
7. Écarter délicatement le chapeau et passer soigneusement le consommé à la louche à travers un linge préalablement rincé à l'eau froide (amidon et produits lessiviels). Ne pas presser.

**Remarques :**

Débarrassé de ses éléments de clarification, il peut rebouillir afin de lui assurer une plus longue conservation. Quinze minutes avant de le passer, on peut relever l'assaisonnement en y ajoutant des grains de poivre (attention).

S'il subsiste un hâle de graisse, il suffit de passer un papier absorbant sur toute la surface afin de l'éliminer. Répéter cette opération plusieurs fois si nécessaire.

Par temps chaud, il est très agréable de servir le consommé froid, bouillant ou froid, il se sert en tasse appelée " tasse à consommé ".

**10.1.1.2. CONSOMMÉ SIMPLE DE GIBIER :****A) ÉLÉMENTS COMPOSANT LA CLARIFICATION : Pour 4 litres de consommé.**

Fonds de gibier : 5 litres.

1,5 Kg de chair maigre de gibier en rapport avec le consommé en préparation.

2 kg de carcasses de gibiers rôtis.

200 gr de poireaux détaillés en brunoise.

1 brin de sauge, 1 pincée de romarin, 5 à 6 baies de genévrier écrasées.

Poivre au moulin.

100 gr de champignons secs de préférence (soit mousserons, morilles, etc.).



3 blancs d'œufs.

B) TRAITEMENT :

Idem que pour le consommé ordinaire en comptant  $\pm$  60 minutes.

**10.1.1.3. CONSOMMÉ SIMPLE DE VOLAILLE :**

**A) ÉLÉMENTS COMPOSANT LA CLARIFICATION : Pour 4 litres de consommé.**

Fonds de volaille : 5 litres.

Les éléments nutritifs et aromatiques sont identiques à ceux du consommé ordinaire, en y ajoutant cependant si possible 4 carcasses de poulets rôtis et 6 abattis de volailles hachés.

B) TRAITEMENT :

Idem que pour le consommé ordinaire.

**10.1.1.4. CONSOMMÉ SIMPLE DE POISSON :**

**A) ÉLÉMENTS COMPOSANT LA CLARIFICATION : Pour 4 litres de consommé.**

Fumet de poissons : 5 litres.

1 kg de chair de poisson (chair de brochet et de merlan par exemple).

3 blancs d'œufs.

100 gr de poireaux.

100 gr de queues de persil.

1 bouteille de vin blanc sec.

B) TRAITEMENT :

Idem que le consommé ordinaire mais avec adjonction de vin blanc avec les éléments aromatiques, juste avant de verser le fumet.

Temps nécessaire : 25 à 30 minutes.

**10.1.1.5. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CLARIFICATION DES  
CONSOMMES**

**FONDS DEGRAISSE**

VERSER SUR ÉLÉMENTS DE  
CLARIFICATION + CUBES GLACÉS  
OU FONDS FROID.

AMENER À ÉBULLITION EN  
REMUANT.

FORMATION DU CHAPEAU  
→ LIQUIDE TROUE LE CHAPEAU.

NE PLUS MÉLANGER.  
LAISSER FRÉMIR 1 HEURE  
**PAS ÉBULLITION SAUVAGE.**

ECARTER CHAPEAU  
DÉLICATEMENT.

PASSER AU LINGE RINCÉ  
(AMIDON).  
NE PAS PRESSER.

FAIRE REBOUILLIR.  
REFROIDIR AUSSITÔT.

### **10.1.2. PETITE MARMITE :**

#### **A) ÉLÉMENTS NUTRITIFS : pour 10 couverts.**

½ kg de maigre de bœuf (jarret).  
½ kg de plates côtes de bœuf.  
1 os à moelle emballé dans une mousseline.  
1 petite poule  
4 abattis de volailles.

#### **B) ÉLÉMENTS DE MOUILLEMENT :**

3 litres de fonds blanc

#### **C) ÉLÉMENTS AROMATIQUES :**

200 gr de carottes.  
200 gr de navets tournés.  
150 gr de poireaux.  
80 gr de céleri.  
250 gr de chou blanchi cuit à part.

**Remarques :** Le consommé de la petite marmite ne se clarifie pas. Il ne tient sa valeur que des éléments qui le composent, on le sert toujours légèrement gras. Sa saveur spéciale, différente de celle du consommé clarifié, qui doit rappeler celle du pot-au-feu familial, va se retrouver nettement dans les potages tels que croûte au pot, consommé à la bouchère, etc., qui ont le consommé de la petite marmite pour base. A noter également que l'emploi de la volaille dans la préparation de la petite marmite est rigoureusement obligatoire.

### **10.1.3. LISTE DES POTAGES CLAIRS ET CONSOMMÉS GARNIS :**

#### **1) CONSOMMÉ AUX AILERONS :** Consommé de volaille.

**Garniture :** Ailerons de poulets désossés, farcis et braisés ; riz poché.

#### **2) CONSOMMÉ ALEXANDRA :** Consommé de volaille lié avec 3 cuillerées de tapioca par litre.

**Garniture :** Fine julienne de filets de volaille, petites quenelles cannelées en farce de volaille et chiffonnade de laitue.

#### **3) CONSOMMÉ À L'ANCIENNE :** Consommé de la petite marmite.

**Garniture :** Croûtes évidées garnies de légumes de la marmite coupés en grosse brunoise. On les gratine légèrement au moment du service.

#### **4) CONSOMMÉ D'ARENBERG :** Consommé de volaille.

**Garniture** : Toutes petites perles levées à la cuillère ronde de : carottes tombées à glace, navets cuits au consommé, truffes, petits pois extra-fins, grosses perles en farce de volaille et royale d'asperges détaillées en rondelles.

**5) CONSOMMÉ À L'AURORE** : Consommé de volaille lié au tapioca et additionné de 2 cuillerées de purée de tomates par litre de potage.

**Garniture** : fine julienne de filets de volaille.

**6) CONSOMMÉ BELLE FERMIÈRE** : Consommé de bœuf corsé.

**Garniture** : Julienne de chou très fine ; haricots verts coupés en losanges pâtes d'Italie à raison d'une demi cuillerée par litre.

**7) CONSOMMÉ BELLINI** : Consommé de volaille.

**Garniture** : à servir à part, petits gnocchis de semoule gratinés.

**8) CONSOMMÉ À LA BOUCHÈRE** : Consommé de la petite marmite.

**Garniture** : petites boules de chou braisé, rondelles de moelle de bœuf pochées au consommé et dressées sur des petits toasts de pain grillé. Ces toasts à la moelle se servent à part.

**9) CONSOMMÉ À LA BOUQUETIÈRE** : Consommé de volaille légèrement lié au tapioca.

**Garniture** : tous les légumes primeurs disponibles. C'est un printanier aussi varié que possible.

**10) CONSOMMÉ À LA BRUNOISE** : Pour 2 litres de consommé :

**Garniture** :

300 gr de carottes.

200 gr de navet.

3 blancs de poireaux.

2 branches de céleri.

½ oignon.

1- Détailler ces légumes en fine brunoise de ± 3mm.

2- Assaisonner de sel, sucre S0 et faire étuver au beurre, achever de faire cuire au consommé.

3- Au moment de servir, compléter avec le consommé nécessaire et une cuillerée de petits pois fins et autant de haricots verts coupés en losanges et peluches de cerfeuil.

N.B. : Ce potage est susceptible de variantes mais dans ce cas l'énoncé du potage doit le mentionner.

**11) CONSOMMÉ CARMEN** : Condimenter ce consommé avec pour 2 litres : ¼ de poivron doux et 4 cuillerées d'essence de tomates bien réduite pendant la clarification de celui-ci, qui est un consommé de bœuf ordinaire.

**Garniture** : Dés de tomates pelées, pochés au consommé, fine julienne de poivrons doux, riz en grains et pluches de cerfeuil.

**12) CONSOMMÉ CÉLESTINE** : Consommé de volaille légèrement lié au tapioca.

**Garniture** : Préparer 3 petites crêpes non sucrées et les masquer d'une légère couche de farce de volaille à la crème.

Remettre l'une sur l'autre ces 3 crêpes farcies et sur la dernière crêpe remise, semer de la truffe finement hachée.

Incorporer cette truffe à la farce et mettre à l'entrée du four.

Détailler ensuite à l'emporte pièce et ajouter au consommé.

**13) CONSOMMÉ CENDRILLON** : Consommé de volaille clair.

**Garniture** : Par litre de potage : 60 gr de truffes cuites au Marsala et taillées en julienne, 4 cuillerées de riz cuit au consommé.

**14) CONSOMMÉ CHANCELIERE** : Consommé de volaille.

**Garniture** : Royale à la purée de pois frais, moulées en moules à darioles et détaillées en rondelles ; julienne de filets de volaille et de truffes.

**15) CONSOMMÉ AU CHASSEUR** : Consommé de gibier à plumes, complété au moment d' ½ dl de vin de porto par litre de consommé.

**Garniture** : Julienne de champignons et pluches de cerfeuil.

A part, petites profiteroles fourrées de farce à gibier.

**16) CONSOMMÉ CHÂTELAIN** : Consommé de volaille légèrement lié au tapioca.

**Garniture** : Royale composée d'un tiers de purée d'artichauts et de deux tiers de purée soubise ; toutes petites quenelles en farce de volaille moulées à la cuillère et fourrées de purée de marrons à la crème.

**17) CONSOMMÉ AUX CHEVEUX D'ANGE** : Les "cheveux d'ange" sont un vermicelle excessivement fin qui est mis dans le consommé bouillant juste au moment de servir celui-ci. Les proportions sont indiquées dans le chapitre "pâtes pour potages".

**18) CONSOMMÉ COLBERT** : Consommé de volaille.

**Garniture** : Œufs pochés tenus bien moelleux, petit printanier.

**19) CONSOMMÉ COLOMBINE** : Consommé de volaille.

**Garniture** : Légumes de la marmite mitonnés dans du consommé, petits pois bien verts et julienne de filets de pigeons, œufs de pigeons pochés.

**20) CONSOMMÉ CROÛTE AU POT** : Consommé de la petite marmite.

**Garniture** : Légumes de la marmite parés et mitonnés dans du consommé, croûtes de flûte sans mie et séchées au four.

**21) CONSOMMÉ CYRANO** : Consommé au fumet de canard.

**Garniture** : Quenelles en farce de canard, pochées, saupoudrées de parmesan râpé ; arrosées de glace de volaille et glacées à la salamandre.

**22) CONSOMMÉ DAME BLANCHE** : Consommé de volaille lié très légèrement au tapioca.

**Garniture** : Royale au lait d'amandes détaillées en cubes, suprême de volaille détaillé à l'emporte pièce en étoiles extrêmement minces.

**23) CONSOMMÉ DEMIDOFF** : Consommé de volaille clair.

**Garniture** : Perles de carottes et de navets levées à la petite cuillère ronde et tombées à glace, perles de truffes, petits pois, petites quenelles en farce de volaille aux fines herbes et pluches de cerfeuil.

**24) CONSOMMÉ DESLIGNAC** : Consommé de volaille lié très légèrement au tapioca.

**Garniture** : Royale à la crème détaillée en cubes, rondelles de laitue farcies et pochées, peluches de cerfeuil.

**25) CONSOMMÉ DIABLOTINS** : Consommé de volaille lié légèrement au tapioca.

**Garniture** : Rondelles de flûtes de 6 mm d'épaisseur, masquées en petit dôme d'un appareil composé de sauce béchamel très réduite, additionnée de fromage râpé et relevé au Cayenne. Faire gratiner ces diabloitins quelques instants avant de servir.

**26) CONSOMMÉ DIANE** : Consommé au fumet de faisán.

**Garniture** : Petites quenelles en farce de faisán, brunoise de blanc de céleri et orge perlé.

**27) CONSOMMÉ DIPLOMATE** : Consommé de volaille lié au tapioca.

**Garniture** : Boudin en farce de volaille au beurre d'écrevisse, détaillé en rondelles minces et bien parées, fine julienne de truffe.

**28) CONSOMMÉ DIVETTE** : Consommé de volaille clair.

**Garniture** : Royale au velouté d'écrevisse, petites quenelles en farce d'éperlan et perles de truffe.

**29) CONSOMMÉ DOMINICAINE** : Consommé de volaille clair.

**Garniture** : Blanc de poulet en julienne, petites pâtes d'Italie à part, fromage râpé.

**30) GARNITURE DORIA** : Consommé de volaille.

**Garniture** : Petites quenelles de volaille, boules de concombre glacées, pluches de cerfeuil, perles en pâtes à chou au fromage servies à part.

**31) CONSOMMÉ DOUGLAS** : Consommé ordinaire mais corsé.

**Garniture** : Ris de veau braisé et refroidi sous presse, fonds d'artichauts détaillés en rondelles moyennes et pointes d'asperges.

**32) CONSOMMÉ DUBARRY :** Consommé ordinaire lié au tapioca.

**Garniture :** Royale de chou-fleur pochée en moules à darioles et détaillée en rondelles, petits détails de bouquets de choux-fleurs et pluches de cerfeuil.

**33) CONSOMMÉ À L'ÉCOSSAISE :** Bouillon de mouton préparé spécialement, tiré à clair et dégraissé à fond.

**Garniture :** Gros dés de la chair de poitrine du mouton employée pour la préparation du bouillon, orge perlé bien cuit et une grosse brunoise de légumes par litre de consommé.

**34) CONSOMMÉ EDOUARD VII :** Consommé de volaille au curry.

**Garniture :** Petites crêtes de coq braisées dans un fonds de veau, grosses queues d'écrevisses cuites comme pour une bisque et 6 cuillères de riz en grains par litre de potage.

**35) CONSOMMÉ FLAVIGNY :** Consommé de volaille.

**Garniture :** Morilles fraîches étuvées au beurre, riz cuit au consommé, julienne de suprêmes de poulet.

**36) CONSOMMÉ FLORÉAL :** Consommé de volaille.

**Garniture :** Carottes et navets taillés à l'emporte-pièce, en forme de marguerite et de 3 mm d'épaisseur, cuits au consommé et tombés à glace, petits pois, pointes d'asperges, petites quenelles en farce de volaille finie à la purée de pistache couchées en forme de feuilles différentes, pluches de cerfeuil.

**37) CONSOMMÉ FLORENTINE :** Consommé de volaille.

**Garniture :** Rondelles de moelle bien fraîches, pochées au consommé et laitues farcies au riz à la florentine.

**38) CONSOMMÉ FLORIAN :** Consommé de volaille clair.

**Garniture :** Petite garniture printanière, œufs de pluviers pochés.

**39) CONSOMMÉ À LA GAULOISE :** Consommé de volaille légèrement tomate.

**Garniture :** Petites crêtes et rognons de coq fraîchement pochés, royale maigre de jambon tenue bien rose et détaillée en gros losanges.

**40) CONSOMMÉ GEORGES V :** Consommé de volaille au fumet de faisan.

**Garniture :** Petites quenelles en farce de faisan à la crème, truffée, orge perlé et fine julienne de cœur de céleri.

**41) CONSOMMÉ GERMINAL :** Consommé ordinaire, additionné au moment d'1/2 dl d'infusion d'estragon par litre de consommé.

**Garniture :** Petites quenelles cannelées, en farce de volaille additionnée de cerfeuil et d'estragon hachés, petits pois et haricots en losanges, têtes d'asperges vertes coupées à 3 cm de longueur.

**42) CONSOMMÉ GLADIATEUR :** Consommé spécial préparé avec des queues de bœuf très fraîches et de la volaille, condimenté au céleri et basilic. Les viandes doivent être mouillées au fonds blanc très limpide et la cuisson conduite très doucement durant 5 à 6 heures de façon à obtenir un consommé limpide et éviter ainsi une clarification supplémentaire. Finir au Madère.

**Garniture :** 2 cuillerées d'orge perlé par couvert et un œuf poché (l'œuf poché est servi à part).

**43) CONSOMMÉ GRIMALDI :** Consommé ordinaire additionné de 6 cuillerées de purée de tomates passées à l'étamine par litre de consommé.

**Garniture :** Royale ordinaire détaillée à volonté, julienne de céleri étuvée au beurre et tombée au consommé.

**44) CONSOMMÉ HÉLÈNE :** Consommé de volaille au suc de tomates.

**Garniture :** Royale ordinaire pochée en moules à darioles et détaillée en rondelles épaisses, petites profiteroles au parmesan.

**45) CONSOMMÉ HENRIETTE :** Consommé de la petite marmite bien dégraissé.

**Garniture :** Petites pâtes d'Italie, à raison de 2 cuillerées par couvert, œuf poché à l'eau salée (sans vinaigre), parmesan râpé.

**46) CONSOMMÉ À L'INDIENNE :** Consommé ordinaire condimenté au curry.

**Garniture :** Royale au lait de coco en fine brunoise, riz à l'indienne à part.

**47) CONSOMMÉ À L'INFANTE :** Consommé de volaille très légèrement lié au tapioca.

**Garniture :** fine julienne de poivrons doux, pluches de cerfeuil et riz poché.

**48) CONSOMMÉ ISABELLE DE FRANCE :** Consommé de volaille clair et très fort.

**Garniture :** Petits pois cuits à l'anglaise, quenelles de volaille à la crème moulées à la cuillère à café, truffes bien noires cuites au vin de Frontignan et taillées en julienne.

**49) CONSOMMÉ IVAN :** Consommé de volaille additionné d'un dl de jus de betterave par litre de potage.

**Garniture :** Riz cuit au consommé. A part : petits pâtés chauds.

**50) CONSOMMÉ JEANNE GARNIER :** Consommé de volaille et de pigeon.

**Garniture :** Queues d'écrevisses cuites au champagne et riz cuit au consommé, à raison de 5 queues et 2 cuillerées par personne.

**51) CONSOMMÉ JUDIC :** Consommé de volaille double.

**Garniture :** Elle se sert à part dans de petites cocottes de porcelaine et elle comporte : petites laitues braisées et parées, quenelles en farce de volaille à la crème et couchées à la douille cannelée en forme de rosace, truffes en petits anneaux ou en julienne.

**52) POTAGE JULIENNE :** Consommé ordinaire.



**A) PROPORTIONS DES LÉGUMES POUR 2 LITRES DE POTAGE :**

125 gr de carottes.  
125 gr de navets.  
1 blanc de poireau.  
1 petite branche de céleri.  
½ oignon moyen.  
70 gr de chou vert.

**B) TRAITEMENT :**

- 1- Détailler en julienne : carottes, navets, poireau, céleri et émincer l'oignon très finement ; les étuver au beurre et les mouiller d'un demi-litre de consommé.
- 2- Ajouter le chou détaillé en julienne et blanchi, finir de cuire doucement.
- 3- Au moment du service, ajouter 1,5 litres de consommé, une cuillerée de petits pois cuits et une cuillerée de chiffonnade de laitue et d'oseille, pluches de cerfeuil.

**53) CONSOMMÉ JULIETTE :** Consommé de volaille à l'estragon.

**Garniture :** Petits œufs pochés, petits pois, petites pâtes italiennes.

**54) CONSOMMÉ KLÉBER :** Consommé de la petite marmite dans laquelle on aura ajouté un morceau de poitrine de bœuf.

**Garniture :** Boules de pommes de terre et de carottes levées à la petite cuillère et cuites au consommé, petits pois et chair de la poitrine de bœuf détaillées en petits cubes.

**55) CONSOMMÉ LA PÉROUSE :** Consommé à la semoule, dans les proportions de 2 fortes cuillerées de semoule par litre de consommé.

**Garniture :** Petits pois et un œuf poché par couvert.

**56) CONSOMMÉ LORETTE :** Consommé de volaille pimenté.

**Garniture :** Fine julienne de truffes, pointes d'asperges fraîches et pluches de cerfeuil.

**57) CONSOMMÉ LUCETTE :** Consommé aux pâtes d'Italie, dans les proportions de 3 cuillerées de fines pâtes par litre de consommé.

**Garniture :** Une cuillerée de fondue de tomates et un œuf poché.

**58) CONSOMMÉ LUCULLUS :** Consommé de volaille au fumet de cailles fortement prononcé.

**Garniture :** Les suprêmes des cailles rôties dont les carcasses et les cuisses ont servi à la préparation du consommé, quenelles en farce de volaille à la crème manipulées à la cuillère à café et pochées au consommé, julienne de truffes cuites au champagne.

A part : Petits pâtés chauds à la purée de foie gras.

**59) CONSOMMÉ À LA MADRILÈNE :** Consommé de volaille au fumet de céleri, fortement tomaté lors de la clarification et relevé d'un peu de piment rouge d'Espagne. Il se sert chaud ou froid.

**S'il est servi chaud :** on le garnit de tomates crues, mondées, épépinées, taillées en brunoise relativement fine et d'un peu de poivrons cuits taillés de même.

**S'il est servi froid :** il ne comporte aucune garniture.

**60) CONSOMMÉ MAINTENON :** C'est un excellent " blond de veau " au fumet de perdrix, avec condimentation spéciale de morilles (fraîches ou sèches).

**Garniture :** Petites crêtes de coq braisées au fonds de veau, quenelles en farce de perdreaux à la crème, truffées, moulées à la cuillère à café, une cuillerée de riz cuit au consommé par personne.

**61) CONSOMMÉ MESSALINE :** Consommé de volaille à l'essence de tomates.

**Garniture :** Petits rognons de coq, julienne de poivrons doux, riz poché en grains.

**62) CONSOMMÉ MIDINETTE :** Consommé de volaille lié au tapioca.

**Garniture :** Par personne, un petit œuf poché.

**63) CONSOMMÉ MIKADO :** Consommé de volaille additionné, par litre de consommé, de 6 cuillerées de purée de tomates séchée au four et passée à l'étamine.

**Garniture :** Blanc de volaille en brunoise, chair de tomates bien rouge, mondées, détaillées en dés et pochées au consommé. Les dés de tomate en quantité double de ceux de blancs de volaille.

**64) CONSOMMÉ MIREILLE :** Consommé de volaille clair.

**Garniture :** Tous petits médaillons moulés ou tartelettes en farce de volaille tomatée ou boudin de la même farce poché et détaillé à l'emporte pièce ovale uni, riz pilaw légèrement safrané.

**65) CONSOMMÉ MIRETTE :** Consommé de la petite marmite.

**Garniture :** Quenelles en farce de volaille, couchées en forme de grosses perles, chiffonnade de laitue et pluches de cerfeuil.

A part : paillettes au parmesan.

**66) CONSOMMÉ MISTRAL :** Consommé de la petite marmite.

**Garniture :** Vermicelle poché au consommé, dés en chair de tomates cuits à l'huile d'olive, petits pois cuits au moment.

A part : fromage râpé.

**67) CONSOMMÉ MONSIGNY :** Consommé de volaille clair.

**Garniture :** Petites crêtes de coq, laitues braisées détaillées en petits carrés et riz cuit au consommé.

**68) CONSOMMÉ MONTESPAN :** Consommé de poulet et de pigeonneaux.

**Garniture** : Mousseline en farce d'écrevisse légèrement relevée, faite en très petits moules à darioles et pochée, julienne de truffes cuites au vin de Frontignan.

A part : Petits pâtés feuilletés garnis d'un ortolan désossé et farcis de parfait de foie gras.

**69) CONSOMMÉ MONTMORENCY** : Consommé de volaille légèrement lié au tapioca.

**Garniture** : Pointes d'asperges (élément dominant), petites quenelles en farce de volaille, couchées de forme cannelée, riz poché tenu en grains et pluches de cerfeuil.

**70) CONSOMMÉ MURAT** : Consommé de la petite marmite.

**Garniture à part** : Par litre de potage, 20 raviolis pochés, dressés en plat creux par couches alternées de jus de veau réduit et tomaté et de parmesan râpé.

**71) CONSOMMÉ MURILLO** : Consommé de volaille clair.

**Garniture** : Royale de potiron rouge, pochée en moules à darioles et détaillée en rondelles épaisses, petits pois, riz en grains poché au consommé.

**72) CONSOMMÉ NANA** : Consomme de volaille clair.

**Garniture** : Disposer en soupières de fines rondelles de pain flûte en les alternant par lit, de gruyère et de parmesan râpé. Sur le dernier lit, ranger des œufs pochés et couvrir avec le consommé bouillant.

**73) CONSOMMÉ NANTUA** : Consommé de volaille très corsé.

**Garniture** : Crêtes et rognons de coq pochés et pointes d'asperges vertes.

A part : Petites tartelettes en farce mousseline garnies chacune de 4 queues d'écrevisses, pochées, égouttées, enrobées de sauce Nantua à l'essence de truffe, saupoudrées de fromage râpé et glacées à la salamandre au tout dernier moment.

**74) CONSOMMÉ À LA NEIGE DE FLORENCE** : Consommé ordinaire ou de volaille, toujours servi bouillant.

**75) CONSOMMÉ NELSON** : Consommé de poisson lié à l'arrow-root à raison de 30 gr par litre de consommé.

**Garniture** : assez abondante de riz poché et petites profiteroles fourrées d'un hachis de homard à l'américaine.

**76) CONSOMMÉ NESSELRODE** : Consommé de gibier à l'essence de gélinotte.

**Garniture** : Royale composée de 2/3 de purée de marrons et d'un tiers de sauce salmis de gibier, détaillée en grosses rondelles cannelées, julienne de filets de gélinotte.

**77) CONSOMMÉ AUX NIDS D'HIRONDELLES** : Consommé de volaille pour lequel les éléments sont triplés.

**Nids d'hirondelles** : Nids de salanganes, improprement appelées hirondelles de mer. C'est avec sa salive que la salangane construit son nid ; à la période pré-nuptiale, ses

glandes salivaires subissent une hypertrophie considérable et sécrètent un liquide épais, visqueux, filant, renfermant 90% d'une matière insoluble dans l'eau. Ces nids sont construits par couches superposées et sont accrochés à des parois presque inaccessibles, sur les côtes de l'Annam (Viêt-Nam), à Java et dans quelques îles de Malaisie. La récolte en est extrêmement pénible et périlleuse, seul, le haut prix qu'atteint ce comestible peut expliquer que des hommes s'exposent aux dangers de cette chasse aux nids.

**Préparation :** Après un trempage de deux heures à l'eau froide, qui a pour but de gonfler l'élément mucilagineux des nids et de le rendre translucide, ceux-ci sont soumis à un minutieux et indispensable travail d'épuration.

Il s'agit d'enlever les débris de plumes, de coquilles et d'autres qui se trouvent dans la masse agglutinée ; ce qui se fait avec la pointe d'une petite lardoire. (On compte 2 ou 3 nids par litre de consommé).

Les nids sont alors blanchis pendant 5 à 6 minutes, égouttés et plongés dans le consommé bouillant.

A partir de ce moment, celui-ci est tenu en ébullition lente et régulière durant  $\frac{3}{4}$  d'heure, ce qui suffit pour la désagrégation des nids s'ils sont de bonne qualité. Après cette fonte, il n'en subsiste plus que les filaments, l'élément mucilagineux s'étant dissout dans le consommé auquel il donne sa viscosité caractéristique.

#### **78) CONSOMMÉ NINON :** Consommé de volaille clair.

**Garniture :** Tartelettes en tous petits moules beurrés et décorés au fond d'une étoile en truffe, foncés d'une mince couche de farce et garnis intérieurement d'un hachis de blanc de volaille lié au velouté et aux jaunes d'œufs. Ces tartelettes se pochent sur plaque et à l'entrée d'un four très chaud.

**En complément :** Grosses perles de carottes et de navets glacés, petites perles de truffes et pluches de cerfeuil.

**79) CONSOMMÉ À L'ORGE PERLÉ :** Se fait à raison de 45 grammes d'orge par litre de consommé. Après avoir lavé l'orge à l'eau tiède, le blanchir, l'égoutter et le mouiller au consommé blanc ordinaire. Ajouter une demi branche de céleri, faire partir en ébullition et donner 2,5 heures de cuisson. Au moment de servir, égoutter soigneusement l'orge avant de le mettre dans le consommé clarifié.

**80) CONSOMMÉ À L'ORIENTALE :** Consommé au mouton préparé d'après les proportions d'éléments nutritifs et aromatiques du consommé de bœuf, additionné par litre de 3 cuillerées de purée de tomates passée à l'étamine et légèrement safrané.

**Garniture :** Jaunes d'œufs durs en gros vermicelle, royale de cervelle de mouton détaillée en croissants, riz poché.

**81) CONSOMMÉ OLGA :** Consommé ordinaire additionné au moment d'1/2 dl de porto par litre de consommé.

**Garniture :** Julienne de céleri rave, julienne d'agoursis et vésiga en brunoise cuit au consommé.

**N.B. :** Agoursis : variété de concombre d'origine russe que l'on trouve ici le plus souvent saumurés comme les cornichons.

Vésiga : Moelle épinière de l'esturgeon n'est usité que pour certaines préparations de la cuisine russe.

**82) CONSOMMÉ À LA D'ORLÉANS :** Consommé de volaille légèrement lié au tapioca.

**Garniture :** Petites quenelles de forme cannelée en farce de volaille et de trois sortes :

1. Blanche par addition de crème.
2. Rouge par addition de purée de tomates réduite.
3. Vert pâle par addition de purée de pistaches ou d'épinards, pluches de cerfeuil.

**83) CONSOMMÉ D'ORSAY :** Consommé de volaille.

**Garniture :** Jaunes d'œufs pochés, quenelles en farce de pigeons, julienne de filets de pigeons et pointes d'asperges.

**84) CONSOMMÉ OTELLO :** Consommé de volaille aux suc de tomates.

**Garniture à part :** Rizotto Piémontais aux truffes blanches.

**85) CONSOMMÉ OTERO :** Consommé Madrilène.

**Garniture :** Cuisses de grenouilles pochées au vin blanc, désossées, riz en grains et petits pois.

**A part :** paillettes pimentées.

**86) CONSOMMÉ PALESTRO :** Consommé de volaille clair.

**Garniture :** Fondue de tomates et œufs pochés.

**A part :** Rondelles de flûte séchées, saupoudrées de fromage râpé, arrosées de consommé, préparées au moment.

**87) CONSOMMÉ AUX PÂTES DIVERSES :** Consommé ordinaire ou de volaille.

**Garniture :** Pâtes quelconques, pour proportions et quantités, se référer à " pâtes diverses pour potage clairs », voir garnitures des consommés.

**88) CONSOMMÉ PETITE MARIÉE :** Consommé de volaille à peine coloré.

**Garniture :** Royale de purée de volaille au lait d'amandes détaillée en petites rondelles, pluches de cerfeuil.

**89) CONSOMMÉ POLAIRE :** Consommé de volaille légèrement lié au tapioca.

**Garniture :** Servir en tasse avec adjonction d'un jaune d'œuf cru dans chaque tasse.

**90) CONSOMMÉ POMPADOUR :** Consommé de volaille clair.

**Garniture :** Quenelles en farce de volaille moulées à la cuillère à café et pochées, queues d'écrevisses cuites au champagne, julienne de truffes, julienne de cœur de céleri cuite au consommé.

**91) CONSOMMÉ PORTALIS :** Consommé au suc de tomates légèrement safrané.

**Garniture** : Vermicelle poché au consommé et fromage râpé à part.

**92) CONSOMMÉ PRINTANIER** : Consommé de volaille.

**Garniture** : Carottes et navets en petits bâtonnets tombés au consommé, petits pois fins, haricots verts coupés en losanges, rondelles de feuilles d'oseille et de laitues pochées, peluches de cerfeuil.

**N.B.** : Cette garniture peut, à volonté, s'additionner de petites quenelles, d'une royale simple, d'une royale de légumes, même de plusieurs royales. Dans ce cas, le titre mentionnera ce supplément de garniture.

**Ex.** : Consommé printanier aux quenelles ou à la royale ou aux trois royales, etc....

**93) CONSOMMÉ AUX QUENELLES DE MOELLE** : Consommé ordinaire légèrement lié au tapioca

**Garniture** : Quenelles à la moelle, moulées à la petite cuillère ou en fin boudin, tronçonnées, pochées au consommé et dés de moelle fraîche pochées au consommé.

**Appareil des quenelles** : 90 gr de moelle de bœuf bien fraîche, passée au tamis tin et mise à ramollir à l'entrée du four.

La travailler en terrine pour la lisser et y ajouter 3 jaunes, l'un après l'autre.

Terminer l'appareil en l'additionnant de : 50 gr de mie de pain fraîche très fine, une petite cuillerée à café de farine et de persil haché. Sel, poivre et muscade.

**94) POTAGE QUEUE DE BŒUF À LA FRANÇAISE** :

**A) Proportions** :

1 Kg de queue de bœuf tronçonnée.

500 gr de jarret de veau.

2,5 litres de consommé blanc.

**B) Traitement** :

1- Faire partir, écumer le plus souvent possible et ajouter les légumes de marmite habituels, cuire à petite ébullition durant 5 heures.

2- Clarifier le consommé avec 400 gr de viande maigre de bœuf et veau, hachée et légèrement revenue au beurre et saupoudrée d'une cuillerée et demie d'arrow-root.

**Garniture** : Les tronçons de queues, parés, carottes et navets tournés en forme de gousses d'ail et cuits au consommé.

**N.B.** : Ce potage est celui que l'ancienne cuisine dénommait " Le grand hochepot " ou potage aux queues de bœuf, mouillé au consommé d'empotage.

**95) CONSOMMÉ RABELAIS** : Consommé de volaille au fumet de perdreau.

**Garniture** : Quenelles en farce de perdreau à la crème moulées à la cuillère à café et pochées au moment, fine julienne de truffes cuites au madère.

**A part** : Petites profiteroles au parmesan.

**96) CONSOMMÉ RACHEL** : Consommé de volaille.

**Garniture** : Royale à la purée d'asperges vertes, royale à la purée de volaille, pochées en petits moules à darioles et détaillées en rondelles.

A part : Profiteroles au parmesan.

**97) CONSOMMÉ AUX RAVIOLIS** : Consommé ordinaire clair.

**Garniture** : elle peut, à volonté, ne comporter que des raviolis d'une seule sorte ou plusieurs dont les garnitures sont différentes.

**98) CONSOMMÉ RÉCAMIER** : Consommé de volaille.

**Garniture** : Nids d'hirondelles, pointes d'asperges vertes, julienne de truffes cuites au champagne.

A part : Petits pâtés aux queues d'écrevisses à la crème.

**99) CONSOMMÉ À LA REINE** : Consommé de volaille légèrement lié au tapioca.

**Garniture** : Royale de purée de volaille détaillée en cubes, fine julienne de filets de volaille.

**100) CONSOMMÉ RENAISSANCE** : Consommé de volaille clair.

**Garniture** : Carottes et navets, levés à la petite cuillère, cuits au consommé et d'une façon générale tous les légumes primeurs ; Royale de purée d'herbes aromatiques liée au velouté et aux œufs entiers, détaillée en forme de petites feuilles avec des emporte-pièce de formes et de grandeurs différentes. Pluches de cerfeuil.

**101) CONSOMMÉ ROSSINI** : Consommé de volaille légèrement lié au tapioca.

**Garniture à part** : Profiteroles de la grosseur d'une noisette, tenues bien croquantes, fourrées d'un appareil composé de moitié purée de foie gras et moitié purée de truffes et servies très chaudes.

**102) CONSOMMÉ À LA ROYALE** : Consommé de volaille lié au tapioca.

**Garniture** : Royale ordinaire détaillée en cubes réguliers.

**103) CONSOMMÉ AU SAGOU** : Consommé ordinaire ou de volaille.

**Garniture** : pour proportions et pochage, voir garniture des consommés

**104) CONSOMMÉ SAINT-HUBERT** : Consommé de gibier au fumet de lièvre, additionné d'1/2 dl de vin de Pouilly, réduit, par litre de consommé.

**Garniture** : Royale de purée de venaison (chevreuil) additionnée d'1/3 de purée de lentilles, détaillée à l'emporte-pièce en forme de croix, julienne de filets de lièvre.

**105) CONSOMMÉ AU SALEP** : Consommé ordinaire ou de volaille.

**Garniture** : pour proportions et pochage : voir garniture des consommés.

**106) CONSOMMÉ SAPHO** : Consommé de volaille au fumet de perdreau.

**Garniture** : Concombre taillé en bâtonnets, blanchi et fini de cuire au consommé, quenelles en farce de perdreau à la crème, julienne de truffes cuites au Marsala.

**107) POTAGE SARAH BERNHARDT :** Consommé de volaille lié au tapioca léger.

*Garniture :* Petites quenelles cannelées en farce de volaille au beurre d'écrevisses, rondelles de moelle bien fraîche pochées au consommé, pointes d'asperges et julienne de truffes.

**108) CONSOMMÉ SÉVERINE :** Consommé de volaille clair.

*Garniture :* Petites boules de pommes de terre et de concombre, cuites au consommé, petits pois, riz cuit au consommé.

**109) CONSOMMÉ SÉVIGNÉ :** Consommé de volaille clair.

*Garniture :* Quenelles en farce de volaille, moulées à la petite cuillère. Petites laitues braisées et parées, petits pois bien verts et peluches de cerfeuil.

**110) CONSOMMÉ SOLANGE :** Consommé ordinaire.

*Garniture :* Orge perlé, laitues cuites au consommé et coupées en carrés, julienne de blanc de poulet.

**111) CONSOMMÉ STAËL :** Consommé de volaille clair.

*Garniture :* Œufs de pigeons pochés, petits pois.

*A part :* Petites profiteroles au parmesan.

**112) CONSOMMÉ STANLEY :** Consommé de volaille clair.

*Garniture :* Quenelles en farce de volaille à la crème et au curry. Julienne de truffes et de champignons blancs, riz en grains.

**113) CONSOMMÉ SUZETTE :** Consommé de la petite marmite.

*Garniture :* Julienne de céleri cuite au consommé, julienne de truffes cuites au Madère, Royale à la crème détaillée en carrés.

*A part :* Paillettes au parmesan.

**114) CONSOMMÉ TALLEYRAND :** Consommé de volaille clair.

*Garniture :* Quenelles en farce de perdreau à la crème, moulées à la cuillère à café, julienne de truffes cuites au vin de Frontignan, petits rognons de coq pochés au consommé et débarrassés de leur enveloppe.

**115) CONSOMMÉ AU TAPIOCA :** Consommé ordinaire ou de volaille lié au tapioca.

**116) CONSOMMÉ TORÉADOR :** Consommé de volaille clair.

*Garniture :* Chair de tomates taillée en dés et cuite au consommé, riz en grains, petites chipolatas pochées et dépouillées, petits pois cuits à l'anglaise.

**117) CONSOMMÉ TOSCA :** Consommé de volaille légèrement lié au tapioca.

*Garniture :* Petites quenelles en farce de volaille additionnée d'un tiers de purée de foie gras et truffée, fine julienne de carottes cuite au consommé.

*A part :* Petites profiteroles fourrées d'une purée de volaille.



**118) CONSOMMÉ TOULOUSAIN :** Consommé de la petite marmite préparé comme à l'ordinaire, avec addition de cuisses d'oie et champignons secs.

**Garniture :** Quenelles en farce de chair d'oie, à la crème et truffée.

**A part :** Toutes petites bouchées feuilletées et garnies de purée de foie gras.

**119) CONSOMMÉ À LA TRÉVISE :** Consommé de volaille lié au tapioca.

**Garniture :** Julienne de filets de volaille, de langue écarlate et de truffes.

**N.B. :** Ce consommé est aussi désigné sous le nom de " consommé aux trois filets ".

**120) CONSOMMÉ TYROLIENNE :** Consommé ordinaire tomaté, au fumet de faisan.

**Garniture :** Fine julienne de filets de faisan rôti (dont les cuisses et la carcasse servent pour la clarification du consommé), nouilles fraîches légèrement blanchies et finies de cuire au consommé, parmesan râpé.

**121) CONSOMMÉ D'UZÈS :** Consommé au fumet de lièvre.

**Garniture :** Quenelles en farce de lièvre à la crème moulées à la cuillère à café, orge perlé et brunoise de carotte.

**122) CONSOMMÉ VALROMEY :** Consommé de volaille clair.

**Garniture :** Moyennes crêtes de coq blanchies et braisées, Royale d'écrevisses, détaillées à volonté, julienne de truffes cuites au Marsala.

**123) CONSOMMÉ VENDÔME :** Consommé de la petite marmite.

**Garniture :** Moelle de bœuf coupée en dés et pochée au consommé au moment utile.

**A part :** Rondelles de flûte séchées au four, saupoudrées de fromage râpé et gratinées au dernier moment.

**124) CONSOMMÉ VERDI :** Consommé ordinaire.

**Garniture à part :** Quenelles en farce de volaille à la crème additionnées d'une cinquième de purée d'épinards passée au beurre et moulées à la cuillère à entremet. Pocher et égoutter les quenelles, les ranger dans une timbale, saupoudrer de parmesan râpé et arroser celui-ci de beurre fondu et de jus de veau très réduit.

**125) CONSOMMÉ VERMANDOISE :** Consommé de volaille ou ordinaire lié très légèrement au tapioca (30gr par litre de consommé).

**Garniture :** Pointes d'asperges, petits pois et haricots en losange, rondelles de feuilles d'oseille et de laitues pochées, peluches de cerfeuil.

**126) CONSOMMÉ AUX VERMICELLES :** Consommé de volaille ou ordinaire.

**Garniture :** pour proportions et pochage : voir garniture des consommés.

**127) CONSOMMÉ DES VIVEURS :** Consommé de volaille à l'essence de betterave, additionné d'1/2 dl de bière réduite par litre de consommé.

**Garniture :** Céleri braisé finement émincé, diablotins au paprika.

**128) CONSOMMÉ WARWICK :** Consommé de la petite marmite.

**Garniture** : Printanier de carottes, navets, petits pois, rondelles de feuilles de laitue pochées, foies de volaille coupés en gros dés et raidis au beurre au moment, pluches de cerfeuil.

**129) CONSOMMÉ WASHINGTON** : Consommé de la petite marmite.

**Garniture** : Peau de tête de veau cuite détaillée en carré de 2 à 3 cm de côté, carrés mis en casserole avec Madère et jus de noix de veau mijotés pendant ¼ d'heure, julienne de céleri cuite au consommé, julienne de truffes étuvée au Madère.

**130) CONSOMMÉ VLADIMIR** : Consommé de volaille.

**Garniture à part** : Quenelles au fromage préparées comme suit :

125 gr de fromage blanc travaillé à la cuillère dans une terrine, ajouter une pincée de sel.

125 gr de beurre fondu.

2 jaunes d'œufs.

125 gr de farine.

2 cuillères de crème fraîche et 2 blancs en neige bien fermes.

Mouiller les quenelles à la cuillère à entremets, les pocher et les égoutter ; les mettre dans un plat en terre à feu, saupoudrer de parmesan, arroser de beurre fondu et mettre à gratiner en temps utile.

**131) CONSOMME YVETOT** : Consommé de la petite marmite.

**Garniture** : Pascalines moulées à la cuillère ou en moules à darioles ou pochées.

**A part** : Rondelles de moelle pochées, petits toasts grillés et servis brûlants.

**N.B.** : **Composition des pascalines** :

Travailler en terrine 3 fromages à la crème de type " Gervais ".

Ajouter 6 jaunes d'œufs frais et une pincée de sel.

Pour le pochage, procéder comme pour les autres quenelles.

**132) CONSOMMÉ ZOLA** : Consommé de marmite.

**Garniture** : Petits gnocchis en pâte à choux d'office additionnée de truffes blanches du Piémont et de parmesan râpé. Pocher en temps utile.

**A part** : Parmesan râpé.

**133) CONSOMMÉ ZORILLA** : Consommé Madrilène.

**Garniture** : Pois chiches cuits selon la méthode habituelle et 60 gr de riz cuit au consommé par litre de potage.

#### **10.1.4. DIFFÉRENTES GARNITURES POUR CONSOMMÉS.**

**CHIFFONNADE ET PLUCHES** : La chiffonnade se compose de feuilles de laitues et d'oseille ciselées, fondues au beurre. Dans certains cas, elle ne comporte que des rondelles de feuilles d'oseilles et de laitue qui sont blanchies quelques instants avant d'être mises dans le potage.

Les pluches de cerfeuil ne comportent que la feuille sans tige et sont un complément aromatique qui ne doit être mis dans le potage qu'au dernier moment.

**CRÊPES SALÉES POUR POTAGES :** Délayer 250 gr de farine tamisée avec 4 œufs entiers et ½ litre de lait, assaisonner de sel. Le lait peut être remplacé comme mouillement par du consommé mais dans ce cas, il faut tenir compte ce consommé étant salé il ne faut pas rajouter trop de sel. Pour la cuisson, procéder comme pour les crêpes ordinaires.

### **CROÛTES ET CROÛTONS :**

**Les croûtes** se font généralement avec des flûtes à potages fendues dans la longueur. Après avoir retiré la mie de l'intérieur et paré les angles des croûtes, celles-ci sont légèrement beurrées et mises à sécher à l'entrée du four.

Les soupes comportent quelques fois des croûtes de pain taillées en lamelles. En certains cas, ces lamelles sont séchées au four, en d'autres cas, elles sont saupoudrées de fromage râpé et gratinées.

**Les croûtons** se font en pain de mie et en dés d'un demi centimètre de côté. On les fait frire au beurre clarifié et autant que possible au moment de servir. On compte la valeur de deux cuillères à potage de croûtons par litre de potage, soit dans les 40 à 50 grammes.

### **LES FARCES :**

#### 1. **Farce fine de volaille pour quenelles à potage :**

Cuttérer finement. 100 gr de volaille crue en y ajoutant petit à petit l'équivalent d'un blanc d'œuf.

Assaisonner de sel, poivre, muscade et passer au tamis.

Travailler sur glace en montant la farce avec 1,5 dl de crème.

#### 2. **Farce fine de gibier pour quenelles à potage :**

Procéder d'après la méthode et les proportions indiquées ci-dessus en remplaçant la volaille par le gibier dont la farce doit se composer.

#### 3. **Farce fine de poisson pour quenelles à potage :**

La préparation est la même en employant du filet de poisson en rapport avec le potage et en augmentant d'environ ¼ la quantité de blanc d'œuf.

### **FONDUE DE TOMATES ET DÉS DE TOMATES :** La fondue de tomates est utilisée

diversement comme garniture mais son apprêt est toujours le même. Les tomates employées doivent être mondées, épépinées et concassées, la chair de tomates est ensuite émincée finement et fondue avec beurre, sel et une pincée de sucre S°. Il faut bien remarquer qu'il s'agit d'une simple fonte assurant la cuisson et non d'une cuisson poussée jusqu'à réduction en purée de la tomate.

Pour les dés de tomates employés comme garniture, on monde et on épépine également les tomates, la chair est coupée en dés aussi réguliers que possible et jetés dans du consommé bouillant ou dans de l'eau bouillante salée durant 7 à 8 minutes.

On les égoutte alors avec une écumoire pour les mettre directement dans le potage dont ils constituent la garniture.

**JULIENNES ET BRUNOISES :** Ce sont parfois des juliennes et des brunoises de légumes ordinaires dont, en tant que garnitures simples ou complémentaires, la quantité se règle à raison de deux cuillères à potage par litre. En d'autres circonstances, ce sont des juliennes ou des brunoises de filets de volaille, de filets de gibier ou de poisson, de langue écarlate, de fonds d'artichauts, etc. dont la quantité est d'une demi à une cuillère par litre de potage, selon que la garniture comporte plus ou moins d'éléments.

**ŒUFS FILÉS POUR GARNITURE DE CONSOMMÉ CLAIR :** Pour 2 litres de consommé :

Battre un œuf en omelette et le passer au chinois mousseline.

Le verser dans un chinois pointu mais néanmoins fin en se plaçant au-dessus d'un sautoir contenant du consommé bouillant, promener le chinois au-dessus du consommé jusqu'à complet écoulement de l'œuf.

La solidification étant instantanée, égoutter aussitôt l'œuf avec une écumoire et le mettre de suite dans le consommé dans lequel il doit être servi.

**PÂTES DIVERSES POUR POTAGES CLAIRS :** (proportions).

**Neige de Florence :** Ce produit se sert à part, en même temps que le consommé, et dans les proportions moyennes de 30 à 40 grammes pour 10 couverts. Chaque convive en prend à sa convenance et la mélange directement dans son consommé.

**Pâtes d'Italie :** S'emploient à raison de 55 à 60 grammes par litre de consommé. Selon leur grosseur et qualité, le temps de pochage est de 8 à 12 minutes.

**Perles du Japon :** S'emploient à raison de 65 à 70 grammes par litre de consommé, temps de pochage de 20 à 25 minutes.

**Riz :** En tant que garniture unique, on compte 45 grammes de riz cru par litre de consommé. Se poche dans du consommé à part et doit être conservé bien en grains, temps de pochage de 20 à 25 minutes.

**Salep :** Même poids que les perles par litre de consommé, temps de pochage de 18 à 20 minutes.

**Sagou :** Mêmes proportions et temps de pochage que pour le salep.

**Tapioca :** Exactement comme les deux produits ci-dessus.

**Vermicelle :** Compter 55 à 60 grammes par litre de consommé, temps de pochage de 5 à 12 minutes selon grosseur et qualité.

**PROFITEROLES POUR POTAGES :** Dans l'ancienne cuisine, les profiteroles n'étaient autre chose que des billes de pain ordinaires.

Non sans raison, la cuisine moderne y a substitué celles, infiniment plus délicates, qui ont la pâte à chou pour base. Ces profiteroles se couchent de la grosseur d'une toute

petite noisette et se cuisent comme les autres éléments tirés de la pâte à chou. Elles sont généralement fourrées d'une purée quelconque et doivent être tenues bien sèches à la cuisson. Elles se comptent à raison de trois par convives.

**Proportions pour 100 profiteroles :** 3,5 dl d'eau  
150 gr de beurre  
8 gr de sel  
220 gr de farine et 5 œufs moyens.

**QUENELLES POUR POTAGES :** Ces quenelles se font avec l'une ou l'autre farce décrites plus haut et se couchent en plaque beurrée pour autant que possible, être pochées au moment. Elles se moulent à la petite cuillère, ou se dressent à la poche, et sont de formes variables. Compter en moyenne 15 quenelles par litre de consommé.

**ROYALE ORDINAIRE :** Les proportions des royales données ci-dessous sont établies pour constituer la garniture de 2 litres de consommé.

Il est de règle absolue qu'une royale ne doit et ne peut être détaillée que quand elle est complètement froide, c'est-à-dire quand le tassement intérieur qui se produit pendant le refroidissement est assuré. Il ne faut pas perdre de vue que les détails d'une royale, quelle qu'en soit la forme, doivent être d'une régularité absolue. Enfin pour garder à ces préparations leur extrême délicatesse, il est important de ne pas dépasser la quantité d'œufs entiers ou de jaunes indiquée et qui est réglée pour en assurer la juste solidification.

**Traitement :**

- Faire infuser 2 pincées de cerfeuil dans 2 dl de consommé bouillant.
- Battre en omelette un œuf entier moyen et 3 jaunes, y ajouter petit à petit le consommé infusé ; passer au chinois mousseline et enlever la mousse produite, verser en moule beurré.
- Pocher au bain-marie en évitant soigneusement l'ébullition.
- Temps de pochage en moules à darioles : 12 à 15 minutes.
- Temps de pochage en pain : 25 à 30 minutes pour un moule de 4 dl.

**ROYALE DE CAROTTES DITE ROYALE CRECY :** Étuver au beurre, et à fond 75 gr de carottes émincées, ajouter une petite cuillère de béchamel froide, 2 cuillerées de crème et passer au tamis. Relever l'assaisonnement d'une pincée de sucre, faire la liaison avec un œuf et deux jaunes, pocher au bain-marie comme indiqué ci-dessus.

**ROYALE DE CÉLERIS :** Étuver au beurre et jusqu'à cuisson complète 100 gr de céleri finement émincé, ajouter 1,5 cuillère de sauce béchamel, passer au tamis et faire la liaison avec 3 jaunes d'œufs.

**ROYALE DE CRÈME DE RIZ AU LAIT D'AMANDES :** Délayer 1 dl de crème de riz ou de riz bien cuit et passer avec 4 cuillerées de lait d'amandes obtenu en pilant une dizaine d'amandes fraîchement mondées avec 3 cuillerées de lait. Ajouter une pincée de sel fin et faire la liaison avec 4 jaunes. Passer au chinois mousseline et pocher.

**ROYALE DE GIBIER :** Piler finement 50 gr de chair de gibier cuite qui spécifie l'appellation de la préparation et y ajouter 1,5 cuillerée de sauce espagnole froide, 1/2dl de crème, 1 œuf et 2 jaunes battus en omelette. Passer au tamis et pocher.

**ROYALE DE POINTES D'ASPERGES :** A 100 gr de pointes d'asperges à demi cuites à l'anglaise, ajouter 1,5 cuillerée de sauce béchamel et 2 cuillerées de crème, une pointe de verts d'épinards et 3 jaunes d'œufs. Passer au tamis et pocher selon la méthode habituelle.

**ROYALE DE POIREAUX :** Émincer finement et étuver au beurre et à blanc, 100 gr de poireaux. Ajouter 1,5 cuillerée de sauce béchamel et 2 cuillères de crème, achever de cuire doucement, passer au tamis, faire la liaison avec 3 jaunes d'œufs et pocher.

**ROYALE DE PURÉE DE FOIE GRAS :** A 100 gr de purée de foie gras tamisée finement, ajouter 2 cuillerées de sauce béchamel tiède et faire la liaison avec ½ œuf, ajouter 3 jaunes battus en omelette et pocher.

**ROYALE DE PURÉE DE MARRONS :** Relâcher 100 gr de fine purée de marrons avec 3 cuillerées de consommé blanc. Ajouter une pincée de sucre S°, lier avec 3 jaunes d'œufs et pocher.

**ROYALE DE PURÉE DE POIS FRAIS :** Relâcher 100 gr de fine purée de pois fraîchement cuits avec 3 cuillerées de consommé blanc. Assaisonner d'une pincée de sucre S, rehausser la couleur avec du vert d'épinards et faire la liaison avec ½ œuf et 3 jaunes battus en omelette. Pocher ensuite.

**ROYALE DE POISSONS OU DE CRUSTACÉS :** Piler 60 grammes de filets de soles pochés ou le même poids de poisson cuit ou de chair de crustacés, selon la nature du potage auquel est destinée la royale. Ajouter une cuillerée de sauce béchamel froide, 6 cl de crème, une pointe de muscade et passer au tamis. Faire la liaison avec 3 jaunes d'œufs et pocher.

**ROYALE DE TOMATES :** Relâcher 1 dl de purée de tomate bien rouge et passée au passe vite avec 2 cuillerées de consommé blanc. Assaisonner de sel et d'une pincée de sucre S°. Faire la liaison avec 1 œuf et 2 jaunes et pocher.

**ROYALE DE TRUFFES :** Piler finement 100 gr de truffes en y ajoutant 1,5 cuillerée de sauce ½ glace très réduite et froide, 3 jaunes d'œufs. Passer le tout à l'étamine et pocher.

**ROYALE DE VOLAILLE :** Piler 50 gr de blancs de volaille cuite, y ajouter 1,5 cuillerées de sauce béchamel, 1,5 dl de crème et une pointe de muscade. Faire la liaison avec ½ œuf et 2 jaunes, quand l'appareil est passé à l'étamine. Pocher.  
**N.B. :** Lorsque l'on emploie le terme "cuillerée", il faut comprendre l'usage d'une cuillère à potage ordinaire.

## 10.2. LES POTAGES LIÉS :

Les potages liés comprennent cinq genres bien distincts qui sont :

- Les purées, bisques ou coulis.
- Les crèmes.
- Les veloutés.
- Les consommés liés.
- Les potages liés composés.

### 10.2.1. LES POTAGES PURÉES :

Les potages de ce premier genre ont une purée quelconque pour base, qui est :

- Un légume ou une combinaison de légumes.
- Une volaille ou un crustacé.
- Un gibier.
- 

Ils ne diffèrent entre eux que par le principe de liaison qui varie suivant la nature des éléments en traitement.

- |  |  |
|--|--|
| 1- Un légume ou combinaison de légumes | Pommes de terre ou le légume de base est un féculent et se suffit (ex. : haricot blanc). |
| 2- Une volaille ou un crustacé         | Riz.   |
| 3- Un gibier                           | Lentilles.   |

Rem. : Dans l'ancienne cuisine, croûtons de pain frits.

#### 10.2.1.1. LES POTAGES PURÉES DE LÉGUME(S) :

Le principe de réalisation est commun à toutes les purées de légumes sauf le potage tomate pour lequel il diffère légèrement et pour les potages ayant un légume féculant comme base.

##### 10.2.1.1.1. POTAGE PURÉE CRÉCY :

A) INGRÉDIENTS : 10 couverts.

200 gr d'oignons

600 gr de carottes

600 gr de pommes de terre

3 litres fonds blanc ou d'eau (le fonds blanc est normalement

l'élément de mouillement des purées de légumes, encore faut-il en disposer en quantité relativement importante).

20gr de sel

25gr de matière grasse

**N.B. : PAS DE POIVRE** : en effet, seul le potage tomate en requiert.

### **B) TRAITEMENT :**

1. Peler, éplucher carottes et oignons, les laver soigneusement.
2. Émincer ces légumes finement en réservant toutefois un peu de carottes pour la garniture.
3. Faire suer ces légumes doucement (pour rappel : suer s'effectue toujours à couvert).
4. Pendant ce temps, peler, laver et couper les pommes de terre en quartiers.
5. Lorsque carottes et oignons sont sués, ajouter les pommes de terre et mouiller soit avec fonds blanc (de préférence) soit avec l'eau.
6. Faire cuire de 30 à 40 minutes.
7. Durant ce laps de temps, réaliser la garniture, soit carottes émincées, soit carottes cannelées et émincées finement ou en julienne.
8. Faire suer cette garniture, mouiller très court et cuire.
9. Les légumes étant cuits (tester), passer au passe potage électrique.
10. Ramener à ébullition et faire dépouiller quelques instants, écumer soigneusement, rectifier l'assaisonnement (uniquement sel).
11. Ajouter la garniture de carottes.
12. A l'envoi, dans la soupière, ajouter une noix de beurre, (celle-ci constitue la liaison finale de tous les potages purées), et persil haché.

**Remarques :** Dans la majorité des cas, la garniture est constituée du légume de base du potage, mais dans d'autres, il est complètement différent.

- Il vaut mieux un potage court, car si l'allonger ne pose aucun problème, il en va différemment lorsqu'il est trop liquide.
- Soigner particulièrement la présentation de la garniture, celle-ci est trop souvent bâclée quand elle n'est pas absente.
- Le fait de faire dépouiller le potage permet aux impuretés de remonter en surface, l'écumer lui permettra une plus longue conservation si celle-ci s'avère nécessaire. (L'écume en fait est constituée majoritairement par la matière grasse utilisée lors du suage des légumes).

### **10.2.1.1.2. POTAGE TOMATE :**

La technique de préparation d'un potage tomate se différencie légèrement d'un autre potage purée en ce sens que très souvent on emploie du concentré de tomates, et hormis le moyen de liaison, la préparation de ce potage ressemble fortement à la préparation de la sauce tomate.

### **A) INGRÉDIENTS :** 10 couverts.

- 200 gr de concentré de tomates (ou 1 kg de tomates pelées).
- 100 gr de blancs de poireaux.
- 100 gr de carottes.



100 gr de céleri.  
100 gr d'oignons.  
400 gr de pommes de terre.  
20 gr de sel, poivre  
25 gr de matière grasse  
3 litres de fonds blanc (ou eau).  
Thym, laurier  
2 gousses d'ail.

**B) TRAITEMENT :**

1. Nettoyer les légumes et les émincer.
2. Faire suer les légumes et nettoyer les pommes de terre.
3. Lorsque les légumes sont sués, ajouter concentré de tomates, pommes de terre, ail, thym, laurier et mouiller de fonds blanc.
4. Amener à ébullition, couvrir et faire cuire par une ébullition lente et régulière, saler et poivrer (légèrement).
5. Après cuisson, passer au passe potage et si nécessaire, comme pour tous les potages, au chinois pointu.
6. Ramener à ébullition et faire dépouiller pendant une dizaine de minutes.
7. Écumer à fond, rectifier assaisonnement et consistance.
8. Noix de beurre et garniture à l'envoi.

***Garniture :*** Le potage admet deux garnitures qui sont, soit du riz poché (1 cuillerée de riz cuit par couvert), soit du tapioca.

Si on emploie du tapioca, on diminuera la quantité de pommes de terre, car celui-ci est également un agent liant et on l'incorporera au moment où on ramène le potage à ébullition pour le dépouillement.

**10.2.1.1.3. POTAGE AYANT UN LÉGUME FÉCULENT POUR BASE : POTAGE SAINT-GERMAIN :**

**A) INGRÉDIENTS :** 10 couverts.

600 gr de pois cassés (si les pois sont de l'année aucun pré-trempe n'est requis).  
200 gr de verts de poireaux.  
100 gr d'oignons.  
3 litres de fonds blancs (ou eau).  
25 gr de matière grasse.  
20 gr de sel (à  $\frac{3}{4}$  cuisson).  
 $\frac{1}{4}$  de pain.  
250 gr de beurre clarifié.  
1 crosse de jambon fumé ou 300 gr de lard fumé.

**B) TRAITEMENT :**

1. Laver les pois à grande eau. Les mettre en marmite et mouiller avec l'eau ou le fonds blanc.
2. Amener à ébullition à découvert et écumer toute la mousse qui monte en surface.
3. Pendant que l'on amène les pois à ébullition, nettoyer, laver, couper les poireaux et les oignons les faire dans un ustensile à part.
4. Quand les pois sont écumés à fond, y joindre les légumes sués et si possible, une crosse de jambon fumé.
5. Saler à  $\frac{3}{4}$  cuisson (si vous salez plus tôt, la cuisson sera plus longue, car le sel durcit les pois).
6. Après cuisson, retirer la crosse de jambon et passer le potage.
7. Ramener à ébullition et faire dépouiller et écumer.
8. Rectifier assaisonnement et consistance.
9. Découper la crosse de jambon (ou le lard fumé en fine brunoise).
10. Avec le pain, faire des petits croûtons frits, les tenir au chaud.
11. A l'envoi, noix de beurre dans la soupière, morceaux de crosse à part, envoyer les croûtons.

**10.2.1.1.4. TABLEAUX RECAPITULATIFS D'ELABORATION DES POTAGES PUREES DE LEGUMES :**

PUREE DE LEGUME(S)	POTAGE TOMATE	PUREE DE LEGUME FECULENT
<p data-bbox="114 300 719 363">PELER, LAVER, ÉMINCER LES LÉGUMES.</p> <p data-bbox="147 384 696 432">FAIRE SUER LES LÉGUMES À COUVERT.</p> <p data-bbox="192 448 663 528">DURANT CE TEMPS, PRÉPARER POMMES DE TERRE.</p> <p data-bbox="241 564 613 660">AJOUTER POMMES DE TERRE ET MOUILLER.</p> <p data-bbox="118 683 736 735">FAIRE CUIRE, PRÉPARER GARNITURE.</p> <p data-bbox="118 762 730 826">PASSER PASSE-POTAGE. ET AU CHINOIS</p> <p data-bbox="219 842 651 938">RECTIFIER ASSAISONNEMENT ET CONSISTANCE.</p> <p data-bbox="235 970 620 1050">RAMENER À ÉBULLITION</p> <p data-bbox="255 1078 591 1177">FAIRE DÉPOUILLER, ÉCUMER.</p> <p data-bbox="215 1206 645 1318">AJOUTER GARNITURE. NOIX DE BEURRE.</p>	<p data-bbox="804 300 1413 363">PELER, LAVER, ÉMINCER LES LÉGUMES.</p> <p data-bbox="837 395 1391 443">FAIRE SUER LES LÉGUMES À COUVERT.</p> <p data-bbox="875 459 1346 539">DURANT CE TEMPS, PRÉPARER POMMES DE TERRE.</p> <p data-bbox="770 560 1442 655">AJOUTER POMMES DE TERRE , CONCENTRÉ DE TOMATES, AIL, THYM, LAURIER ET MOUILLER.</p> <p data-bbox="815 683 1424 746">PASSER PASSE-POTAGE. ET AU CHINOIS</p> <p data-bbox="902 767 1335 863">RECTIFIER ASSAISONNEMENT ET CONSISTANCE.</p> <p data-bbox="929 895 1312 975">RAMENER À ÉBULLITION</p> <p data-bbox="954 1007 1288 1102">FAIRE DÉPOUILLER, ÉCUMER.</p> <p data-bbox="911 1139 1339 1347">AJOUTER GARNITURE. (LE CHOIX DE CELLE-CI DOIT ÊTRE FAIT AVANT L'AJOUT DE POMMES DE TERRE) NOIX DE BEURRE.</p>	<p data-bbox="1469 300 2107 384">LAVER LE LEGUME FECULENT, METTRE EN MARMITE</p> <p data-bbox="1473 400 2103 480">MOUILLER, AMENER A EBULLITION, ECUMER A FOND.</p> <p data-bbox="1480 507 2103 592">NETTOYER, PELER, LAVER LES LEGUMES ET LES FAIRE SUER, USTENSILE A PART.</p> <p data-bbox="1507 619 2080 719">AJOUTER LES LEGUMES SUR LES POIS ECUMER + CROSSE OU LARD FUME</p> <p data-bbox="1534 756 2063 852">NE SALER QU'A ¾ CUISSON DURANT CUISSON REALISER LA GARNITURE</p> <p data-bbox="1498 884 2089 986">RETIRER CROSSE OU LARD, PASSER PASSE-POTAGE. ET AU CHINOIS</p> <p data-bbox="1583 1011 2013 1107">RECTIFIER ASSAISONNEMENT ET CONSISTANCE.</p> <p data-bbox="1599 1129 1984 1193">RAMENER À ÉBULLITION</p> <p data-bbox="1628 1203 1960 1305">FAIRE DÉPOUILLER, ÉCUMER.</p> <p data-bbox="1509 1310 2092 1362">NOIX BEURRE - GARNITURE A PART</p>

**PUREES DE LEGUME(S) LES PLUS COURANTS :**

<b>Dénomination :</b>	<b>Composition : 10 cts (3 litres)</b>	<b>Noix de beurre + Garniture</b>
Ambassadeur	Dérivé du potage Saint-Germain	Oseilles et laitues ciselées et tombées au beurre, riz poché et pluches de cerfeuil
Bruxelloise	400gr chicons, 100gr blancs poireaux, 200gr oignons, 600gr p. de t., 25gr sel, 20gr beurre	Chicons émincés et étuvés au beurre
Céleri	400gr céleri blanc, 200gr oignons, 600gr p. de t., 25gr beurre, 20gr sel	Julienne de céleri suée et cuite à part
Cerfeuil	100gr cerfeuil haché, 200gr verts de poireaux, 100gr céleri vert, 200gr oignons, 600gr p. de t., 25gr beurre, 20gr sel	Cerfeuil en pluches ou haché ou mixé dans eau froide
Compeigne	Dérivé du potage Soisson	Oseille ciselée et tombée au beurre et pluches de cerfeuil
Crécy	200gr oignons, 600gr carottes, 600gr p. de t., 20gr sel, 25gr beurre	Julienne ou brunoise carottes suées et cuites
Cresson	200gr cresson, 100gr oignons, 200gr verts de poireaux, 600gr p. de t., 25gr beurre, 20gr sel	Cresson mixé à cru ou feuilles cresson tombées au beurre
Cultivateur	150gr poireaux, 150gr oignons, 150gr carottes, 150gr céleris, 200gr p. de t., 100gr petits pois, 150gr lard maigre 25gr beurre, 20gr sel	Potage taillé, persil haché
Darblay	100gr blancs de poireaux, 200gr oignons, 800gr p. de t., 25gr beurre, 20gr sel	100gr blancs poireaux, 100gr carottes, 100gr céleri blanc, sués et cuits
Dartois	Dérivé du potage Saint-Germain	Brunoise de légumes tombée au beurre et à blanc
Dubarry	400gr choux fleur, 200gr blancs de poireaux, 600gr p. de t., 25gr beurre, 20gr sel	Petites fleurs du chou suées et cuites
Faubonne	Dérivé du potage Soisson	100gr carottes, 100gr blancs poireaux, 100gr céleri blanc en julienne, suées et cuites + pluches de cerfeuil
Fontanges	Dérivé du potage Saint-Germain	Oseille ciselée et tombée au beurre, pluches de cerfeuil
Freneuse	400gr navets, 200gr oignons, 200gr blancs de poireaux, 600gr p. de t., 25gr beurre, 20gr sel	Brunoise de navets suée et cuite
Lamballe	Dérivé du potage Saint-Germain	Tapioca poché et rafraîchi, pluches de cerfeuil
Longchamp	Dérivé du potage Saint-Germain	Vermicelles pochés et rafraîchis, oseille ciselée et tombée au beurre, pluches de cerfeuil
Lyonnais	600gr oignons, 200gr blancs de poireaux, 800gr p. de t., 25gr beurre,	Oignons émincés, sués et tombés au beurre, fromage râpé

	20gr sel	et/ou croûtons
Marigny	Dérivé du potage Saint-Germain	100gr de petits pois cuits à l'anglaise et 100gr de haricots verts cuits à l'anglaise et coupés en losanges, oseille ciselée et tombée au beurre, pluches de cerfeuil
Minestrone	100gr oignons, 100gr navets, 100gr céleri, 100gr tomates, 100gr petits pois, 100gr haricots verts, 100gr brocolis, 200gr carottes, 200gr poireaux, 50gr pâtes, basilic, 25gr beurre, 20gr sel	Fromage râpé et cerfeuil haché, potage taillé
Narbonnais	Dérivé du potage Saint-Germain	Oseille ciselée et tombée au beurre, riz poché et rafraîchi
Parisien	400gr poireaux, 200gr oignons, 600gr. p. de t., 25gr beurre, 20gr sel	½ blancs poireaux émincés, sués et cuits
Parmentier	1kg p. de t., 600gr blancs poireaux, 400gr oignons, 25gr beurre, 20gr sel	Croûtons frits et pluches de cerfeuil
Pierre le Grand	400gr céleri rave, 200gr oignons, 600gr p. de t., 25gr beurre, 20gr sel	Brunoise de rave suée et cuite
Saint-Germain	600gr pois cassés, 200gr verts poireaux, 100gr oignons, 25gr beurre, 20gr sel	Croûtons frits au beurre
Soisson	600gr pois cassés, 200gr oignons, 100gr céleri blanc, 100gr blancs poireaux, 25gr beurre, 20gr sel	Croûtons frits au beurre
Tomates	200gr concentré de tomates ou 1kg tomates pelées, 100gr blancs poireaux, 100gr carottes, 100gr céleri, 100gr oignons, 400gr p. de t., 25gr beurre, 20gr sel	Riz poché et rafraîchi ou tapioca
Vert Pré	200gr oignons, 300gr verts de poireaux, 50gr cerfeuil, 600gr p. de t., 25gr beurre, 20gr sel	Cerfeuil haché et feuilles de cresson tombées au beurre ou cerfeuil et cresson mixé dans très peu d'eau froide

### **10.2.1.2. LES POTAGES PUREES AUTRES QUE LEGUMES :**

#### **10.2.1.2.1. LES POTAGES PURÉES DE VOLAILLE. :**

##### **Remarque :**

Ce type de potage est tombé actuellement en complète désuétude, cependant il vous est renseigné à titre indicatif.

Pour preuve, l'usage s'est établi depuis longtemps de n'appliquer le mot de "purée" qu'aux seuls potages à base de légumes.

##### **A) INGRÉDIENTS :** 10 couverts.

- 1 poule.
- 3 litres de fonds de volaille (ou eau).
- 1 beau bouquet de marmite.
- 250 gr de riz.
- 4 dl de crème.
- 4 jaunes d'œufs.
- 150 gr de beurre.

##### **B) TRAITEMENT :**

1. Mettre la volaille et le riz dans une marmite, mouiller et amener à ébullition, écumer à fond.
2. Ajouter bouquet de marmite et cuire.
3. Après cuisson, retirer la volaille et la désosser, garder les filets pour la garniture.
4. Remettre les chairs désossées dans la marmite, ôter le bouquet de marmite et passer le tout au passe potage, puis au chinois.
5. Rectifier assaisonnement et consistance, redonner juste un bouillon et conserver au chaud (bain-marie).
6. A l'envoi, incorporer une bonification de jaunes d'œufs et crème ainsi que le beurre. Parsemer de persil haché.

#### **10.2.1.2.2. LES POTAGES PURÉES DE CRUSTACÉS, DITS PLUS SIMPLEMENT BISQUES :**

Le terme de bisque s'applique exclusivement aux potages à base de crustacés. Leur élément de liaison est également le riz..

##### **EXEMPLE : BISQUE D'ÉCREVISSES.**

##### **A) INGRÉDIENTS :** 10 couverts.

- 20 écrevisses (40 gr pièce).
- 40 gr de carottes.
- 40 gr d'oignons.
- 2 queues de persil.
- 1 brindille de thym.

- 1 fragment de laurier.
- 1 dl de Cognac.
- 2 dl de vin blanc sec.
- 150 gr de beurre.
- 150 gr de riz.
- 1 litre de fumet de poisson ou d'eau.

### **B) TRAITEMENT :**

1. Laver fortement le riz et le cuire avec les 2/3 du fumet ou l'eau.
2. Pendant ce temps, couper carottes et oignons en fine brunoise et faire suer au beurre (pas de coloration).
3. Ajouter thym, laurier et mettre à plein feu.
4. Mettre les écrevisses châtrées sur le mirepoix, saler et poivrer. Sautées rapidement, les écrevisses rougissent immédiatement.
5. Les arroser avec le Cognac, flamber, verser le vin blanc et le reste du fumet, cuire ± 8 minutes.
6. Mettre le tout dans un mortier, prélever la moitié des queues et en extraire la chair et la conserver avec un peu de fumet.
7. Remettre les carapaces dans le mortier.
8. Piler les écrevisses en pâte fine, y mélanger le riz brûlant, piler encore en travaillant fortement la composition avec le pilon et enfin la passer au passe potage afin de la rendre bien crémeuse.
9. Passer ensuite à l'étamine jusqu'à complet dessèchement des carapaces broyées.
10. Ramener à ébullition et faire bouillir franchement en allongeant cette crème d'écrevisses avec du fumet de poisson et de la crème jusqu'à consistance voulue, puis, hors du feu, incorporer 150 gr de beurre frais. Relever au poivre de Cayenne.
11. Servir en garnissant avec les queues d'écrevisses réservées et coupées en tronçons.

### **10.2.1.2.3. LES POTAGES PURÉES DE GIBIERS DITS COULIS :**

1. Quel que soit le gibier employé, il faut toujours compter de 600 à 700 grammes de ce gibier pour 2 litres de purée.
2. Ce gibier doit d'abord être rôti comme pour salmis.
3. Si la garniture comporte des quenelles, on prélève sur ces gibiers la quantité nécessaire de filets crus avant de les rôtir. Si la garniture doit être en dés, ou si c'est une royale, ces filets sont pris sur ces gibiers lorsque ceux-ci sont cuits juste à point.
4. Le poids approximatif de chair nette étant de 550 gr, ces gibiers sont mis à finir de cuire avec 200 gr de lentilles et un litre de fonds de gibier.
5. Après cuisson, les gibiers sont désossés et les chair pilées avec les lentilles égouttées. La purée allongée avec la cuisson est ensuite passée à l'étamine et ramenée à ébullition. La purée de gibier ne se dépouille pas, elle se beurre au dernier moment comme les autres purées.

**Garniture** : Comme il est dit plus haut et selon les cas, elle comporte soit : les filets détaillés en fines brunoises ou convertis en royale, soit de petites quenelles faites avec les filets crus réservés.

#### **10.2.1.2.4. LES POTAGES PURÉES LIÉS AU MOYEN DE CROÛTONS DE PAIN FRITS AU BEURRE :**

Comme expliqué plus haut, cette technique relève de l'ancienne cuisine et n'est plus du tout utilisée aujourd'hui.

#### **EXEMPLE : PURÉE BRESSANE :**

##### **A) INGRÉDIENTS :**

750 gr de potiron pelé.  
¾ litre de lait.  
20 gr de sel.  
Sucre en poudre.  
300 gr de croûtons de pain frit au beurre.  
¾ litre de lait froid.  
200 gr de beurre.  
1dl de crème.  
60 gr de pâtes d'Italie pochées au lait.

##### **B) TRAITEMENT :**

1. Couper en gros dés le potiron pelé, le mettre dans une casserole.
2. Le mouiller de ¾ de litre de lait.
3. Assaisonner de sel, de sucre en poudre et faire prendre ébullition.
4. Ajouter les croûtons de pain frits au beurre et cuire doucement.
5. Passer à l'étamine et mettre au point de consistance avec les ¾ de litre de lait restant et bouillant.
6. Finir avec le beurre et la crème.

**Garniture** : 60 gr de pâtes d'Italie cuites au lait.



**10.2.1.2.5. TABLEAUX RECAPILTULATIFS DE L'ELABORATION DES POTAGES PUREES AUTRES QUE LEGUMES :**

PUREE DE VOLAILLE	BISQUE	PUREE DE GIBIER	PUREE AU PAIN FRIT
<p>METTRE V OLAILLE ET RIZ EN MARMITE, AMENER A EBULLITION</p>	<p>LAVER LE RIZ ET CUIRE DANS FUMET DE POISSON</p>	<p>RÔTIR GIBIER VERT-CUIT, RESERVER PARTIE POUR QUENELLES</p>	<p>METTRE POTIRON EN MARMITE, MOILLER LAIT</p>
<p>ECUMER A FOND, AJOUTER BOUQUET MARMITE ET CUIRE</p>	<p>SUER CAROTTES ET OIGNONS</p>	<p>METTRE A CUIRE GIBIER + LENTILLES MOILLER FONDS GIBIER.</p>	<p>ASSAISONNER SEL + S°, AJOUTER CROÛTONS FRITS CUIRE</p>
<p>DESOSSER VOLAILLE , RESERVER SUPRÊMES POUR GARNITURE</p>	<p>AJOUTER CRUSTACE, ASSAISONNER, FAIRE ROUGIR</p>	<p>DESOSSER GIBIER, MIXER CHAIR AVEC LENTILLES ET JUS DE CUISSON</p>	<p>MIXER, RECTIFIER CONSISTANCE – LAIT ET ASSAISONNEMENT</p>
<p>ENLEVER B.M., REMETTRE CHAIR DESOSSEE</p>	<p>FLAMBER COGNAC, MOILLER FUMET, VIN BLANC, CUIRE</p>	<p>RECTIFIER CONSISTANCE (FONDS DE GIBIER) AJOUTER BEURRE</p>	<p>AJOUTER BEURRE ET CREME + GARNITURE. (PÂTES CUITES AU LAIT)</p>
<p>MIXER, CHINOIS</p>	<p>METTRE CARAPACES DANS MORTIER + RIZ BRÛLANT, PILER</p>	<p>AJOUTER GARNITURE DE ROYALE OU QUENELLES</p>	
<p>RECTIFIER ASSAISONNEMENT ET CONSISTANCE</p>	<p>REMETTRE TOUT EN MARMITE, PASSER MIXEUR, CHINOIS</p>		
<p>AJOUTER BONIFICATION CREME, JAUNES D'ŒUFS, BEURRE + PERSIL HACHE</p>	<p>RECTIFIER CONSISTANCE, FUMET ET CREME + BEURRE, RECTIFIER ASSAISONNEMENT POIVRE CAYENNE + GARNITURE</p>		

## **10.2.2. LES POTAGES CRÈMES ET LES POTAGES VELOUTÉS :**

Les potages crèmes et veloutés diffèrent entre eux par leur mouillement et leur bonification finale. Leur liaison et leur élaboration est identique.

Contrairement aux autres potages liés, les crèmes et veloutés ne se dépouillent pas après avoir été passés.

Lorsque leur mise au point de consistance est assurée, on les ramène à ébullition pour les tenir ensuite au chaud au bain-marie et à couvert, pour éviter la formation d'une peau en surface.

La liaison ou mieux bonification finale se fait en dernière minute.

### **10.2.2.1. LES POTAGES CRÈMES :**

**A) LE MOUILLEMENT :** Classiquement, l'élément de base est une béchamel légère, mais celle-ci est de plus en plus souvent remplacée par un velouté. Dans ce cas, il y a lieu d'employer un fonds aussi neutre que possible afin de ne pas dénaturer le goût spécifique des légumes.

**B) LIAISON :** La liaison se fera à raison de 60 gr de roux par litre.

**C) TECHNIQUE DE PRÉPARATION :** Si on réalise la préparation de façon classique (béchamel), il est préférable d'employer des ustensiles à fond épais. A cette fin et dans un but pratique, on peut cuire séparément béchamel et légumes de base, ceux-ci seront mouillés très court et ajoutés à la béchamel lorsqu'ils seront cuits aux  $\frac{3}{4}$ . Cette fin de cuisson dans la béchamel se fera lentement. Lorsque le potage est passé, une ébullition trop forte peut nuire à l'aspect de la crème (tournée). Lorsqu'on utilise un velouté pour réaliser la crème, la mise au point finale s'effectue avec du lait.

### **D) DOSAGES DES CRÈMES :**

La béchamel doit représenter :	5 dl soit	$\frac{1}{2}$ .
La purée caractéristique :	2,5 dl soit	$\frac{1}{4}$ .
Lait pour mise au point crème de bonification y comprise :	<u>2,5 dl soit</u>	<u><math>\frac{1}{4}</math>.</u>
Total :	10 dl	

**E) LIAISON FINALE :** Se fait à raison de 2 dl de crème par litre.

### **EXEMPLE : CRÈME DE CERFEUIL :**

**A) INGRÉDIENTS :** 12 couverts.

- 250 gr de cerfeuil.
- 100 gr de verts de poireaux.
- 50 gr de feuilles de céleri.

3 L de lait.	}	180 gr roux	60gr./litre
120 gr de farine.			
60 gr de matière grasse.			
6 dl de crème.			

**B) TRAITEMENT :**

1. Faire suer et étuver pendant quelques minutes poireaux, céleri et cerfeuil dont on a réservé une partie pour la garniture.
2. Réaliser une béchamel légère avec le roux et 2 litres de lait.
3. Dès que les légumes ont sués, mouiller très court et faire cuire.
4. Les légumes étant cuits aux  $\frac{3}{4}$ , les incorporer dans la béchamel et continuer la cuisson très doucement.
5. Après cuisson, passer au passe potage.
6. Mettre à consistance et rectifier assaisonnement, passer au chinois.
7. Redonner un petit bouillon et garder au chaud au bain-marie à couvert.
8. Ajouter la garniture, soit cerfeuil en pluches, soit cerfeuil mixé dans très peu d'eau froide.

**10.2.2.2. LES POTAGES VELOUTÉS :**

**A) LE MOUILLEMENT :** il existe de nombreux potages veloutés soit à base de légumes, de volailles, poissons, gibiers, soit à base de combinaison de légumes et de velouté.

On utilisera :	Fonds blanc	Velouté de légumes.
	Fonds volaille	Velouté de volaille.
	Fonds gibier	Velouté de gibier.
	Fumet de poissons	Velouté de poissons.

**B) LIAISON :** Pour tous les veloutés, comme pour les crèmes, 60 gr de roux blanc par litre.

**C) TECHNIQUE DE PRÉPARATION :**➤ **Velouté à base de légumes :**

Ceux-ci sont ajoutés dans le velouté après avoir été, selon leur nature, soit blanchis et étuvés au beurre (suer) ou tout simplement étuvés au beurre ; la cuisson tout comme dans le cas des crèmes se poursuivra dans le velouté même.

➤ **Velouté de volaille, gibier ou poisson :****Selon l'ancienne méthode :**

Les éléments volailles, gibiers ou poissons sont cuits dans le velouté même, après avoir été désossés. Ensuite, la cuisson terminée, ils sont passés au mixeur. De cette

façon, volailles, gibiers ou poissons sont réduits en purée et font corps avec le velouté. Bon goût, saveur et consistance augmentés. Cependant, ce procédé s'avère assez coûteux, car on emploie deux fois de la marchandise.

Tendance actuelle :

Les éléments volailles, gibiers ou poissons sont employés uniquement pour le fonds, ce qui représente la base de velouté.

➤ Velouté à base de crustacés :

Ils sont cuits puis pilés finement et ajoutés au velouté. A remarquer l'avantage du passe potage électrique qui convertit ces éléments solides en une masse crémeuse et homogène.

D) DOSAGE DES VELOUTÉS :

Le velouté (fonds + roux) représente la moitié du potage.

La purée (légumes) représente le quart.

Le fonds pour la mise au point et la liaison finale représente le dernier quart.

Exemple pour 2 litres de velouté terminé : Velouté aux poireaux.

Velouté de base	10 dl
Oignons, poireaux	5 dl
Fonds blanc	3 dl
Liaison finale	<u>2 dl</u>
Total :	20 dl ou 2 litres.

E) LIAISON FINALE : 2 jaunes d'œufs délayés dans un dl de crème par litre de velouté. En pratique, ces proportions sont diminuées car elles ne sont pas proportionnelles à la quantité.

**Remarque :** Un point délicat est la liaison finale. La consistance du potage étant légère et le nombre de jaunes d'œufs étant important, le potage ne peut plus bouillir sous peine de cuisson des œufs (jaunes), ce qui donnerait un aspect désagréable. Cependant, il doit être servi bouillant.

Solution : Tenir le potage au bain-marie.  
Un peu avant l'envoi, redonner un bouillon.  
Au moment de l'envoi et sur le côté du fourneau, incorporer la bonification en fouettant vivement.  
Ajouter la garniture et servir rapidement.

EXEMPLE : VELOUTÉ AGNÈS SOREL :

**A) INGRÉDIENTS :**

- 12 couverts.
- 1 petite poule à bouillir.
- 1 beau bouquet de marmite, bouquet garni.
- 180 gr de roux blanc.
- 1 kg de champignons.
- 4 dl de crème.
- 2 jaunes d'œufs.

**B) TRAITEMENT :**

1. Faire un excellent fonds de volaille avec la poule et le bouquet de marmite.
2. Sitôt le fonds de volaille terminé, le passer et le dégraisser parfaitement. Lier 3 litres de ce fonds avec le roux.
3. Ajouter les champignons préalablement émincés et étuvés au beurre.
4. Cuire doucement ce velouté.
5. Passer au passe potage, mettre à point de consistance et rectifier l'assaisonnement.
6. Passer au chinois mousseline, redonner un bouillon et garder au bain-marie et à couvert.
7. A l'envoi, redonner un bouillon et incorporer la liaison finale en dehors du fourneau.
8. Ajouter la garniture (julienne de volaille et langue écarlate émincés).
9. Envoyer très chaud et parsemer de peluches de cerfeuil.

**TABLEAU COMPARATIF DE L'ELABORATION DES CREMES ET VELOUTES :**

<b>POTAGE CREME</b>	<b>POTAGE VELOUTE</b>
Faire suer, mouiller et cuire légumes de l'appellation.	Faire suer, mouiller et cuire légumes de l'appellation.
Réaliser béchamel légère (60gr roux/L).	Réaliser velouté ordinaire (60gr roux /L).
A $\frac{3}{4}$ cuisson des légumes, les ajouter à la crème, continuer la cuisson.	A $\frac{3}{4}$ cuisson des légumes, les ajouter dans le velouté, continuer cuisson.
Cuisson terminée, passer passe potage et passer au chinois.	Cuisson terminée, passer passe potage et passer au chinois.
Rectifier consistance et assaisonnement.	Rectifier consistance et assaisonnement.
Tenir au chaud et à couvert au bain-marie.	Tenir au chaud et à couvert au bain-marie.
A l'envoi donner un coup de chaleur.	A l'envoi donner un coup de chaleur.
Ajouter bonification de crème.	En dehors du feu, ajouter bonification jaunes d'œufs, crème.
Ajouter garniture.	Ajouter garniture.

**Remarque :**

Par ce tableau, on remarque que la préparation de ces deux potages est identique si ce n'est :

- Le mouillement au lait pour la crème et le fonds pour le velouté.
- La bonification de crème pour le premier et de crème jaunes d'œufs pour le second.

Si comme la tendance actuelle le veut, le mouillement de la crème se fait au fonds, la seule différence qui subsiste est la liaison finale.

### **10.2.3. LES CONSOMMÉS LIÉS :**

Les consommés liés sont réalisés soit avec le tapioca, soit avec l'arrow-root.

Les proportions et le temps de pochage sont donnés dans le chapitre des garnitures pour consommés.

### **10.2.4. LES POTAGES LIÉS COMPOSÉS :**

Les potages liés composés sont issus de l'ancienne cuisine et se préparaient comme suit : ces potages étant des composés de purées, crèmes ou veloutés, les éléments qui les composent sont considérés comme étant mis au point et prêts à être servis. Ce n'est donc qu'un mélange à faire.

Autrement dit, un potage lié composé est le résultat du mélange de deux autres potages.

### **EXEMPLE : POTAGE SAINT-JULIEN :**

Mélanger 1 litre de crème de potiron et un litre de potage Parmentier, mis au point.

Servir à part, des rondelles de flûtes dorées au four et du fromage râpé.

De nos jours, ce genre de pratique n'a plus cours. En effet, à cette époque (début du xx<sup>ème</sup> siècle), l'arrivage des produits n'était pas comparable avec ce que nous connaissons aujourd'hui et il est probable que cette catégorie de potage permettait de réaliser un mets à partir de deux autres qui étaient en quantité trop réduites que pour en faire un seul.

**Remarques :** Dans tous les potages que nous venons d'étudier, certains n'y figure pas, tels les potages taillés type "cultivateur" ou "minestrone". Ces potages et leur mode de préparation peuvent cependant, quant à leur principe, se retrouver au niveau des consommés et plus particulièrement aux explications concernant la petite marmite dont ils ne sont en somme que des dérivés.

D'autres, comme les garbures ne sont pas non plus renseignés mais dans ce cas il est évident qu'ils sont eux-mêmes des dérivés des purées de légumes.

## **11. LES PÂTES ALIMENTAIRES :**

### **11.1. LES PÂTES ALIMENTAIRES INDUSTRIELLES :**

#### **11.1.1. GENERALITES :**

Les pâtes alimentaires industrielles sont fabriquées à base de semoule de blé dur, très riches en gluten. Il en existe une très grande variété.

Chez nous, les pâtes les plus courantes sont bien sûr les pâtes italiennes.

Malgré cette présence dominante, nous ne savons rien sur elles et surtout pas pourquoi elles adoptent des formes différentes. Pourtant cette variété de pleins, et de déviés répond à une nécessité précise : à chaque sorte de pâtes correspond toujours un type de sauce.

Parce que les fins spaghettis doivent s'enchevêtrer sans s'agglomérer, des sauces fluides, riches en huile d'olive leur sont nécessaires.

Plus épais, les bucatinis supportent des sauces consistantes, parsemés de jambon et de parmesan.

Dans une bonne soupe, il faut toujours une pâte fine et frétilante, comme le capelli d'angelo, ou très courte et mince qui, même en gonflant, ne devient pas étouffante.

Avec les pâtes aux œufs, plus soyeuses et plus délicates, une sauce riche et crémée, qui enrobe en douceur est recommandée.

Dès qu'on utilise des pâtes de grandes dimensions (lasagne, papardelle), on doit alors servir des sauces épaisses et grassouillettes, qui nappent bien : dans ce cas, pour que l'ensemble ne paraisse pas trop mou, on gratine afin de donner du croustillant.

A l'évidence, pour bien utiliser les pâtes, il existe des règles simples et de bon sens.

La plus importante : toujours prendre en compte la texture et la forme des pâtes.

Aux pâtes séchées, faites simplement de blé dur, cuites "al dente" c'est-à-dire légèrement fermes sous la dent, il convient d'opposer une sauce fondante et riche en matière grasse qui donnera ainsi du velouté à l'ensemble.

Les pâtes creuses s'accommoderont d'une sauce plus liquide, légèrement collante (avec crème et fromage fondu) qui pourra pénétrer ainsi les cavités et apporter tout le moelleux souhaité.

Les cannelées ou torsadées qui retiennent bien les sauces, s'associent bien soit à une préparation épaisse à base de viande hachée, soit à une sauce filante et moyennement nappante pour conserver intact le goût de la pâte.

Les pâtes de formes complexes, faites de creux et de reliefs multiples (orecchiette...) sont capables de retenir dans leurs plis plus de petits morceaux de sauce ou de légumes : c'est pourquoi une préparation à base de brocolis (il se défait facilement en grains qui s'accrochent à la pâte) ou d'un hachis fin, convient particulièrement bien.

Armés de ces principes, il reste désormais à accommoder les pâtes du monde entier comme il se doit.

### **11.1.2. TECHNIQUE DE CUISSON :**

1. Plonger les pâtes dans une grande quantité d'eau bouillante salée (1 litre pour 100 gr de pâtes). Ajouter un filet d'huile, ce qui empêchera la cuisson de déborder.
2. Les remuer à l'aide d'une spatule en bois pour éviter qu'elles ne collent entre elles.
3. Cuire à découvert en remuant de temps en temps, l'ébullition sera continue.
4. Vérifier l'à point de cuisson, elles sont cuites lorsqu'elles cèdent sous la pression des doigts tout en étant encore un peu ferme sous la dent " al dente ".
5. Au terme de la cuisson, les égoutter et les passer sous soit l'eau bouillante si l'emploi est immédiat, soit sous l'eau froide. Cette opération a pour but d'éliminer l'amidon pour éviter qu'elles ne collent entre elles.
6. Les accommoder suivant utilisation.

#### **Recommandations d'usage :**

Il faut éviter de conserver les pâtes dans l'eau froide, ce procédé les détrempe, ce qui nuit à leur qualité.

Pour un emploi ultérieur, les débarrasser sur une plaque garnie d'un essuie et les recouvrir d'un second.

Pour le service à la carte, il est courant de les cuire à l'avance, sitôt cuites elles sont rafraîchies et égouttées. A l'envoi, il suffira de les plonger dans de l'eau bouillante salée, de bien les égoutter et de les accommoder suivant dénomination.

On compte de 60 à 80 gr de pâtes crues par personne, suivant qualité.  
Plus une pâte est longue à cuire, meilleure elle sera.

### **11.1.3. PRINCIPAUX ACCOMMODEMENTS :**

Les pâtes sont régulièrement servies natures. La garniture beurre, fromage, sauce est servie à part. Le mélange s'effectue devant le client.

#### **1- Pâtes à l'Italienne :**

Liées avec noix de beurre frais, sel, poivre et pointe de muscade. Ajouter fromage râpé et faire sauter le tout ou servir le fromage à part.

#### **2- Pâtes à la Niçoise :**

Idem italienne + oignons finement revenus à l'huile + pointe d'ail + tomates concassées.

#### **3- Pâtes à la Milanaise :**

Idem Italienne + juliennes de jambon, champignons, langue, truffes suées au beurre et déglacées madère, ajouter sauce tomate, jus de veau brun. Fromage râpé à part.



### 11.1.4. LES DIFFÉRENTES VARIÉTÉS COMMERCIALES :

1. **ALPHABET ET CHIFFRES** : minuscules pâtes, surtout utilisées dans les soupes, potages et consommés.
2. **ANELLINI RIGATI OU “LISCI”** : pâtes en forme d’anneaux, très bonnes dans les potages.
3. **BANH CANH NGOC YEN** : à base de farine de riz et de tapioca (Viêt-Nam).
4. **BANH PHO** : vermicelle de riz, généralement aromatisé à la tomate (Thaïlande).
5. **CANESTRINI** : petits paniers aux bords dentelés. Nom dialectal de panierini : petites pâtes pour soupes.
6. **CANNELONI** : destinés à être farcis de viandes, d’épinards et de béchamel, puis roulés et passés au four.
7. **CAPELLI D’ANGELO** : pelote de pâtes très fines, ramassées en nid. Très bonne en soupe ou gratinée avec du beurre, de la crème et du parmesan.
8. **CAPELLI DA PRETE** : “chapeau de curé”. Genre de raviolis ronds, habituellement farcis de cèpes et de viande de porc.
9. **CAVATAPPI** : pâtes creuses en spirales, pour un ragoût de viande et tomates.
10. **CHUUKA SOBA** : les sobas, à base de farine de sarrasin, sont les plus populaires des pâtes japonaises. Cuites à l’eau, elles sont servies avec de la moutarde et des poireaux crus en rondelles.
11. **CONCHIGLIETTE PICCOLE** : cette sorte de coquille se sert avec une sauce pimentée à l’huile d’olive, aux tomates et aux coques.
12. **CONCHIGLIE RIGATE** : plus ou moins grosses, ces coquillettes s’apprêtent comme les lumacanis.
13. **DITALINI** : petits anneaux de pâtes parfaits pour potage.
14. **FARFALLE** : (papillon) : Pâte fine, à mélanger à une sauce fine, fluide, à la tomate et à l’huile d’olive.
15. **FARFALLINI** : (petit papillon). Idéales dans un consommé, tout comme la précédente.
16. **FIOCHETTI** : (évoquant un nœud de ruban).
17. **FESTONATTI** : pâtes courtes festonnées : il leur faut une sauce légère à base d’huile.
18. **FETTUCINE VERDI** : variante plus fine de la tagliatelle, aux épinards. Avec une sauce au jambon, à la crème et au parmesan.
19. **LUMACONI** : cette pâte lisse ou nervurée en forme de coquille d’escargot (lumache = escargot) est très bonne avec des sauces à base de légumes, de ricotta, de parmesan, d’œufs, de mozzarella et d’un peu de crème avant de gratiner au four.

20. **FUSILLI** : pâtes creuses en spirale, pour un ragoût de viande et de tomates, à la ricotta et au pecorino.
21. **FUSILLI BUCATI** : longues et fines torsades de pâtes. Mêmes traitements que cavatappi.
22. **GNOCCHETTI SARDI** : petits gnocchi originaires de Sardaigne à servir avec une sauce tomate fluide.
23. **GNOCCHI** : il existe plusieurs versions de gnocchis : à base de semoule, de pommes de terre ou de pâte à choux..
24. **GRAMIGNA** : littéralement “ chiendent ”. La sauce doit être fluide, accompagnée de saucisses et de tomates.
25. **MACCHERONI** : court, creux et incurvé, en France et en Belgique, on le nomme Macaroni et on le sert au gratin. Toutes les sauces lui conviennent.
26. **MEZZE LUNE VERDI** : demi-lune aux épinards, farcies de mozzarella, de gorgonzola ou de ricotta. Servir simplement avec un peu de beurre et de parmesan.
27. **MEZZE PENNE TRICOLORI** : plumes aux œufs, tomates et aux épinards. Invention de l'industrie.
28. **MILLERIGHE** : gros macaronis striés extérieurement de “ mille raies ”.
29. **NOUILLES CHINOISES** : à base de farine de blé, de soja ou de riz. Fines, translucides, souvent servies en potage ou bien frites.
30. **NOUILLES PLATES AUX ŒUFS** : parfois aromatisées aux crevettes. (Chine).
31. **NOUILLES RONDES AUX ŒUFS** : originaires de Chine.
32. **NIDI DI TAGLIATELLE ALL'UOVO** : nid de tagliatelles aux œufs. Spécialité de la région de Bologne. On les prépare toujours dans un consommé de poularde.
33. **IYOMATSUYANA DOUGO MARU UDON** : japonaises, servies surtout dans les soupes ou seules cuites à la vapeur.
34. **LASAGNE** : Tagliatelles, mais de format différent sont larges et courtes. Parfaites avec de la ricotta et une sauce napolitaine. Bon mariage avec le gibier.
35. **LASAGNETTE** : petites lasagnes. Elles sont très bonnes avec du pistou ou une sauce aux fruits de mer.
36. **LAI FEN** : vermicelles de riz. (Chine).
37. **ORECCHIETTE BARESI** : pâtes en forme d'oreilles, région de Bari : on les assaisonne avec des brocolis et du fromage pecorino.
38. **PAPPARDELLE ALL'UOVO** : pâtes fraîches aux œufs, généralement servies avec un jus de viande.
39. **PÂTES JAPONAISES** : voici les plus courantes : “ Miwa ”, “ Somen ”, “ Nagasaka ”, “ Soba ”, “ Cha soba ”, “ Saniki ”, “ Harusame ”.
40. **PENNE RIGATE** : sorte de macaroni droit, à nervures, coupé en biseau aux extrémités, signifie plumes en français. Très bon avec des sauces pimentées et liquides.

41. **PIPE RIGATE :OU MEZZE RIGATONI :** forme creuse, incurvée rappelant le fourneau d'une pipe.
42. **QUADRETTI :** carrés plats, excellents dans les soupes.
43. **RAVIOLIS :** oreillers carrés, rectangulaires ou ronds, farcis d'un mélange de viandes, servis dans un consommé aromatisé ou avec une sauce semi-épaisse.
44. **RIGATONI :** gros macaroni nervurés à servir avec beaucoup de sauce à la viande, avec parmesan et basilic.
45. **RISETTO :** très petites pâtes à potage ressemblant à du riz.
46. **RUOTTE :** En forme de roue. Le petit modèle " ruotina " est utilisé dans le minestrone avec des légumes taillés gros.
47. **SPAGHETTI :** " spaghetti ou vermicelli ". Long, fin et cassant, appelé communément " vermicelli " dans le sud de l'Italie, c'est la plus populaire des pâtes. La différence entre les trois est due à leur diamètre. Les spaghetti se marient très bien avec le poisson, pour les deux autres, toutes les sauces sont bonnes.
48. **SPAZZI :** cette pâte aux œufs, presque liquide, est directement versée dans l'eau bouillante salée à l'aide d'une poche à douille (Alsace). A assaisonner avec du beurre, du jambon cuit, de la crème et du parmesan.
49. **SPIRALI :** petites pâtes torsadées, très bonnes avec une sauce à la viande ou à la tomate et au parmesan.
50. **STELLINE :** petites étoiles, pâtes à potage.
51. **TAGLIOLINI :** fines tagliatelles. A déguster avec une sauce au jambon, à la crème fraîche et au parmesan, gratinées au four.
52. **TORTELLONI :** pâtes de forme carrée, farcies avec des épinards et de la ricotta, assaisonnées avec du beurre et de la sauge.
53. **TORTELLINI :** petits sacs renflés, farcis d'une farce à la viande, de fromage et de jambon. Apprêt habituel : sauce bolognaise.
54. **VERMICELLE DE SARRASIN :** longue pâte souple, originaire de Corée du Sud.

## 11.2. LES PÂTES FRAÎCHES :

Bien que les supermarchés proposent de merveilleuses pâtes d'importation, rien ne vaut les pâtes que l'on fait soi-même. Quiconque y a goûté, refusera toutes les autres.

### 11.2.1. PÂTE DE BASE :

(identique pour toutes les préparations).

A) INGRÉDIENTS : 500 gr de farine  
5 œufs  
15 gr de sel  
1 à 2 c. à pot. d'huile d'olive.

#### B) ELABORATION :

1. Disposer la farine en bassin fontaine, mettre au centre les œufs, le filet d'huile, le sel.
2. Mélanger du bout des doigts, ensuite fraiser la pâte et la travailler pendant 10 minutes jusqu'à ce qu'elle devienne souple.
3. Envelopper dans un linge et laisser reposer au frais 1H30 à 2H00.
4. Abaisser la pâte jusqu'à 1 mm d'épaisseur.
5. Découper la pâte suivant forme et préparation voulue.

#### Remarques :

Les pâtes sont plus souples et d'un beau jaune doré quand on utilise uniquement les jaunes des œufs.

Pour 500 gr de farine, il faut alors 8 jaunes d'œufs

Ajouter éventuellement un peu d'eau.

Il faut veiller également à ce que la pâte ne dessèche pas, elle deviendrait friable et il ne serait plus possible de la travailler. Il suffit de la couvrir d'un torchon humide, jusqu'au moment de la travailler.

## 11.2.2. LES PÂTES FRAÎCHES LES PLUS COURAMMENT REALISEES :

### 11.2.2.1. LES RAVIOLIS :

A) FARCE : 80 gr de lard fumé maigre.  
1 c. à pot. de beurre.  
200 gr hachis porc et bœuf.  
1 oignon émincé.  
1 c. à port. de chapelure.  
200 gr épinards blanchis et hachés grossièrement.  
Sel, poivre, thym.

## B) PRÉPARATION :

1. Faire fondre le lard à feu modéré.
2. Ajouter le beurre.
3. Incorporer le thym, les épinards et la chapelure, retirer du feu.
4. Saler, poivrer et laisser refroidir.
5. Abaisser la pâte sur 1 mm d'épaisseur et la couper en rectangle de 6 x 13 cm.
6. Garnir les rectangles de farce, mouiller les bords avec un peu d'eau et refermer en pressant bien pour que la farce ne puisse s'échapper à la cuisson.
7. Porter 1 litre de fonds blanc à ébullition et y plonger les raviolis. Réduire la chaleur et laisser cuire 15 minutes environ à petits frémissements (à gros bouillons, les raviolis éclateraient).
8. Retirer à l'écumoire, si besoin, rafraîchir et mettre en timbale ou dans des formes à gratin en couches superposées.

## C) SAUCE :

Fonds de veau, tomates concassées.

Terminer par du fromage râpé et gratiner.

**N.B. :** Si nécessaire, ramollir la farce avec du jus de veau.

## 11.2.2.2. LES CANNELONIS :

### A) FARCE : 1 c. à pot. d'huile d'olive

300 gr de viande de bœuf haché.

30 gr de lard en dés

1 à 2 oignons, 1 à 2 gousses d'ail

1 c. à port. de farine

4c. à café de concentré de tomates

½ dl de vin rouge

Sel, poivre, thym, laurier

¼ litre de béchamel

Gruyère râpé

## B) PRÉPARATION :

1. Chauffer l'huile dans la poêle pour faire revenir la viande avec les lardons, ajouter les oignons et l'ail épluchés, finement émincés. Ajouter la farine en remuant.
2. Adjoindre le concentré de tomates et le vin rouge, saler, poivrer et ajouter un peu de thym. Laisser mijoter jusqu'à ce que le liquide soit évaporé, retirer du feu et garder au chaud.
3. Abaisser la pâte et la couper en rectangles de 10 x 15 cm. Porter à ébullition dans une grande casserole l'eau salée. Plonger les cannellonis et les sortir après 1 minute et les ranger sur un linge humide.
4. Beurrer un plat à gratin. Garnir chaque rectangle de pâte de farce et enrouler. Ranger les cannellonis les uns à côté des autres dans le plat, saucer de béchamel, saupoudrer de parmesan ou de gruyère râpé, parsemer de noisettes de beurre et faire gratiner.

### **11.2.2.3. LASAGNES :**

Découper dans la pâte des bandes de 10 x 15 cm environ, les empiler dans un plat à gratin, en recouvrant chaque couche de pâte soit de sauce bolognaise (voir-ci après) soit de béchamel ou des deux en alternance.

Saupoudrer de fromage râpé et gratiner.

### **11.2.2.4. TORTELLINIS :**

Étendre la pâte sur une plaque saupoudrée de farine, découper des carrés de 6 cm de côté et les garnir de farce. Replier les carrés en triangles, en veillant à ce que les coins ne se superposent pas exactement.

Presser soigneusement les bords, replier les deux coins vers l'intérieur et les coller l'un sur l'autre.

### **11.2.2.5. NOUILLES :**

On peut couper les nouilles à la machine ou à la main. Fariner la pâte, l'abaisser finement, fariner à nouveau et faire rouler la pâte sur elle-même. Avec un couteau la couper en tranches de la largeur désirée qu'il suffit ensuite de dérouler.

Si on désire des nouilles à bords dentelés, on utilisera un couteau cannelé ou une petite roulette à pâte cannelée.

### **11.2.2.6. LES GNOCCHIS :**

#### **11.2.2.6.1. A BASE DE PÂTE À CHOUX (PARISIENNE) :**

**A) INGRÉDIENTS :**      ½ litres de lait  
                                 200 gr de beurre  
                                 300 gr de farine  
                                 ± 10 œufs  
                                 125 gr de gruyère râpé  
                                 Sel, poivre, muscade

#### **B) PRÉPARATION :**

1. Faire bouillir le liquide avec le sel et la matière grasse.
2. Ajouter en une seule fois la farine en pluie.
3. Faire sécher la pâte sur le fourneau jusqu'à ce que l'appareil ne colle plus dans le fond de l'ustensile.
4. Hors du fourneau incorporer 2 à 2 les œufs entiers.
5. Quand la pâte est bien homogène, ajouter 250 gr de fromage râpé.

#### **C) CUISSON :**

1. Mettre la pâte à choux dans une poche munie d'une douille n°16.

2. Avec le dos d'un petit couteau, couper de petits cylindres de 3 à 4 cm au fur et à mesure que la pâte sort de la poche en les faisant tomber dans l'eau frémissante salée.
3. Laisser pocher sans faire bouillir de 8 à 10 minutes.
4. Les sortir à l'écumoire et les égoutter sur un linge.
5. Les ranger dans un plat à gratin et accommoder suivant recette.

#### **11.2.2.6.2. A BASE DE SEMOULE (ROMAINE) :**

- A) INGRÉDIENTS :**
- 1 litre de lait
  - 80 gr de beurre
  - 200 gr de semoule
  - 2 jaunes d'œufs
  - Sel, poivre et muscade.

#### **B) PRÉPARATION :**

1. Porter le lait à ébullition avec sel, poivre, muscade et beurre.
2. Verser en pluie les 200 gr de semoule.
3. Cuire 20 minutes et ajouter les deux jaunes d'œufs.
4. Débarrasser sur une plaque huilée (épaisseur 1 à 2 cm) et faire refroidir.
5. Détailler à l'emporte-pièce rond, ranger en couronne dans un plat à gratin.

#### **11.2.2.6.3. A BASE DE POMMES DE TERRE :**

- A) INGRÉDIENTS :**
- ½ kg de pommes de terre
  - 2 jaunes d'œufs
  - 2 œufs entiers
  - 50 gr de beurre
  - 150 gr de farine

#### **B) PRÉPARATION :**

1. Passer vivement au tamis les pommes de terre cuites préalablement à l'anglaise, épurées et séchées au four.
2. Ajouter les deux jaunes d'œufs et les deux œufs entiers, le beurre et la farine.
3. Mélanger de façon à obtenir une pâte bien homogène.
4. Former de petites boules, les aplatir et les canneler à la fourchette pour former un quadrillage dessus.
5. Pocher à l'eau bouillante salée, égoutter.
6. Dresser en timbale en alternant chaque couche par du fromage râpé, arroser de beurre fondu et faire gratiner.

### **11.2.3. FARCES ET SAUCES DIVERSES :**

#### **11.2.3.1. FARCE À LA RICOTTA ET AUX ÉPINARDS (pour tortellinis et raviolis) :**

##### **A) INGREDIENTS :**

400 gr d'épinards  
250 gr de ricotta  
2 œufs  
125 gr de parmesan  
Sel, poivre

##### **B) PREPARATION :**

1. Blanchir les feuilles d'épinards quelques minutes, égoutter à fond et hacher grossièrement.
2. Émietter le ricotta dans un saladier et y mélanger les épinards, les œufs et le parmesan, saler et poivrer.

**Remarque :** cette farce peut servir pour toutes les pâtes.

#### **FARCE À LA VIANDE (pour tortellinis et raviolis) :**

##### **A) INGREDIENTS :**

1 c. À pot. de beurre  
125 gr de filets de dinde (en petits dés)  
75 gr de saucisson (en petits dés)  
75 gr de jambon cru (en lanières)  
1 œuf  
100gr de parmesan râpé  
Sel, poivre, muscade

##### **B) PREPARATION :**

1. Faire fondre le beurre à feu doux et faire revenir les dés de dinde à feu doux.
2. Retirer du feu et mettre dans un saladier avec les autres ingrédients. Bien mélanger le tout.

### **11.2.3.2. LA SAUCE BOLOGNAISE :**

Certainement la plus connue des sauces italiennes.

##### **A) INGRÉDIENTS :** 4 couverts.

200 gr haché de bœuf.  
50 gr oignon haché.  
100 gr de carottes en fine brunoise.



50 gr de céleri en fine brunoise.  
1 c. à port. de concentré de tomates  
½ litres de fonds blanc  
1 petit bouquet garni  
1 gousse d'ail  
4 tomates mondées

### B) TRAITEMENT :

1. Faire chauffer un peu d'huile dans un ustensile à fond épais et large.
2. Sauter vivement la viande en l'écrasant et en la remuant constamment pour la désagréger, jusqu'à évaporation complète du liquide.
3. Ajouter les oignons, carottes, céleri, laisser fondre quelques minutes avec la viande et colorer légèrement celle-ci.
4. Mouiller avec le fonds, ajouter le bouquet garni, le concentré de tomates et tomates fraîches concassées.
5. Amener à ébullition, saler, couvrir et cuire au moins deux heures en mélangeant de temps en temps, surveiller la réduction du liquide.
6. Presque en fin de cuisson, ajouter l'ail.

### 11.2.3.3. LA SAUCE CARBONARA

#### A) INGREDIENTS :

10 cl vin blanc.  
150 gr oignons.  
200 gr parmesan  
30 cl huile d'olive.  
50 gr beurre.  
3 œufs.  
Poivre blanc, sel fin.  
200 gr pancetta. (en Belgique on utilise à tort du lard fumé)

#### B) ELABORATION :

- 1- Dans un grand ustensile, battre 2 œufs entiers avec 200 gr de parmesan râpé, du sel et du poivre.
- 2- Ajouter 3 dl d'huile d'olive et 50 gr de beurre en petits morceaux.
- 3- Dans une poêle, dorer 150 gr de pancetta coupée en dés avec quelques gouttes d'huile d'olives. Egoutter et réserver.
- 4- Dans la même poêle, faire blondir 150 gr d'oignons émincés finement. Y ajouter la pancetta réservée et 3,5 cl de vin blanc.
- 5- Verser la préparation tiède dans l'ustensile contenant les œufs et le parmesan.
- 6- Cuire les tagliatelles suivant méthode.
- 7- Egoutter les pâtes et les verser dans la soupière.
- 8- Mélanger longuement pour éliminer la vapeur. Servir dans une assiette et déposer au sommet des pâtes 1 jaune d'œuf dans sa demi coquille.

### **11.2.4. COLORATION DES PÂTES :**

Avec un surplus de travail minime, on obtient le plus bel effet. Les pâtes colorées peuvent “ optiquement ” relever les plats les plus simples, surtout quand on mélange plusieurs couleurs.

On peut offrir des mélanges fort contrastés : des pâtes rouges avec des brocolis (verts ! ) par exemple.

**1) PÂTES AUX FINES HERBES :** Ajouter 2 c. à pot. de fines herbes hachées aux œufs et travailler avec la farine pour obtenir une pâte homogène.

**2) PÂTES AUX TOMATES :** Mélanger aux œufs 2 à 3 c. à c. de concentré de tomates et ajouter à la farine.

**3) PÂTES AU SAFRAN :** Dissoudre 1 c. à c. de safran en poudre dans 1 c. à pot. d’eau chaude et ajouter à la pâte.

**4) PÂTES AUX BETTERAVES ROUGES :** Pour obtenir une couleur plus intense, faire réduire de moitié 3 c. à pot. de jus de betteraves rouges, verser sur les œufs et bien mélanger à la farine.

Ici, l’imagination ne connaît pas de limites. La recette de base peut être modifiée à l’infini : avec du jus de carottes, du paprika, des épinards finement hachés, etc...

## **12. LE RIZ :**

Les anciens grecs étaient bien trop conservateurs pour que ces grains blancs qu'Alexandre le Grand avait ramenés de ses lointaines campagnes aient pu leur plaire.

Les Romains étaient déjà des gourmets plus curieux. Ils trouvèrent ces grains qui leur arrivaient d'Asie tellement sensationnels qu'ils se mirent vite à en planter eux-mêmes dans la plaine du Pô. Le riz devint un élément de la grande cuisine classique en Italie.

On ne peut certes comparer la place qu'il occupe chez nous avec celle qu'il détient au Japon ou en Chine, où tout le repas s'organise autour du riz. Les gourmets asiatiques en connaissent 7000 (!) espèces différentes, neuf d'entre elles seulement sont connues dans nos contrées. Un Japonais consomme 90 kilos de riz par an, un Européen environ 2 kilos. Pourtant ce ne sont pas les recettes qui manquent...

Le riz contient non seulement des fibres indispensables mais aussi des vitamines et des sels minéraux tels le fer et le calcium. Comme pour les autres aliments, moins le riz est traité chimiquement, plus il est riche en éléments nutritifs.

### **12.1. LES DIFFÉRENTES VARIÉTÉS :**

On distingue deux grandes variétés de riz :

**Le riz long :** souvent appelé "riz de Patna", à grains longs et fins qui, à la cuisson, deviennent bien blancs. Ce riz s'emploie pour accompagner viandes, poissons et légumes ou est mélangé à d'autres ingrédients dans un plat unique.

**Le riz rond :** Vialone ou Arborio par exemple, dont les grains ronds et renflés deviennent relativement mous à la cuisson. Il s'emploie souvent pour le riz au lait. Selon le traitement qu'on lui fait subir, on distingue quatre qualités de riz, qu'il soit long ou rond.

#### **LES DIFFÉRENTES PRÉSENTATIONS COMMERCIALES :**

**Le riz complet :** c'est un riz brun, non poli, dont le germe est encore entouré de ses enveloppes externes. En raison de sa haute teneur en graisse, sa durée de conservation est limitée.

**Le riz blanc :** riz poli dont la surface est bien lisse et qui, gardé au sec, se conserve pendant des années.

**Le riz précuit :** traité sous pression à la vapeur, selon un procédé américain qui consiste à faire passer les vitamines et les sels minéraux des enveloppes externes à l'intérieur du grain pour lui garder toute sa valeur nutritive. Le grain est ensuite poli. Ce riz, d'une couleur jaunâtre à l'achat, devient blanc à la cuisson et ne colle pas.

**Le riz à la minute :** il s'agit du riz blanc traité de façon à cuire particulièrement vite. Il est précuit industriellement, ce qui permet de terminer sa cuisson en 5 minutes environ.

**Le riz sauvage :** en dépit de son nom, il ne s'agit pas véritablement de riz. Ce sont les graines d'une graminée qui pousse à l'état sauvage dans les régions marécageuses de l'Amérique du Nord. C'est pour sa saveur très particulière qu'on apprécie le riz sauvage. Il est vendu non décortiqué, à un prix relativement élevé que justifie une récolte astreignante.

**Préparation :**

Faire tremper le riz sauvage à l'eau chaude ou bouillante pendant 1 heure. Égoutter et faire cuire 45 minutes à l'eau salée. On compte trois tasses d'eau pour une tasse de riz.

## **12.2. CUISSON ET UTILISATION DU RIZ :**

### **12.2.1. LE RIZ NATURE OU RIZ CRÉOLE :**

**PREPARATION :**

1. Verser le riz préalablement soigneusement lavé dans une grande quantité d'eau bouillante salée. (Une fois et demie le volume de riz).
2. Remuer doucement et ramener à ébullition.
3. Cuire à découvert et par une ébullition constante.
4. Après 15 à 20 minutes de cuisson, vérifier l'aspect de celle-ci.
5. Aussitôt cuit, rafraîchir à l'eau courante.
6. Égoutter dans une passoire.
7. L'étendre sur une plaque beurrée sous une faible épaisseur, saler légèrement et parsemer de quelques noix de beurre.
8. Préserver le tout avec papier beurré ou aluminium et glisser dans un four doux..
9. Lorsque le riz est chaud, l'égrener à la fourchette et répartir le beurre. Les grains ne doivent pas coller. Cette méthode de cuisson du riz est également utilisée pour les hors-d'œuvre. On l'assaisonne légèrement de vinaigrette lorsqu'il est encore tiède, car froid, le riz digère très mal l'assaisonnement.

**UTILISATION :**

Hors d'œuvre.

Salade composée avec moules, crevettes, chair de crabe, maïs, brunoise de poissons, dés de volaille, etc.

Sauce vinaigrette, mayonnaise, cocktail (la sauce vinaigrette doit être ajoutée avant le refroidissement complet du riz)

Garniture de certains potages (Ambassadeur, Andalouse).

Accompagnement ou garniture de plats principaux (blanquette de veau, poularde pochée, poissons ou crustacés à l'américaine, etc.)

### 12.2.2. LE RIZ PILAF :

Au Pakistan on dit pilau, en Inde pulau, en Perse polo, mais c'est toujours du même plat qu'il s'agit, avec des variantes régionales, notamment le pilaf asiatique. Un plat unique à base de riz et de viande, toujours préparé avec du riz long.

A) INGREDIENTS : 400gr de riz long  
1 oignon haché  
125gr de beurre  
¾ de litre de fonds blanc, volaille ou fumet de poisson.  
Bouquet garni, sel

#### B) PREPARATION :

1. Faire tomber au beurre et à blanc, l'oignon finement haché.
2. Ajouter le riz aux oignons et le faire perler (nacrer), c'est-à-dire qu'il faut mélanger de façon à ce que chaque grain soit enrobé de matière grasse et devienne transparent.
3. Mouiller avec le fonds blanc ou de volaille ou fumet de poissons (1 x ½ la valeur du riz).
4. Amener à ébullition, saler, ajouter bouquet garni, mélanger une dernière fois.
5. Couvrir d'un papier aluminium et d'un couvercle et cuire au four (four moyennement chaud).
6. Au cours de la cuisson, (18 à 20 minutes) vérifier celle-ci. Retirer papier et couvercle, laisser évaporer quelques minutes.
7. Transvaser alors dans un autre ustensile, parsemer de quelques noisettes de beurre. A l'aide d'une fourchette, égrener le riz afin de bien répartir le beurre et de décoller chaque grain. Vérifier assaisonnement, remettre papier et couvercle et tenir au chaud.

UTILISATION : Accompagnement et garniture de certains plats en sauce (le caractère spécifique du plat peut être respecté en utilisant un liquide de mouillement approprié).Exemples :

- Fonds blanc de volaille pour accompagner une volaille pochée ou une fricassée.
- Fonds blanc de veau pour une blanquette.
- Fumet de poisson pour accompagner les poissons pochés au court mouillement ou braisés.
- **Remarques :** *le goût du riz pilaf varie suivant les différents ingrédients pouvant lui être incorporés.*  
*(moules, crevettes, crabes, langoustines, écrevisses, dés de poissons, tomates, maïs, brunoise de poivrons rouges, verts, jaunes, champignons, courgettes, truffes, raisins secs, dés de volaille ou de viandes diverses, crème, gruyère, parmesan, corps gras tels que graisse d'oie, huile d'olive, aromates, épices et condiments divers tels curry, safran, paprika, herbes diverses, etc.*
- Riz cantonnais.
- Rizotto divers (voir ci-après).

### **12.2.3. LE RIZOTTO :**

Le rizotto est une préparation d'origine italienne, et est présent dans chaque menu dans le nord de l'Italie. Il est réalisé suivant la technique du riz pilaf et additionné suivant l'appellation d'une garniture, de fromage, de crème ou de consommé.

#### **Exemples :**

***Milanaise :*** Colorer légèrement au safran ; julienne de jambon, champignons, langue écarlate, truffes, sauce ½ glace fortement tomatée, bouquet de fondue de tomates, parmesan râpé ou gruyère râpé.

***Piémontaise :*** Truffes blanches du Piémont ou brunoise de jambon, parmesan râpé.

***Grecque :*** Chair à saucisse, petits pois, brunoise de poivron rouge.

***Egyptienne :*** Foies de volailles sautés, dés de champignons et de jambon.

### **12.2.4.. LE RIZ AU LAIT :**

#### **PREPARATION :**

1. Laver soigneusement le riz.
2. Le blanchir quelques minutes (départ eau froide).
3. L'égoutter et le verser en pluie dans du lait bouillant vanillé et très légèrement salé.
4. Cuire au four et à couvert jusqu'à l'absorption complète du lait.
5. Ajouter une liaison composée de sucre et de jaune d'œufs blanchis pour le riz condensé ou de la crème anglaise collée pour le riz à l'impératrice.

#### **UTILISATION :**

- Riz au lait.
- Gâteau de riz au caramel.
- Pudding de riz.
- Fruits condensés
- Croquettes de riz.
- Fruits pochés créole.
- Riz à l'impératrice.
- Riz sicilienne.
- Riz maltais.
- Fruits pochés Joséphine.

## 12.2.5. AUTRES UTILISATIONS DU RIZ :

### 12.2.5.1. AGENT DE LIAISON :

Potages crécy au riz, potages portugais, les potages bisques de crustacés, les potages purées de volaille ; sauce soubise au riz, utilisation dans les farces chaudes ou froides, etc.

### FARCE POUR VOLAILLES POCHEES OU POÊLEES ET FARCIES AU RIZ

Riz pilaf cuit au  $\frac{3}{4}$  et crémé : ajouter suivant l'appellation : truffes, foie gras, champignons, sauce soubise ou suprême, etc.

Il faut également noter que de nombreux produits dérivés du riz ont diverses utilisations :

- crème de riz pour la liaison des potages.

- - flocons de riz (petit déjeuner).
- - semoule de riz (entremets, pudding).
- - alcool et « bière » de riz, etc.

## 13. LES CEREALES SECONDAIRES :

### 13.1. L'AVOINE :

L'avoine est utilisée sous la forme de farine fine (crème), farine plus grossière (grau) ou encore sous formes laminées (flocons).

#### Utilisation :

**Farine** : Liaison des potages, entremets, crème d'avoine, galettes d'avoine écossaises (oatcakes).

**Flocons** : Porridge, mélanges de céréales pour petit déjeuner (muesli).

### 13.2. LE BLE :

Céréale appréciée depuis la plus haute antiquité, le blé se divise en deux catégories :

- Le blé dur (riche en gluten), principalement utilisé en semoulerie.
- Le blé tendre ou Froment principalement utilisé en meunerie pour la fabrication de la farine.

La farine de blé est panifiable par excellence.

#### Utilisation :

**Blé dur** : Produits de semoulerie, couscous, taboulé, pudding de semoule, pâtes alimentaires, gnocchi.

**Blé tendre** : Farine complète, farine blanche, pain, pâtisseries, biscuiteries et ses dérivés, pâtes alimentaires fraîches, liaison des potages, des sauces, des crèmes, etc.

**Blé précuit** : Hors d'œuvre, salades composées, garnitures d'accompagnement.

Les germes de blé et le son sont principalement utilisés en diététique.

### 13.3. LE BLE NOIR OU SARASIN :

Céréale non panifiable, cultivée principalement dans les terrains granitiques.

**Utilisation :**

**Farine** : Galettes, crêpes bretonnes, pâtisseries, bouillies, blinis.

**Semoule** : « Kacha » utilisée dans la fabrication du kouloubiac (cuisine slave)

### 13.4. LE MAÏS :

Le maïs, originaire d'Amérique du Sud, a été introduit en Europe au XVI<sup>ème</sup> siècle par les explorateurs qui revenaient du Nouveau Monde.

Le maïs constitue l'alimentation de base de nombreuses régions économiquement faibles (Italie du Sud, Afrique, Inde, Amérique du Sud). Le maïs carencé en certains acides aminés indispensables est souvent associé à des graines de légumineuses (haricots rouges, lentilles.....).

La farine de maïs n'est pas panifiable.

**Utilisation :**

**Maïs « sweet corn » ou « maïs doux »** : - (sucré et riche en eau). Consommé en épis pochés ou grillés (corn on the cob).

**Maïs égrené** : - En hors d'œuvre, salades composées, garniture de rizotto, potages, croquettes, crêpes au maïs, etc.

**Maïs blanc** : - Nouvelle variété convenant mieux pour les préparations chaudes.

**Maïs éclaté** : - (Pop corn) mélanges céréaliers pour petits déjeuners (corn flakes).

**Farine et semoule de maïs** : - Tortillas mexicaines, Polenta italienne.

**Maïzena** : - Farine très blanche et très épaississante, crèmes et pâtisseries diverses.

**Huile de maïs** : - Assaisonnement.

### 13.5. L'ORGE ET LE MALT :

L'orge est plus pauvre en gluten que le blé, difficilement panifiable.

En cuisine, l'orge est principalement utilisé sous les formes suivantes :

- Orge mondée (grain décortiqué).
  - Orge perlée (grain poli).
  - Flocon d'orge (grain laminé).
  - Farine d'orge.
- Le malt est l'orge germée, séchée et torréfiée.



**Utilisation :**

**Crème d'orge :** - bouillies, liaison des potages.

**Orge mondée et perlée :** - garniture des potages (principalement cuisine anglaise), orgeat.

**Flocons d'orge :** - produits céréaliers pour petits déjeuners.

**Farine maltée :** - Alimentation infantile.

**Malt :** - Boissons alcoolisées (bière, whisky) et succédané du café.

## **13.6. LE SEIGLE :**

De toutes les céréales panifiables, le seigle occupe le deuxième rang après le blé. Mélangé à celui-ci, il donne le pain bis.

Il est cultivé principalement en Scandinavie, en Russie, en Pologne, et au nord de l'Allemagne.

**Utilisation :**

- Pain de seigle.
- Pain bis (70% blé, 30% seigle).
- Pain noir d'Allemagne.
- Pain d'épice.
- Galette de seigle.
- Il rentre également dans la composition du genièvre.

## **13.7. MILLET ET SORGHOT :**

Ce sont des céréales qui poussent dans un climat chaud, sur des sols pauvres et secs.

Ils constituent un aliment de base dans différentes régions tropicales d'Afrique, de l'Asie et d'Amérique du Sud.

**Utilisation :**

La farine extraite du grain entier (souvent de manière artisanale) est utilisée pour la fabrication de bouillies épaisses ou de galettes.

## **14. LES RACINES FECULIERES :**

### **14.1. LE MANIOC :**

Le manioc n'est pas une céréale, mais un tubercule issu d'un arbrisseau originaire d'Amérique du Sud et des Antilles.

La fécule extraite du manioc est le tapioca ; il est utilisé parallèlement à la semoule, à la fécule de pommes de terre et à la crème de riz (son circuit de distribution est le même).

La fécule humide est transformée par cuisson en flocons de tapioca, qui sont ensuite granulés.

**Utilisation :**

- garnitures des potages (tapioca, perles du Japon).
- Entremets, pudding.
- Boisson fermentée.
  - C'est un aliment sans gluten, de digestion facile, et qui s'associe facilement au lait, d'où son utilisation dans les restaurants d'enfants, les hôpitaux, les crèches.
  - La feuille de la plante est couramment employée dans les pays tropicaux comme légume d'accompagnement.
  - Les applications en industrie agroalimentaire sont nombreuses, surtout comme produit de substitution des matières grasses dans les produits allégés. Des travaux menés récemment par des scientifiques et des professionnels de la charcuterie ont permis de démontrer que le tapioca pouvait se substituer partiellement ou totalement aux matières grasses dans les mousses de foies, les pâtes fines, pâtés de campagne, saucisses crues, terrines, divers produits tartinables, etc.

## 14.2. L'ARROW-ROOT :

L'arrow-root est une fécule extraite des rhizomes, tubercules ou racines de certaines plantes tropicales (maranta, arundinacia, canna édulés, tacca leonto, petlordes).

### Utilisation :

S'utilise comme la fécule de pommes de terre pour la liaison des potages, des sauces, crèmes (cuisine anglaise).

Oxtail lié, consommé de tortue lié, sauce bigarade,

Le rhizome peut être consommé en légumes lorsqu'il est jeune.

## 15. LE SOJA :

Le soja est une petite plante à feuilles veloutées de la famille des légumineuses. La fleur et la graine se rapprochent du haricot gousses, renfermant de petites graines de soja. Il en existe plusieurs variétés (jaune, vert, brun, noir).

Le soja constitue depuis des siècles un supplément important au régime de base des habitants de l'Extrême-Orient.

Les Asiatiques consomment cette source de protéines et de lipides (véritable viande végétale) sous forme de « lait » de soja (plutôt filtrat de soja, le terme lait n'étant plus autorisé par la législation française), de fromage, tofu, de tempeh, de condiments (miso, sauce soja, tamari, shoyou) et de divers autres produits.

Les graines de soja ne sont pas consommées à l'état brut car elles sont trop riches en graisses et ont un goût désagréable.

Elles sont commercialisées sous forme de graisses et de farines dégraissées et de nombreux autres produits dérivés.

### Utilisation :

- - Cuisine chinoise, japonaise,, vietnamienne, thaïlandaise, indienne.
- - Cuisine végétarienne.

**Germes de soja :** - hors d'œuvre, salades composées exotiques, salades de soja au crabe, salades de soja au poulet et aux champignons noirs.

**Huile de soja** : - assaisonnement des salades. Tofu (fromage de soja frais), sauces émulsionnées, salades sandwiches, tofu-burger, hot-dogs, pizza, pâtes alimentaires farcies, etc.

**Tempeh** : - (Soja fermenté), viande hachée (tempeh-burger).

**Filtra de soja** : - desserts, boissons aromatisées, etc.

**Farine de soja déshuilée** : - liaison, croquettes, galettes.

**Protéines de soja** : - peuvent être ajoutées aux plats cuisinés comportant une farce hachée ou à des produits de type saucisses, steaks hachés, raviolis, hachis Parmentier, charcuteries.

L'apport nutritionnel peut être contrôlé et ajusté aux besoins particuliers de la ration alimentaire (enrichissement des aliments infantiles, des potages, des aliments diététiques, etc.).

## 15.1. PRODUITS DERIVES DU SOJA :

### 15.1.1. FILTRAT DE SOJA :

Il existe plusieurs procédés de fabrication du filtrat de soja, mais toutes les techniques doivent éliminer les composés nocifs (facteurs anti-protéases) et désagréables (glucides responsables de flatulences ; lipoxydases donnant un goût particulier peu apprécié et dû à la formation de composés volatiles).

La méthode de fabrication peut se faire à base de graines entières de soja (méthode orientale) ou à base de farine de soja (méthode occidentale).

Le filtrat de soja est aussi riche en protides que le lait de vache, il est même moins gras et particulièrement riche en acides gras poly-insaturés essentiels. Il contient du saccharose au lieu du lactose et peut donc être conseillé aux personnes ne supportant pas le lactose. Contrairement au lait de vache, le filtrat de soja est très riche en fer et en magnésium, mais pauvre en calcium et en vitamines. Il est par ailleurs beaucoup moins énergétique que le lait de vache.

### 15.1.2. LE MISO :

Pâte obtenue par fermentation (moisissure et levure particulières) d'un mélange de soja et de céréales : le miso a la consistance du beurre d'arachide, une couleur variable, et renferme entre 20 et 30% de protéines ; il entre dans la composition de nombreuses préparations culinaires, surtout dans la cuisine japonaise.

### 15.1.3. LE SHOYU, TAMARI OU SAUCE SOJA :

Sauce à base d'un mélange de soja, de riz et de blé, fermenté successivement par deux microbes spécifiques (moisissure et levure). Cette sauce de couleur brune, riche en acides aminés, à la saveur prononcée, sert à relever les mets.

### 15.1.4. LE TEMPEH :

Aliment indonésien à base de soja (tempeh kedele) ou de noix de coco (tempeh bongkek) résultant de la fermentation rapide en 24 heures par un champignon microscopique (*Rhizopus*) ; la fabrication ressemble à celle des fromages et le tempeh se présente sous formes de blocs parsemés de trous. Ce produit riche en protéines et en vitamines B et PP (composition voisine du lait écrémé) est consommé cru, cuit frit ou grillé.

#### **15.1.5. LE TOFU :**

Produit caillé blanc, non fermenté comme les précédents mais dont les protéines ont été coagulées par le chlorure de magnésium ; le tofu est préparé à partir du lait de soja (graines trempées, mixées et filtrées) qui est caillé puis égoutté, et vendu sous formes de cubes découpés ; le tofu peut se consommer nature et dans d'innombrables recettes de cuisine.

#### **15.1.6. LE SUFU :**

C'est un fromage végétal très largement consommé en chine, obtenu après fermentation du TOFU à l'aide d'un champignon microscopique.

## 16. LES POISSONS :

### 16.1. GENERALITES :

Ce n'est que petit à petit que le poisson a réussi chez nous, à se défaire de sa réputation douloureuse : il sentait mauvais. Il faut dire que depuis quelques années, la vulgarisation des recettes, les arrivages journaliers dus à la rapidité des transports et à l'amélioration considérable des normes d'hygiène, ont heureusement mis à mal cette réputation dont il se serait bien passé.

Au bord de la Mer du Nord, comme tout le long de la façade Atlantique et la Méditerranée, le cabillaud, le rouget, la lotte, le colin, et autres loups de mer ont toujours été considérés comme des plats de choix que chacun pouvait se permettre.

La consommation de poissons connaît un engouement certain en restauration, car en consommant cet aliment au restaurant, le client évite les problèmes d'épluchage, d'odeurs et de goût fort. Cependant, si actuellement la sole et le turbot battent carrément le rumpsteak et la côte de bœuf, la clientèle n'accepte plus de trouver des arêtes dans l'assiette, ce qui limite évidemment le choix à proposer.

### 16.2. CLASSIFICATION :

Les poissons plats.

Il existe deux sortes de poissons plats : à deux ou à quatre filets.

#### Exemple à deux filets

Daurade, Saint-Pierre...

#### Exemple à quatre filets :

Sole, Barbue, Limande, Raie, Turbot

#### Poissons d'eau douce

Anguille  
Brochet  
Carpe  
Goujon  
Truite  
Saumon...

#### Poissons de mer

Colin  
Congre  
Grondin  
Hareng  
Maquereau  
Sardine  
Thon...

### 16.3. CARACTÉRISTIQUES DE FRAÎCHEUR :

En cuisine, l'appréciation du degré de fraîcheur des poissons repose uniquement sur l'examen organoleptique qui fait appel aux caractères sensoriels (vue, odeur, toucher). Cependant, cette appréciation n'envisage pas les maladies (parasitoses) ou tout autre anomalies pouvant entraîner un retrait de la consommation.

### **16.3.1. LES POISSONS ENTIERS :**

- Odeur : douce, agréable, légère
  - Aspect général : couleur chatoyante , brillante avec éclats métalliques et reflets irisés, corps rigide, arqué, consistance ferme et élastique.
- A) ŒIL** :- clair, vif, pupille noire, convexe, transparent.
- B) ECAILLES** :- fortement adhérentes, brillantes, éclats métalliques.
- C) PEAU** :- tendue, bien colorée, fermement adhérente aux filets, recouverte selon l'espèce d'un mucus transparent.
- D) OUIES** :- humides, brillantes, de couleur rosée ou rouge sang.
- E) ABDOMEN** :- ferme, élastique, non gonflé, non déchiré et sans tache, le péritoine adhérent à la cavité viscérale.
- F) ANUS** :- hermétiquement fermé.

Les caractéristiques de fraîcheur détaillées ci-dessus sont applicables à toutes les espèces. Il existe cependant des caractéristiques bien particulières à certaines espèces :

- ◆ la concavité de l'œil est un caractère secondaire pour les poissons de grande taille car les pêcheurs les maintiennent souvent par les yeux.
- ◆ sardines et harengs perdent très facilement leurs écailles et leurs reflets métalliques.
- ◆ à l'état frais, la peau des roussettes, des chiens de mer et des raies est naturellement sans éclat. Ces poissons sont généralement présentés à la vente dépouillés (saumonette) ou découpés (ailes de raie). Ils présentent une particularité physiologique : leur sang contient une quantité importante d'urée qui fermente très rapidement et se transforme en ammoniac dont l'odeur, déjà perceptible en surface sur le poisson frais, s'accroît nettement en cours d'altération. *Roussette, chien de mer ou raie ne doivent pas être réservés sur de la glace, mais marqués en cuisson le plus vite possible.*

### **16.3.2. LES POISSONS COMMERCIALISÉS EN DARNES OU EN FILETS :**

L'appréciation de l'altération des morceaux de poisson est beaucoup plus difficile car le nombre de caractères perceptibles est réduit (pas de caractères relatifs à la tête ou à la rigidité générale). Les filets altérés deviennent collants, friables, de couleur rougeâtre. La couleur de la chair à l'emplacement de la colonne vertébrale doit être de la même teinte que le reste de la chair.

## 16.4. PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES LORS DE LA RÉCEPTION :

Vider, écailler, détailler, laver et conserver le plus rapidement possible au frais.

### STOCKAGE :

1. Dans le coffre ou bac à poissons spécial en chambre froide.
2. Tiroirs spéciaux dans le frigo.

**Remarques :** Il est bien entendu que les poissons seront conservés à l'aide de glace, qu'ils seront séparés de celle-ci par des toiles, des torchons ou du papier genre film ; les bacs seront vidés chaque jour, les torchons seront rincés à l'eau courante ainsi que les poissons. De la nouvelle glace sera remise chaque jour.

### 16.4.1. DÉNOMINATION DES POISSONS DÉTAILLÉS :

**Tronçon :** Tranche de poisson plat pour une personne.

Morceau détaillé au milieu d'un poisson rond pour plusieurs couverts.

**Darne :** Tranche de poisson rond pour une ou deux personnes.

**Filet :** Morceau de petit poisson plat ou de gros poisson rond sans peau, ni arêtes.

**Suprême :** Morceau de gros poisson plat sans peau, ni arêtes, ni déchets.

### 16.4.2. MÉTHODE POUR VIDER ET NETTOYER :

#### 16.4.2.1. LA TRUITE :

1. Supprimer à l'aide de ciseaux toutes les nageoires.
2. Tenir la truite côté dos dans le creux de la main (tête vers l'extérieur).
3. Pratiquer une incision d'environ deux centimètres de l'anus vers la tête.
4. Détacher délicatement les branchies en soulevant les opercules.
5. Avec la pointe d'un couteau, détacher le boyau au niveau de l'anus.
6. Vider le poisson par les opercules.
7. Par l'incision anale, racler l'arête centrale avec le manche d'une cuillère pour détacher les parties de sang coagulé (vessie natatoire).
8. Laver soigneusement en frottant l'intérieur avec le manche de la cuillère et sous l'eau froide.
9. La truite étant lavée, l'essuyer et à l'aide de la pointe d'un économe, ôter les yeux.

### **16.4.2.2. LA SOLE :**

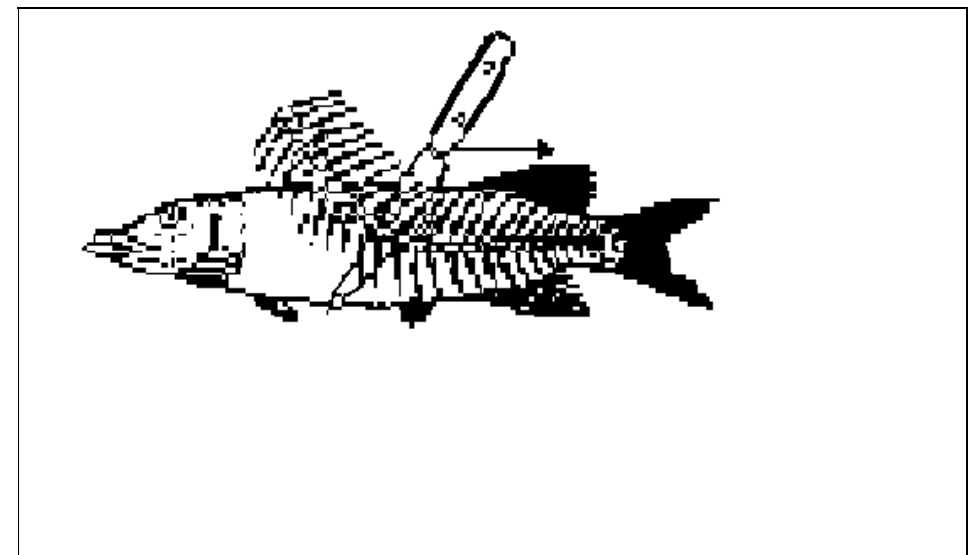
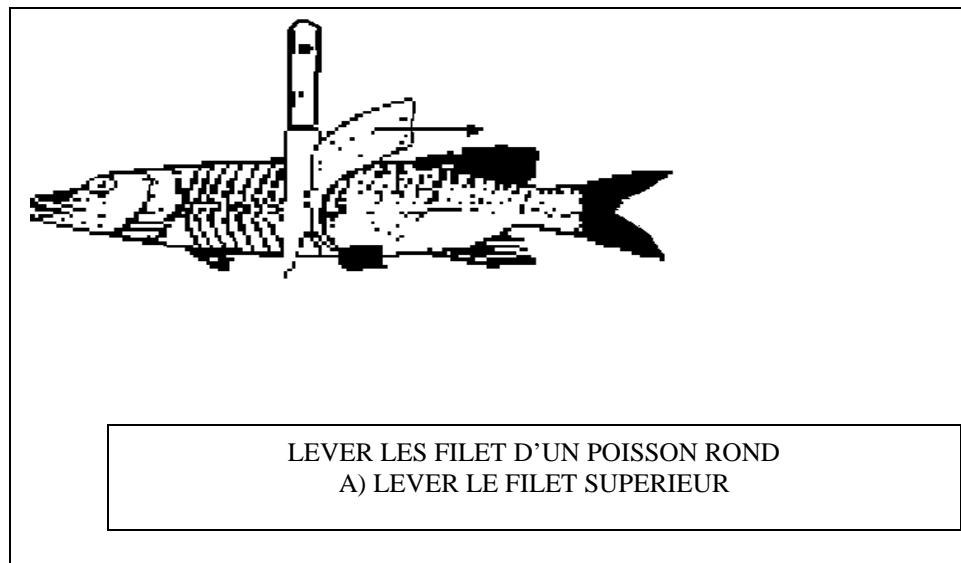
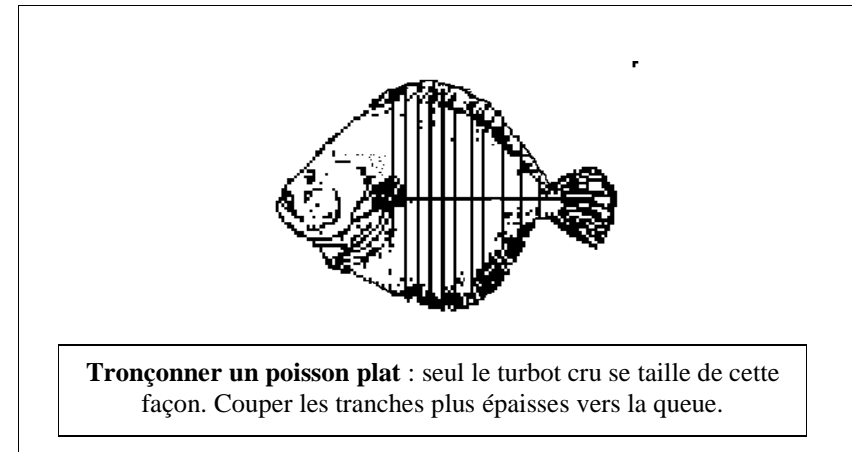
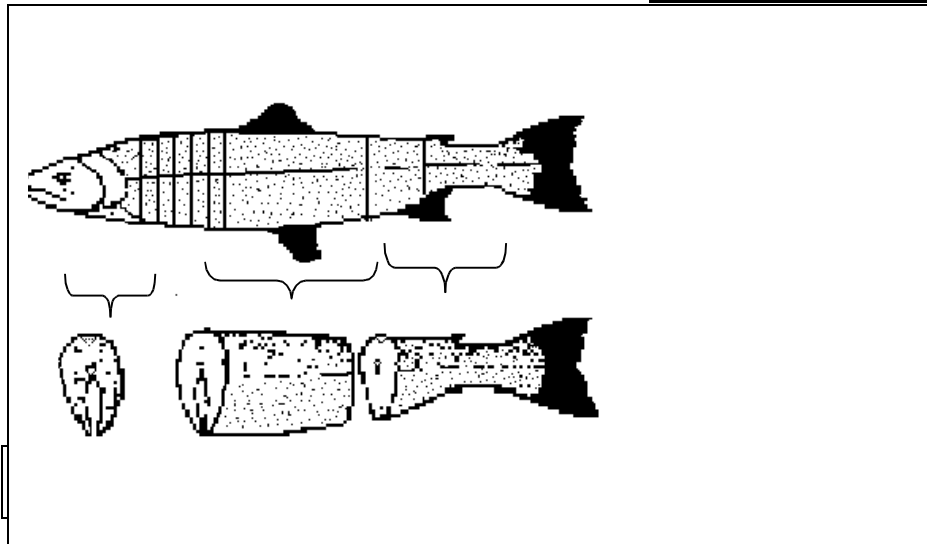
1. Supprimer les nageoires en partant de la partie caudale. (couteau ou ciseaux).
2. Poser la sole sur la peau blanche, la tête vers l'extérieur et à l'aide du filet de sole, pratiquer une incision sur la nageoire caudale.
3. Maintenir de la main l'extrémité de la queue et gratter avec la lame du couteau en allant vers la tête afin de décoller légèrement la peau.
4. Maintenir la sole sur la table et tirer sur la peau en allant vers la tête pour l'enlever entièrement.
5. Retourner la sole et l'écailler à l'aide d'une coquille Saint-Jacques retournée (placer la main pour éviter les projections). Si la sole est destinée à être filetée, ne l'écaillez pas mais ôtez la peau blanche de la même manière que la peau noire.
6. Couper la tête bien en rond (sauf si sole filetée).
7. Vider la sole : soit en incisant le côté droit, soit en appuyant avec le manche d'un couteau sur le côté droit. La première méthode est plus efficace.
8. Retirer soigneusement la poche de sang (vessie natatoire se trouvant sur le début de l'arête) ainsi que la laitance.
9. Rincer abondamment à l'eau courante et faire dégorger.

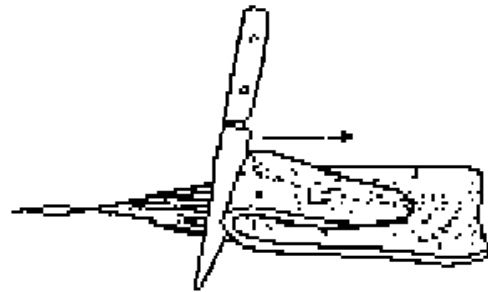
**Remarques :**Tous les poissons à deux filets se vident de la même façon que la truite, cependant lorsque l'on incise la peau ventrale, on le fait jusque la tête et on retire les boyaux par cette ouverture.

De plus une fois le poisson vidé, on l'écaille avant de lever les filets. Toutes les parures de poisson, têtes, peaux, arêtes, nageoires se dégorgent immédiatement (eau froide + sel) et sont rincés abondamment à l'eau courante et ensuite conservés au frais. Ces éléments sont en effet la base du fumet de poisson qui se trouve à la base de toutes les sauces poissons.



### 16.4.3. APPRÊT DES POISSONS :

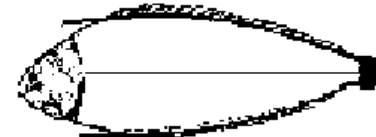




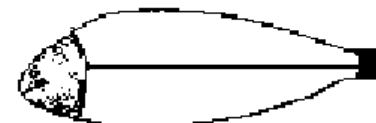
Epauter un filet de poisson



1. ENLEVER LES PEAUX



2. EBARBER



3. MARQUER LES FILETS



4. LEVER LES FILETS

LEVAGE DES FILETS DE SOLE



Donner un coup de batte sur le filet.



Enroulé en paupiette



Farci



Plié en cravatte



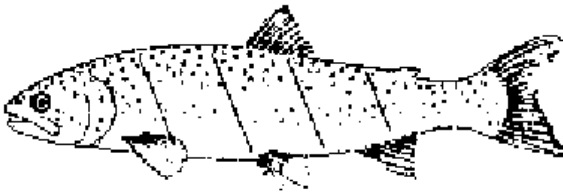
Plié



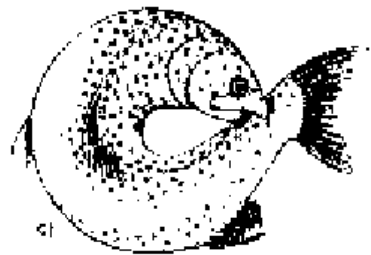
Plié en foulard



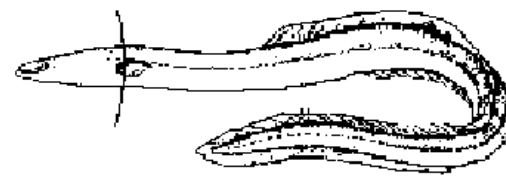
TAILLE D'UN FILET DE SOLE EN GOUJONNETTE




CISELAGE D'UNE TRUITE



TRUITE POUR CUISSON AU BLEU

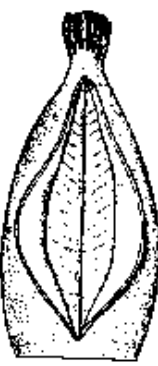


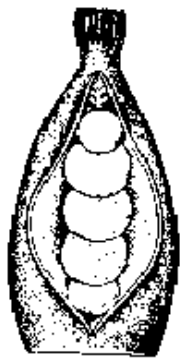


**Anguille:**  
Inciser la peau et la détacher tout près de la tête.

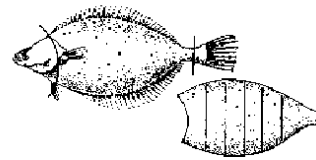


Avec un linge, la saisir et la retrousser vers l'arrière d'un geste brusque.


**SOLE GRILLEE**

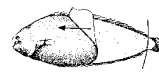
1. Détacher les filets de l'arête
2. Paner et frire
3. Retirer l'arête après cuisson
4. Disposer beurre à la place de l'arête



Les petites plies sont parées, mais laissées avec la peau qui est ciselée.



La peau des soles limandes est tirée de la tête vers la queue


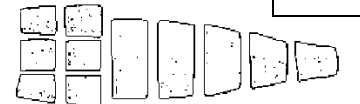


La peau des sales est tirée de la queue vers la tête

**ENLEVER LA PEAU D'UNE LIMANDE ET D'UNE SOLE**

**DECOUPE DES FILETS DE POISSONS**

A) Les petits filets  
B) Les grands filets

**DECOUPE DES FILETS DE POISSONS**

## 16.5. PREPARATIONS DE BASE :

### 16.5.1. LES FUMETS DE POISSONS :

A) UTILITÉ : Le fumet de poisson est utilisé pour la préparation du velouté de poisson et des sauces poissons. On l'utilise également pour certaines préparations de crustacés (ex. : bisque).

B) IMPORTANCE : La qualité, la saveur de toutes les sauces poissons en dépendent, c'est pourquoi il faut assurer et soigner au maximum sa préparation. La qualité des matières premières est primordiale. Certaines parures et arêtes apportent plus de saveur que d'autres, turbots, soles sont excellents, viennent ensuite : cabillauds, aiglefin, etc.... Le but est atteint si l'on a obtenu un produit d'une grande saveur et aussi limpide que possible.

PRÉPARATION : voir points 5.1.1.3. et 5.1.1.4.

#### 16.5.1.1. LE VELOUTÉ DE POISSONS :

A) UTILITÉ : Le velouté de poisson est utilisé en grande partie pour corser les sauces poissons.

S'il n'est pas indispensable dans la préparation des sauces à la carte, (petite quantité) il est par contre utilisé obligatoirement lorsqu'il s'agit d'obtenir une grande quantité de sauce (banquet) où il apporte le volume nécessaire.

B) IMPORTANCE : Si le fumet de poisson est le fonds de base des sauces poissons, le velouté de poisson lui en est la première sauce de base. On voit donc toute l'importance qu'il faut apporter à sa préparation.

C) TECHNIQUE DE PRÉPARATION : voir point 5.2.1.2.3.

#### 16.5.1.2. LA SAUCE VIN BLANC :

*Par sauce vin blanc, on peut entendre :*

- Un velouté de poisson, relâché avec un peu de fumet de poisson ou de jus de cuisson, bonifié avec une liaison jaune d'œufs - crème et quelques noix de beurre.
- Un excellent fumet de poisson (1,5 dl), réduire de moitié auquel on ajoute 5 jaunes d'œufs, monter ensuite la sauce avec 500 gr de beurre, comme une sauce mousseline.
- Fumet de poisson réduit jusqu'à glace et monté au beurre.

Chacune de ces 3 méthodes ont leurs avantages et leurs inconvénients. La tendance actuelle est plutôt tournée vers une quatrième méthode.

- a) - Faire une réduction avec 2/3 de fumet et 1/3 de vin blanc et réduire à glace.
- b) - Ajouter crème et faire réduire (jusqu'à la consistance d'un velouté)
- c) - A cette réduction de crème, incorporer un peu d'excellent velouté de poisson.
- d) - Redonner un bouillon, rectifier l'assaisonnement, passer au chinois mousseline et beurrer la surface.

**16.5.1.2.1. TABLEAU DES DIFFERENTES METHODES DE REALISATION D'UNE SAUCE VIN BLANC :**

Velouté de poisson	Fumet de poisson	Fumet de poisson
Relâcher	Réduire à glace	Réduire à glace
Fumet de poisson		
+		
Bonification Jaunes, crème + quelques noix beurre	Ajouter jaunes d'œufs et monter avec beurre clarifié comme sauce mousseline	Monter la sauce au beurre
=	==	
Sauce VIN BLANC	Sauce VIN BLANC	Sauce VIN BLANC

**Tendance actuelle**

Fumet de poisson + Vin Blanc
<u>Réduire à glace</u>
Bonification crème, réduire
=
<b>SAUCE VIN BLANC</b>

**16.5.1.2.2. TECHNIQUE DE PREPARATION POUR GLACER UNE SAUCE POISSON :**

**A) Condition :**

La condition absolue est d'avoir une sauce « riche », en conséquence, on ajoutera à la sauce vin blanc :

Soit :

- Une liaison de jaunes d'œufs et de beurre
- Quelques cuillerées de mousseline

Ces 2 méthodes présentent le risque de décomposer la sauce si le glaçage est trop lent, dès lors, on a recourt à une troisième méthode.

- Ajout à la sauce d'un peu de crème fouettée juste avant de napper, on obtient alors un glaçage rapide et uniforme.

**B) Méthode pour glacer :**

Exposer cette sauce à une chaleur vive provenant du dessus : la salamandre ou le haut d'un four très chaud. Attention, le poisson doit être chaud, car si une salamandre colore, elle ne chauffe pas.

**C) But :**

Colorer la surface de la sauce sans chauffer la masse afin d'éviter l'ébullition qui entraînerait la décomposition de celle-ci.

**16.5.1.2.3. LA SAUCE ESPAGNOLE MAIGRE SPECIALE POUR POISSONS :**

Cette sauce pourrait trouver sa place dans la catégorie des sauces mères, son utilisation étant relativement restreinte, mieux vaut l'étudier dans ce chapitre des poissons. Au vu de sa réalisation, on peut constater qu'elle est également réalisable par la combinaison de fumet de poisson au vin rouge et de jus de veau lié.

**A) INGREDIENTS :** 40 gr de beurre.

40 gr d'échalotes.

100 gr d'oignons.

100 gr de carottes.

800 gr d'arêtes de poissons (si possible du poisson en traitement).

0.5 L de vin rouge.

0.5 L de jus de veau lié.

Bouquet garni.

2 gousses d'ail.

**B) TRAITEMENT :**

1. Eplucher, laver, émincer finement oignons, échalotes et carottes.
2. Les faire pincer au four jusqu'à légère coloration.

3. Ajouter les arêtes égouttées, préalablement concassées, dégorgees soigneusement.
4. Placer l'ustensile au four très chaud afin de faire suer les arêtes rapidement.
5. Déglacer avec le vin rouge et réduire aux  $\frac{3}{4}$ .
6. Ajouter jus de veau lié, bouquet garni et les gousses d'ail écrasées.
7. Cuire lentement durant 30 minutes.
8. Passer au chinois sans fouler et tamponner la surface.

## **16.6. LES DIFFÉRENTES PREPARATIONS ET CUISSONS DES POISSONS :**

### **16.6.1. LES POISSONS CRUS:**

Au premier abord, le terme poisson cru choque pas mal de monde et semble pour beaucoup de personnes venir en droite ligne des pays asiatiques, pourtant cette façon de consommer le poisson existe depuis fort longtemps dans nos régions.

En effet, le maatjes ou hareng vierge ne subit qu'un léger salage (ainsi qu'une congélation de minimum 24 heures obligatoire) avant d'être consommé. Ce jeune hareng très gras est pêché fin mai et au mois de juin. L'obligation de la congélation a pour but d'éliminer les éventuels vers intestinaux. Du fait de cette congélation, le maatjes est actuellement disponible toute l'année.

Les poissons crus traités en marinade est actuellement très en vogue et bien que crus au sens littéral du terme, la chair des poissons traités de cette manière subit quand même l'influence tantôt du sel, tantôt d'un liquide acide, on parlera dès lors de cuisson chimique.

#### **16.6.1.1. LES POISSONS CRUS TRAITES EN MARINADE :**

##### **16.6.1.1.1. PREPARATION A LA SCANDINAVE :**

Mariner les filets sur la peau avec un mélange de sel, de sucre, d'huile et d'aneth. Servir avec des toast tièdes et une petite salade panachée. Ce plat est souvent accompagné de crème fouettée à l'aneth, à la ciboulette, au poivre vert, etc. ou de caviar d'aubergine, de tarama etc. (aumônières de saumon cru à la crème d'aneth, filet de bar au fenouil, marinade de saumon sauvage à la gelée de crustacé, etc.)

##### **16.6.1.1.2. PREPARATION A LA TAHITIENNE :**

Trancher finement le poisson et le faire mariner quelques minutes dans un mélange de jus de citron vert, de lait de noix de coco et quelques grains de poivre vert ou de baies roses. (assiette de daurade et mérrou aux mangues, marinade de vivanneau au citron vert)

##### **16.6.1.1.3. PREPARATION A L'ORIENTALE :**

Le poisson sera fileté, tranché finement et mariné avec huile d'olive, jus de citron vert et herbes diverses, tels aneth, ciboulette, basilic, coriandre frais, fenouil etc. (tartare de daurade à la ciboulette, filets de Saint-Pierre marinés à la coriandre fraîche).

#### **16.6.1.1.4. PREPARATION A LA FRANCAISE :**

Le poisson sera mariné quelques jours dans du vin blanc, du vinaigre, des aromates et sera accompagné de bracelet d'oignons, de lamelles de carottes cannelées, etc. Cette préparation est semblable aux harengs ou filets de hareng au vinaigre ou rollmops. (sardines au vinaigre de framboise, au vin blanc de champagne)

#### **16.6.1.1.5. PREPARATION A L'ITALIENNE :**

Mode de préparation très en vogue également, qui consiste à disposer de très fines tranches de poissons (saumon, thon), de les assaisonner de sel marin, de poivre,, d'huile d'olive, de jus de citron vert et de parsemer le tout de copeaux de parmesan (Carpaccio). Les viandes de bœuf, de veau voire de canard peuvent être traitées également de cette manière.

#### **16.6.1.2. LES POISSONS CRUS TRAITES PAR FUMAGE A FROID :**

Traités le plus souvent industriellement, les poissons sont levés en filets (pour les plus gros) ou en entier (pour les plus petits) et puis placés dans un mélange de sel et de sucre durant quelques heures, fumés ensuite à l'aide d'un fumoir à sciure de bois de hêtre, chêne, bouleau, charme, avant d'être conditionné sous-vide durant quelques jours. (saumon fumé, filets de truite, esturgeon, haddock, (aiglefin) anguille, etc.)

#### **16.6.2. CUISSON DES POISSONS PAR POCHAGE :**

##### **16.6.2.1. POCHAGE DEPART CUISSON FROIDE :**

Cette méthode de cuisson s'applique aux gros poissons entiers ou aux gros morceaux de gros poissons.

##### **16.6.2.1.1. CUISSON EAU FROIDE SALEE ET CITRONNEE :**

Les **gros poissons entiers** ou **gros morceaux de gros poissons** détaillés partent en cuisson à **froid**, l'eau est cependant **salée** et **citronnée**.

##### **Technique :**

- 1- Coucher le poisson sur la grille d'une turbotière, peau noire en dessous.
- 2- Couvrir d'eau froide, plus sel (si turbot ou barbue, plus lait).
- 3- Amener à ébullition, écumer et faire frémir sur le côté du fourneau en comptant  $\pm$  12 minutes par kilo.

Faire partir des gros poissons dans une cuisson bouillante les déformerait suite aux rétrécissements brusques des fibres.



### **16.6.2.1.2. CUISSON EAU FROIDE SALEE ADDITIONNEE DE LAIT :**

Les gros poissons entiers tels barbues ou turbots sont pochés dans de l'eau salée, additionnée de lait et de tranches de citron pelées à vif.

#### **Technique :**

Idem que ci-dessus

Le but de l'ajout de lait est d'obtenir une chair la plus blanche possible.

### **16.6.2.1.3. CUISSON AU COURT-BOUILLON FROID :**

#### **Principes fondamentaux :**

Les **gros poissons** cuits **entiers** sont mouillés ou plongés dans la cuisson froide.

Les poissons destinés à être servis froids, refroidissent dans le court-bouillon.

La cuisson d'un poisson poché se conduit toujours à petites ébullitions (frémissement) sauf si l'ébullition est exigée : soupe de poisson, matelote.

Le temps de cuisson se compte à partir du premier frémissement et est de 10 minutes par kilo.

#### **A) INGRÉDIENTS :** pour 5 litres.

500 gr de carottes

500 gr oignons

250 gr céleri

1 branche de thym, 2 feuilles de laurier

Queues de persil (à volonté)

60 à 75 gr de sel

30 gr de poivre en grains

¼ de litre de vinaigre blanc (seulement pour les poissons d'eau douce destinés à être servis froids : saumon, truite, brochet, carpe, etc.).

#### **B) TRAITEMENT :**

- Émincer les légumes finement.

- Rassembler tous les éléments dans la poissonnière et amener à petites ébullitions jusqu'à cuisson complète des légumes.

**N.B. :** Lorsque le court-bouillon est destiné à être employé froid et c'est le cas ici, (gros poisson), il devra soit être préparé à l'avance, soit mouillé très court, et complété d'eau froide par la suite, voir même avec des glaçons, ce qui permettra de l'utiliser de suite.

➤ Il sert à cuire les poissons d'eau douce destinés à être servis chauds ou froids : saumon, brochet, truite, etc....

- Il sert également à cuire les crustacés destinés à être servis froids : homards, langoustes, écrevisses, etc.

N.B. : Les poissons de mer qui sont généralement moins fades et qui sont pochés, le sont à l'eau simplement salée.

### EXEMPLE : TECHNIQUE DE CUISSON D'UN SAUMON :

1. Couper les nageoires, vider, écailler et laver le saumon.
2. Si le saumon est congelé, le laisser décongeler complètement dans de l'eau froide.

### CUISSON :

Peser le saumon car le temps de cuisson en dépend (dix minutes par kilo).  
Réunir les légumes et les aromates en mouillant très court, cuire à petite ébullition et à couvert.  
Lorsque les légumes sont cuits, refroidir la cuisson en ajoutant le reste d'eau froide, voir même des glaçons et le vinaigre.  
Mouiller le poisson en veillant à ce qu'il soit bien immergé.  
Amener à frémissement, calculer le temps de cuisson et maintenir ce petit bouillonnement durant tout le temps imparti à la cuisson.  
Laisser refroidir dans le jus de cuisson.  
Le lendemain, le retirer avec précaution de la cuisson, l'égoutter sur grille.

### CONSEILS :

- Employer de préférence du sel marin pour pocher poissons et crustacés.
- Les légumes cuisent plus vite en l'absence de vinaigre, celui-ci durcit les légumes ; l'ajouter en fin de cuisson.
- Le poivre en grains pourrait être ajouté dix minutes avant la fin de la cuisson. Lors d'une cuisson prolongée, il développe de l'amertume.

### 16.6.2.2. POCHAGE DEPART CUISSON BOUILLANTE :

**Cette méthode de cuisson s'applique aux petits poissons ou aux morceaux de gros poissons détaillés.**

#### 16.6.2.2.1. CUISSON EAU BOUILLANTE SALEE ET CIRONNEE :

Les morceaux de gros poissons ou les petits poissons entiers sont plongés dans la cuisson bouillante, ce qui a pour but de concentrer tous les sucs que la chair contient.

Il faut également noter que cuire les poissons de mer pour un pochage simple dans du fumet de poisson est une hérésie, car le poisson de mer est tellement goûteux qu'il se suffit à lui-même et qu'une cuisson dans du fumet ne lui apporterait strictement rien.

#### Technique :

Les plonger dans l'eau bouillante salée et citronnée, ramener à ébullition rapidement et poursuivre la cuisson par frémissement sur le côté du fourneau. Attention cependant, un poisson ne peut jamais bouillir.

#### **16.6.2.2. CUISSON EAU BOUILLANTE SALEE ADDITIONNEE DE LAIT :**

Turbot en tronçons, barbue en tronçons ou sole à l'anglaise.

Les plonger dans l'eau bouillante salée additionnée d'un peu de lait, dans le but d'obtenir une chair la plus blanche possible, ajouter également une tranche de citron pelée à vif.

Même chose pour la sole à l'anglaise qui, de plus, s'envoie dans le jus de cuisson

**Technique :** Idem petites pièces à l'eau bouillante salée et citronnée.

#### **16.6.2.2.3. CUISSON EAU BOUILLANTE SALEE VINAIGREE :**

.La raie, quant à elle, se poche à l'eau bouillante salée, vinaigrée et aromatisée avec thym, laurier et poivre mignonnette.

**Technique :** Idem ci dessus.

#### **16.6.2.2.4. CUISSON AU COURT-BOUILLON BOUILLANT :**

##### **16.6.2.2.4.1. CUISSON DES POISSONS À LA NAGE :**

Dans le cas d'une nage, le court-bouillon est servi à table, il doit donc être soigné ; on améliore la présentation par une taille de légumes régulière et on améliore le goût par une addition de vin blanc en lieu et place du vinaigre.

#### **EXEMPLE : TRUITE À LA NAGE :**

**A) INGRÉDIENTS :** 4 couverts.  
4 truites  
1,5 litre d'eau  
1,5 dl de vin blanc sec  
2 carottes cannelées émincées  
2 blancs de poireaux émincés en rouelles  
2 branches de céleri vert (feuilles)  
2 petits oignons en rouelles  
1 bouquet garni  
Persil et sel.

**B) TRAITEMENT :**

1. Préparer le court-bouillon avec les légumes et le bouquet garni, mouiller d'eau froide, saler et cuire.

**Remarque :** Les rouelles d'oignons sont mises en fin de cuisson du court-bouillon, afin de les conserver entières.

2. Après cuisson des légumes, ajouter le vin blanc et un tour de moulin à poivre ou poivre en grains.
3. Plonger les truites abattues la veille dans le court-bouillon bouillant. Laisser frémir 5 minutes environ.
4. Parsemer de persil concassé et servir avec un beurre lié ou un beurre blanc à part.

**Remarques :** Si les truites sont abattues la veille, elles ne se recroquevilleront pas à la cuisson. La truite est servie dans une assiette creuse avec le court-bouillon, le tout arrosé de beurre fondu.

Par le fait même de sa simplicité, cette préparation mérite toute l'attention car la moindre imperfection se perçoit : trop d'assaisonnement, arôme trop prononcé de certains légumes, mouillement disproportionné par rapport aux légumes ou au poisson.

Dans le cas d'une nage de poissons de mer, il est très agréable d'y ajouter du passe-pierre (algues marines comestibles).

#### 16.6.2.2.4.2. CUISSON DES POISSONS AU BLEU :

La dénomination " au bleu " indique un traitement spécial, applicable seulement à la truite, à la carpe et au brochet.

1. Le poisson, quel qu'il soit, doit être vivant.
2. Il doit être vidé en le touchant le moins possible, pour ne pas enlever le limon qui l'enveloppe, et mis en cuisson sans être écaillé.
3. Les grosses pièces sont placées sur la grille de la poissonnière et arrosées avec le vinaigre bouillant, les proportions sont identiques à celles indiquées pour le court-bouillon qui est ensuite versé, tiède, sur le poisson, pour atténuer, autant que possible, l'éclatement des chairs. La cuisson est conduite ensuite comme pour la nage.
4. Pour les truites, elles doivent être prises vivantes, assommées et rapidement vidées et mises dans le court-bouillon salé, vinaigré et bouillant.
5. Lors du service, envoyer le poisson sur serviette et beurre d'accompagnement à part. Les légumes ne se servent pas.

#### 16.6.2.3. DRESSAGE DES POISSONS Pochés :

Ils sont dressés sur serviette ou sur grille spéciale et lustrés de beurre clarifié.

Ils sont accompagnés de persil en branches, souvent de pommes de terre cuites à l'anglaise, sauce mousseline ou beurre fondu à part en saucière.

Pour la présentation, la peau blanche des poissons plats se trouvera toujours au-dessus. Celle-ci sera également bien entendu lustrée au beurre clarifié.

### **16.6.3. CUISSON DES POISSONS À COURT MOUILLEMENT AVEC SAUCE DE RÉDUCTION :**

Cette méthode de cuisson peut se faire au vin blanc ou au vin rouge.

Les préparations à base de fumet de poisson au vin blanc sont les plus usitées, l'utilisation du vin rouge et de la sauce espagnole maigre est plus confidentielle.

Ces modes de préparations des poissons peuvent, à juste titre, être classée comme une cuisson par braisage s'appliquant aux petits poissons ou aux morceaux de gros poissons détaillés.

Ces cuissons s'appliquent surtout aux suprêmes de turbots, de barbues, de soles, aux filets de cabillaud, etc.

Que cette cuisson se fasse au vin blanc ou au vin rouge, il existe deux formules que l'on emploie suivant deux situations bien distinctes.

a. Pour une préparation à la carte qui nécessite une quantité de sauce peu importante.

b. Pour une préparation en vue d'un grand nombre de convives (banquet) et qui implique un volume de sauce assez conséquent.

#### **16.6.3.1. CUISSON DES POISSONS A COURT-MOUILLEMENT – PRÉPARATION À LA CARTE :**

##### **16.6.3.1.1. EXEMPLE AU VIN BLANC : SOLE DUGLERE.**

#### **A) INGREDIENTS :** 4 couverts

4 soles portion (3/4).

½ l de fumet de poissons (à base d'arêtes et parures de soles si possible).

¼ l de vin blanc sec.

½ l de crème

8 tomates mondées, épépinées et concassées.

3 cuillers à potages d'échalotes hachées (50 gr environ).

Persil haché.

#### **B) TRAITEMENT :**

1. Beurrer l'ustensile de cuisson (lèche-frite) et plaquer la sole, assaisonner légèrement.
2. Ajouter les tomates concassées et les échalotes finement hachées.
3. Mouiller fumet de poisson, vin blanc, jus de citron aux 2/3 de la hauteur. (le tout bouillant, voir méthode des petites pièces par pochage).
4. Amener à ébullition sur le fourneau. Couvrir d'un papier aluminium et cuire au four.
5. Après cuisson, retirer la sole, l'ébarber et casser l'arête. Dresser sur plat beurré, couvrir et tenir au chaud.
6. Faire réduire rapidement jus de cuisson et garniture jusqu'à l'état sirupeux.

7. Mouiller crème et faire réduire jusqu'à consistance.
8. Incorporer un peu de velouté de poisson passé au chinois. ( ? ? ? ? )
9. Ramener à ébullition, ajouter persil fraîchement concassé, rectifier épaisseur et assaisonnement.
10. Tenir la sauce au chaud au bain-marie.

Si l'appellation exige un glaçage : (bonne femme par exemple)

A l'envoi : Incorporer un peu de crème fouettée, napper le poisson et glacer à la salamandre.

Les poissons saucés et glacés sont accompagnés d'une bordure en pommes duchesse chaude, laquelle est parfois (surtout en entrée) remplacée par des fleurons.

### Remarques :

1. Il est très important de choisir un ustensile de juste dimension en rapport avec le poisson traité :
  - un ustensile trop grand = trop de mouillement d'où réduction trop longue ou trop de sauce.
  - Un ustensile proportionné = peu de mouillement pour couvrir le poisson d'où concentration et réduction rapide.
2. La peau de certains poissons est retirée délicatement après la cuisson.
3. Un peu de cuisson de champignons et quelques gouttes de jus de citron ajoutés au mouillement en augmente la qualité.
4. Lors de la cuisson, éviter de couvrir le poisson d'un papier beurré, sous l'action de la chaleur, il colore et dégage une mauvaise odeur qui se communique au poisson.

### 16.6.3.1.2. EXEMPLE AU VIN ROUGE A LA CARTE : SOLES ROUENNAISE :

A) INGREDIENTS : 8 couverts

- 10 soles  $\frac{3}{4}$
- 40 gr de beurre.
- 50 gr échalotes.
- 1 dl de vin rouge.
- 4 dl de fumet de poisson au vin rouge.
- 1 L de sauce espagnole maigre.
- 8 huîtres creuses n°3 .
- 20 gr de beurre.
- 10 gr d'échalotes.
- 1 dl de fumet poisson au vin blanc
- 5 cl de vin blanc
- 1 Kg de moules (bouchots de préférence).
- 20 gr de beurre.
- 40 r échalotes.
- 20 gr de persil.
- 1 dl de vin blanc.
- 160 gr de crevettes.
- 8 têtes de champignons.

} Préparation des huîtres.

} Cuisson des moules.

20 gr de beurre.  
 ½ citron.  
 50 gr de farine.  
 40 gr de beurre.  
 Sel, poivre.

Cuisson à blanc.

### B) TRAITEMENT :

1. Apprêter les soles, les faire dégorger.
2. Réaliser la sauce espagnole maigre (voir point 16.5.1.2.3.).
3. Ouvrir les moules à la marinière, décortiquer et ébarber.
4. Ouvrir les huîtres et les pocher, pour ce faire : faire suer les échalotes ciselées, ajouter le jus d'huîtres filtré, le vin blanc et le fumet. Pocher les huîtres en ne dépassant pas 70°C. ensuite les ébarber et réserver.
5. Tourner les têtes de champignons et les cuire à blanc.
6. Égoutter et rincer les crevettes.
7. Lever les filets de deux soles, les émincer en goujonnettes, réserver.
8. Beurrer une lèchefrite, parsemer d'échalotes hachées et plaquer les soles. Ajouter fumet au vin rouge et vin rouge bouillant.
9. Amener à ébullition sur le fourneau, recouvrir de papier aluminium et poursuivre la cuisson au four.
10. La cuisson terminée, retirer les soles, les ébarber et les garder au chaud.
11. Faire réduire le jus de cuisson à glace et ajouter l'espagnole maigre, dépouiller si nécessaire et amener à consistance.
12. Chauffer les moules, les huîtres et les crevettes dans un peu de leur jus de cuisson.
13. Faire sauter les têtes de champignons préalablement cuites à blanc.
14. Assaisonner, fariner et faire sauter les goujonnettes de sole.
15. Rectifier assaisonnement de la sauce, la passer au chinois mousseline et la monter au beurre.

### C) DRESSAGE :

Dresser les soles chaudes sur plat beurré, répartir uniformément huîtres, moules et crevettes. Napper soigneusement, disposer têtes de champignons et goujonnettes de sole sautées.

### **16.6.3.2. CUISSON DES POISSONS A COURT-MOUILLEMENT - PRÉPARATION POUR UN GRAND NOMBRE DE CONVIVES (BANQUET) :**

#### **EXEMPLE : FILETS DE SOLE DUGLERÉ :**

1. La sauce est préparée à l'avance (mise en place).
2. Le pochage du poisson se fait à l'arrivée des convives.
3. Le jus de cuisson n'est pas utilisé pour la préparation de la sauce.
4. La base de la sauce est un velouté de poisson.
5. Il est cependant conseillé d'y incorporer une réduction, ce qui améliorera la qualité de la sauce.

**A) TRAITEMENT :**

1. Préparer un excellent fumet de poisson et le faire dépouiller longuement.
2. D'autre part, dans un large rondau, faire une réduction comme pour la sole Dugleré, mais en plus grande quantité de fumet de poisson, vin blanc, tomates concassées et échalotes, faire réduire l'ensemble de 3/4 (glace).
3. A cette réduction, ajouter crème et faire réduire jusqu'à épaisseur du velouté.
4. A cette réduction crémée, on ajoute alors le velouté passé au chinois.
5. Ramener le tout à ébullition, ajouter persil fraîchement concassé, rectifier assaisonnement et consistance.
6. Tenir au chaud et à couvert au bain-marie ; à l'envoi incorporer les éléments nécessaires au glaçage si nécessaire (filets de sole bonne femme par exemple).

**B) SERVICE :**

Le poisson sera poché soit au fumet, soit à l'eau bouillante salée. Après cuisson, dresser le poisson épongé sur plat beurré, napper le poisson et faire glacer vivement.

**16.6.4. CUISSON DES POISSONS PAR BRAISAGE :**

- Cette cuisson s'applique aux grosses pièces (saumon, turbot, grosse truite, etc.), elle n'est somme toute que la cuisson à court mouillement décrite ci-dessus qui s'applique elle aux petites pièces.

- Elle peut se réaliser au vin blanc ou au vin rouge.

- Le poisson peut-être piqué sur l'un des côtés avec lard, truffes, conichons, carottes, etc.

- Employer de préférence un ustensile avec grille dans le fond, afin de pouvoir retirer le poisson le plus facilement possible sans le casser.

**A) TECHNIQUE DE PRÉPARATION :**

1. Foncer l'ustensile de cuisson d'une mirepoix composée d'oignons, de carottes, de thym, de laurier et faire tomber au beurre.
2. Coucher le poisson sur le fonçage, pour les poissons plats placer la peau noire au-dessous en vue du dressage, assaisonner légèrement le poisson.
3. Mouiller à  $\frac{3}{4}$  de la hauteur du poisson avec vin blanc ou vin rouge et fumet de poisson, préserver le dessus avec papier aluminium.
4. Mettre en cuisson au four.
5. En cours de cuisson, arroser fréquemment la partie non couverte de liquide.
6. La réduction s'opère en même temps que la cuisson du poisson.
7. Au terme de la cuisson, retirer le poisson et le tenir au chaud.
8. Le fonds de cuisson sera passé au chinois. Il existe alors 3 formules pour la préparation de la sauce.

1) *Si le mouillement est à base de vin blanc, le faire réduire jusqu'à l'état sirupeux.*



- A- Ajouter crème et faire réduire.
- B- Ajouter velouté de poisson.
- C- Passer au chinois mousseline et rectifier l'assaisonnement.

2) *Si le mouillement est à base de vin rouge*, le faire réduire jusqu'à l'état sirupeux.

- A- Ajouter fonds de veau et glace de poisson.
- B- Réduire jusqu'à consistance voulue.
- C- Passer au chinois mousseline et monter au beurre, rectifier l'assaisonnement.

3) *Quel que soit le mouillement*, une troisième formule consiste à faire réduire celui-ci jusqu'à l'obtention de sauce nécessaire pour accompagner la pièce.

- A- Lier légèrement au beurre manié et passer au chinois mousseline.
- B- A l'envoi, monter la sauce au beurre et rectifier l'assaisonnement.

## **B) DRESSAGE :**

Bien égoutter le poisson, l'ébarber (pour les poissons ronds, on ôte la peau). Les poissons plats sont envoyés peau blanche au-dessus.

Napper légèrement de sauce et envoyer le reste à part. Suivant la préparation, le poisson peut être glacé en l'arrosant de jus de cuisson réduit. Répéter plusieurs fois l'opération en maintenant le poisson à four chaud.

## **16.6.5. CUISSON DES POISSONS SAUTES :**

Auparavant, seul le terme de cuisson « meunière » était utilisé pour la cuisson des poissons à découvert dans un peu de corps gras.

La cuisson des poissons panés avant d'être sautés était plus confidentielle et peu usitée.

Avec l'avènement des nouveaux matériaux est apparue la cuisson en poêle anti-adhésive.

### **16.6.5.1. LA CUISSON DES POISSONS SAUTES DIT « À LA MEUNIÈRE » :**

Le terme « meunière » ou « à la meunière » s'emploie toujours lorsque l'aliment est fariné avant d'être cuit sauté, sauf pour les viandes de boucherie.

Cette cuisson est applicable aux poissons de petites tailles ou aux morceaux de poissons détaillés.

## **A) TRAITEMENT :**

1. Éponger le poisson pour enlever l'excès d'humidité.
2. Assaisonner les deux faces de sel et de poivre.
3. Passer dans la farine et secouer pour en enlever l'excès.
4. Mettre dans une poêle contenant du beurre bien chaud.

5. Lorsque le premier côté est bien coloré, retourner délicatement sur l'autre face et achever la cuisson. Si le morceau est trop épais, on peut terminer la cuisson au four.

#### B) DRESSAGE :

1. Dès qu'il est cuit, mettre le poisson sur un plat chaud.
2. Juste avant l'envoi, mettre une bonne noix de beurre frais dans l'ustensile de cuisson et dès qu'il est noisette, le verser sur le poisson sur lequel on aura pressé quelques gouttes de jus de citron ce qui a pour but de faire mousser le beurre.
3. Parsemer de persil haché, et placer sur le poisson une tranche de citron pelée à vif.
4. Garnir de persil en branche et tranches de citron cannelées sur le fond du plat.

#### **16.6.5.2. CUISSON DES POISSONS PANES ET SAUTES :**

Pour certaines préparations, les poissons sont panés avant qu'ils ne soient sautés, les techniques de cuisson et de dressage sont identiques aux poissons à la meunière, seul change l'appellation de la méthode de cuisson.

#### **EXEMPLE : TRUITE PHILIP OU PHILIPPE :**

#### A) TRAITEMENT :

1. Ne pas vider la truite de manière habituelle mais fendre la truite sur le dos de chaque côté et tout le long de l'arête sans séparer les filets l'un de l'autre.
2. Couper l'arête aux 2 extrémités et ôter celle-ci.
3. Enlever les boyaux et laver l'intérieur sous le courant d'eau froide.
4. Les éponger soigneusement, assaisonner l'intérieur, les passer dans la farine, l'anglaise et la chapelure.
5. Déposer la truite côté intérieur dans le beurre bien chaud et cuire comme pour meunière.

#### B) DRESSAGE :

Dresser la truite sur serviette, sauce béarnaise à l'intérieur et le restant à part.

#### **16.6.5.3. LA CUISSON DES POISSONS SAUTES EN POÊLE ANTI-ADHESIVE :**

La particularité de cette technique de cuisson est de ne s'appliquer qu'à des cuisson « à la minute » c'est à dire qu'à de très petites pièces ou des filets finement escalopés.

Parfois, certaines préparation sur peau avec une cuisson unilatérale se terminent au four.

#### **EXEMPLE : DOS DE SAUMON CUIT SUR PEAU A L'UNILATERALE :**

#### A) TRAITEMENT :

1. Habiller un petit saumon

2. Lever les filets, les parer, ne pas les dépouiller, ôter toutes les petites arêtes. Détailler les filets en "pavés" rectangulaires réguliers de +/- 150 gr pièce.
  3. Réaliser la fondue de poireaux en les éminçant finement, les étuver et les assaisonner. Ajouter la crème à 3/4 cuisson et terminer la cuisson des poireaux dans celle-ci.
  4. Détailler la poitrine fumée en petits lardons. Les blanchir et les faire sauter à l'huile sans les dessécher. Les égoutter sur papier absorbant et les ajouter aux poireaux.
  5. Réaliser un beurre blanc avec échalotes grises, Noilly Prat, vin blanc, crème et beurre.
  6. S'assurer de la cuisson des poireaux et de la réduction de la crème. Les lier avec 1/3 du beurre blanc et réserver.
  7. Marquer les dos de saumons en cuisson en faisant chauffer beurre et huile dans une poêle anti-adhésive.
- Assaisonner les dos de saumon et les placer côté peau dans la poêle. Les cuire sur la plaque du fourneau durant 4 à 5 minutes; placer la poêle dans un four très chaud pour finir la cuisson du dessus. **NE PAS LES RETOURNER**, ils doivent **CUIRE UNIQUEMENT** sur le COTE PEAU. (le côté peau doit être croustillant et le centre moelleux).

#### B) DRESSAGE :

1. Disposer le lit de poireaux aux lardons au fond de chaque assiette, placer un "dos de saumon" par assiette sur les poireaux, côté peau croustillante sur le dessus.
2. Lustrer le saumon au beurre clarifié, entourer d'un cordon de sauce.

### 16.6.6. CUISSON DES POISSONS EN SAUTES MIXTES :

Tout comme les viandes, ces poissons cuits sautés en sauce peuvent l'être à brun ou à blanc, ce qui fait que la méthode à brun est similaire à la technique des ragoûts et que la méthode à blanc est similaire à la technique des fricassées.

#### 16.6.6.1. CUISSON EN SAUTE MIXTE A BRUN :

##### EXEMPLE : MATELOTE D'ANGUILLE BOURGUIGNONNE :

#### A) INGREDIENTS : 8 couverts.

2.4 Kg anguilles de rivière.

80 gr de beurre.

8 dl de vin rouge (Passe-tout-grain).

4 Cl Marc de Bourgogne ou Cognac.

40 gr échalotes.

200 gr d'oignons.

100 gr de carottes.

20 gr ail (4 gousses).

Bouquet garni.

Poivre en grains.

4 dl de fumet de poissons (au vin rouge si possible).

} Marinade.  
(facultative)

80 gr de beurre manié.

**ou**

4 dl d'espagnole maigre

40 gr de persil

40 gr de beurre (liaison).

250 gr de lard salé.

2 cl d'huile d'arachide.

250 gr champignons.

250 gr oignons grelots.

20 gr de beurre.

5 gr de sucre.

2 tranches de pain.

Sel.

Poivre.

} Glaçage

### C) TRAITEMENT :

1. Assommer, saigner et écorcher les anguilles, les ébarber, les vider, les rincer et les faire dégorger.
2. Les inciser légèrement avec la pointe d'un couteau en les quadrillant (pour les empêcher de se recroqueviller à la cuisson), les couper en tronçons de 5 à 6 cm.
3. Eplucher, laver et émincer échalotes, oignons et éventuellement carottes ; éplucher, laver et écraser les gousses d'ail.
4. Dans un récipient en inoxydable, réunir les tronçons d'anguilles, la garniture aromatique, le vin rouge, le Cognac ou le Marc de Bourgogne et le poivre en grains, couvrir et laisser mariner en enceinte réfrigérée 3 à 4 heures.
5. Glacer les petits oignons à brun.
6. Tailler le lard en lardons, les faire blanchir, rafraîchir et revenir dans l'huile.
7. Durant ce temps, émincer et laver les champignons, les faire ensuite sauter dans la graisse des lardons. Réserver ces 3 éléments de la garniture.
8. Egoutter les tronçons d'anguilles et la garniture. Eponger soigneusement, assaisonner.
9. Faire revenir au beurre avec une légère coloration (si les anguilles ne sont pas marinées, il est nécessaire de les fariner).
10. Ajouter la garniture aromatique et faire suer durant quelques minutes.
11. Flamber avec le Cognac ou le Marc de Bourgogne.
12. Ajouter la marinade et réduire des 2/3.
13. Ajouter fumet de poisson et bouquet garni.
14. Cuire à feu doux 15 à 20 minutes.
15. Les tronçons d'anguilles étant cuits, les décanter.
16. Réduire la cuisson de moitié et lier au beurre manié.
17. Passer la sauce au chinois mousseline sur les morceaux d'anguilles, ajouter les lardons, oignons glacés et champignons.
18. Laisser mijoter quelques minutes et rectifier l'assaisonnement

D) DRESSAGE : Répartir anguilles et garniture dans un plat creux, napper de sauce, saupoudrer de persil haché et décorer avec les croûtons taillés en cœur.

### **16.6.6.2. CUISSON EN SAUTE MIXTE A BLANC**

#### **EXEMPLE : MATELOTE DE POISSONS A LA MARINIÈRE FAÇON « POCHOUSE » :**

##### **A) INGREDIENTS :** 8 couverts.

- 2.4 Kg de poissons d'eau douce (anguille en majorité, brochets, tanches, perches, lottes de rivières).
- 80 gr de beurre.
- 240 gr de farine.
- 100 gr d'échalotes.
- 100 gr d'oignons finement émincés.
- 5 cl d Marc de Bourgogne ou de Cognac.
- 0.5 L de chablis.
- 0.5 L de fumet de poisson au vin blanc.
- Bouquet garni.
- 250 gr de champignons.
- 250 gr d'oignons grelots.
- 8 écrevisses.
- 8 fleurons en rognure de feuilletage ou 8 croûtons en cœur.
- 4 dl de velouté de poisson.
- 2 dl de crème.

##### **B) TRAITEMENT :**

1. Habiller, tronçonner et faire dégorger les poissons.
2. Les éponger soigneusement, assaisonner, fariner, secouer pour enlever l'excédent et les faire revenir vivement avec une légère coloration.
3. Ajouter échalotes et oignons, faire suer quelques minutes et flamber.
4. Retirer les poissons à chair tendre et les réserver, ne laisser que les poissons à chair ferme.
5. Mouiller avec le vin blanc et réduire de 2/3. Ajouter alors le fumet de poisson, le bouquet garni. Assaisonner et cuire 15 à 20 minutes.
6. Durant ce temps, cuire les champignons à blanc et réserver la cuisson.
7. Glacer les oignons grelots à blanc.
8. Pocher les écrevisses troussées au court-bouillon. (recette voir point 17.2.8.1.)
9. S'assurer de la cuisson des poissons, les décanter et réduire la cuisson de moitié.
10. Faire la liaison avec le velouté de poisson et la crème.
11. Réduire de nouveau jusqu'à consistance nappante.
12. Acidifier avec jus de citron et ajouter le jus de cuisson des champignons.

##### **C) DRESSAGE :**

Disposer les morceaux dans un plat creux, répartir soigneusement champignons, oignons grelots et napper de sauce.

En décoration disposer harmonieusement croûtons et écrevisses.

### **16.6.7. CUISSON DES POISSONS AU GRATIN :**

Cette technique de cuisson au plat permet d'obtenir un triple résultat :

- La cuisson du poisson.
- La réduction de la sauce à l'état sirupeux.
- L'obtention d'un gratin uniforme par l'adjonction de mie de pain et de parcelles de beurre.

#### **EXEMPLE : SOLE AU GRATIN :**

##### **A) TRAITEMENT :**

1. Apprêter les soles, détacher légèrement les filets de l'arête.
2. Plaquer les soles, assaisonner de sel et poivre, les arroser de quelques cuillerées de vin blanc.
3. Les entourer de champignons finement émincés.
4. Couvrir de sauce gratin (voir fiche technique et chapitre des sauces brunes composées et de réduction).
5. Saupoudrer de chapelure, arroser légèrement de beurre fondu.
6. Mettre à gratiner au four à chaleur douce.

##### **B) DRESSAGE :**

En sortant la sole du four, verser quelques gouttes de jus de citron sur la sole et saupoudrer très légèrement de persil haché.

### **16.6.8. CUISSON DES POISSONS GRILLÉS :**

Cette cuisson s'applique aux petits poissons et aux tranches (darnes de gros poissons (ou tronçons)).

Si les poissons sont épais, ils doivent être incisés finement avec la pointe d'un couteau afin de faciliter la cuisson.

Un poisson possédant une peau blanche, tout comme pour la cuisson meunière, se met toujours en cuisson peau blanche en premier lieu, ceci pour la présentation et le dressage.

De plus, également comme pour la cuisson meunière, si un poisson est trop épais, on peut terminer la cuisson au four.

##### **A) TRAITEMENT :**

1. Les pièces destinées à être grillées sont très souvent marinées préalablement (voir marinades courtes pour poissons grillés ci-après).

2. Éponger les pièces, assaisonner les deux faces de sel et de poivre.
3. Passer les pièces dans la farine et secouer pour ôter l'excès. Pour bien faire, effectuer cette opération au fur et à mesure ou bien on risque au contact prolongé de l'humidité, que la farine ne s'agglomère et forme des petites boules de pâtes ce qui non seulement confèrera à la pièce un aspect désagréable mais en plus n'est pas très agréable à manger.
4. Les huiler légèrement.
5. Les poser sur un grill fort chaud (si celui-ci n'est pas à bonne température, les pièces vont coller sur le grill).
6. Après un certain temps, donner ¼ de tour au poisson de façon à marquer le quadrillage.
7. Laisser cuire à fond le premier côté, retourner délicatement et cuire la deuxième face, qu'il faut également quadriller de la même manière que la première.
8. Tout comme pour la cuisson meunière, si la pièce est assez épaisse, achever la cuisson au four.

### B) DRESSAGE :

Un poisson grillé peut se dresser sur serviette ou papier dentelle la première face quadrillée vers le dessus.

Garnir avec persil en branches et lustrer la surface du poisson au pinceau avec du beurre clarifié.

**N.B. :** Les poissons grillés sont généralement accompagnés d'une sauce béarnaise, d'un beurre blanc ou composé. Certains suprêmes ou filets peuvent être panés avant d'être grillés.

### *Marinade courte pour poissons grillés :*

#### A) INGRÉDIENTS :

- 1 dl d'huile
- ¼ de jus de citron
- 1 échalote
- Fragment de thym, laurier, fenouil, queues de persil

#### B) TRAITEMENT :

1. Environ une heure avant de le griller, déposer le poisson dans la marinade faite à base d'huile, filet de citron, thym, laurier, fenouil, queues de persil et échalote émincée.
2. Retourner fréquemment les pièces.
3. Cette marinade peut s'appliquer à tous les poissons grillés.

**Remarques :** Parfois, les filets de poissons grillés peuvent être panés.

### 16.6.9. CUISSON DES POISSONS RÔTIS :

Classiquement, cette technique de cuisson ne s'applique pas aux poissons. Seule la fin de cuisson des poissons grillés et sautés pour les pièces un peu trop épaisses, peut être envisagée.

En cuisine actuelle, les darnes ou les gros tronçons de poissons taillés épais peuvent être cuits au four et généralement sur le côté peau.

### **16.6.10. CUISSON DES POISSONS EN FRITURE :**

La cuisson en friture ne s'applique pas aux trop gros poissons ni aux morceaux trop épais.

Si le morceau ou le poisson est malgré tout trop épais, il doit être ciselé de chaque côté pour faciliter la cuisson.

Pour les poissons plats, on détachera légèrement les filets près de l'arête.

On utilisera de préférence une friture usagée, trop colorée pour d'autres articles, cela ne l'empêche pas d'être propre et passée après chaque service.

Plus le poisson est petit, plus il doit être saisi, c'est pourquoi on emploie parfois de l'huile.

Il faut également tenir compte du volume de la friture, le poisson doit " nager " à l'aise, une trop grande quantité de poissons par rapport à celle-ci diminue la température de la friture lorsqu'il est plongé dedans, le poisson absorbe alors la graisse et risque de se décomposer, de plus il n'y a pas de coloration possible, donc pas moyen de l'obtenir croustillant.

#### **A) TRAITEMENT :**

1. Éponger le poisson et le passer dans du lait assaisonné.
2. L'égoutter, le passer dans la farine, secouer pour enlever l'excès.
3. Plonger dans une friture libre et bien chaude (180 à 200°C) afin d'obtenir les poissons bien croustillants.
4. Au terme de la cuisson, égoutter le poisson à l'aide d'une araignée, le saler légèrement.

#### **B) DRESSAGE :**

Dresser sur serviette ou papier dentelle avec citron et persil en branche frit.

**Remarque :** Pour certaines préparations ou par goût personnel, le poisson peut être pané à l'anglaise ou enrobé de pâte à frire.

*Rappel :* Paner à l'anglaise, c'est passer un aliment dans la farine, secouer pour ôter l'excès, dans l'anglaise (blanc d'œuf battu avec sel et filet d'huile pour éviter que les blancs ne montent) et dans la chapelure. Pour la pâte à frire, voir chapitre des pâtes.

### **16.6.11. CUISSON DES POISSONS PAR RAYONNEMENT :**

Cette technique de cuisson rapide est très utilisée actuellement, elle permet de cuire à la commande et en quelques secondes des filets de poissons finement escalopés.



Cette cuisson peut s'effectuer à la salamandre, soit au four à infrarouges, soit au micro-ondes.

### **16.6.12. CUISSON DES POISSONS A LA VAPEUR :**

Cette cuisson s'effectue dans un couscoussier ou une marmite à vapeur ou un four vapeur basse pression.

Toutes les pièces peuvent être cuites à la vapeur et cette cuisson peut s'appliquer à tous les pochages à l'eau bouillante salée.

### **16.6.13..CUISSON DES POISSONS EN PAPILOTE :**

Avant d'être traité à la vapeur ou au four, voire même au barbecue, le poisson est hermétiquement enveloppé dans du papier sulfurisé légèrement beurré, enrobé d'une feuille de chou ou d'épinard, saupoudré d'herbes diverses ou accompagné de tomates, rouelles d'oignons, arrosé parfois de vin blanc etc.

**Remarque :** Pour réaliser une papillote, on utilise uniquement du papier sulfurisé et **pas de papier aluminium**. Cette feuille est coupée en forme de cœur, la marchandise et ses garnitures placées d'un côté. L'autre côté est alors rabattu sur le premier et la papillote est refermée en repliant les bords. Il est assez compliqué de comprendre cette réalisation, le mieux est de demander une démonstration de réalisation à votre professeur.

### **16.6.14. CUISSON DES POISSONS SOUS-VIDE :**

La cuisson des poissons sous-vide est absolument incomparable, cependant cette technique de cuisson est fort complexe et ne sera pas développée ici.

Pour de plus amples renseignements, voir le manuel de l'école qui traite spécialement de ce mode de cuisson..

### **16.6.15. CUISSON DES POISSONS EN CROÛTE DE SEL, EN PÂTE OU EN CREPINE :**

Technique voisine de la cuisson en papillote et bien sûr de la cuisson sous-vide, elle permet de préserver les saveurs et le moelleux tout en limitant les pertes et le dessèchement. Les gros poissons sont enrobés d'un mélange de gros sel, de farine et d'eau ou d'une pâte type à croûte ou à foncer, feuilletée ou à brioche. Les crépines peuvent également être utilisées.

### **16.6.16. CUISSON DES POISSONS AU BAIN-MARIE :**

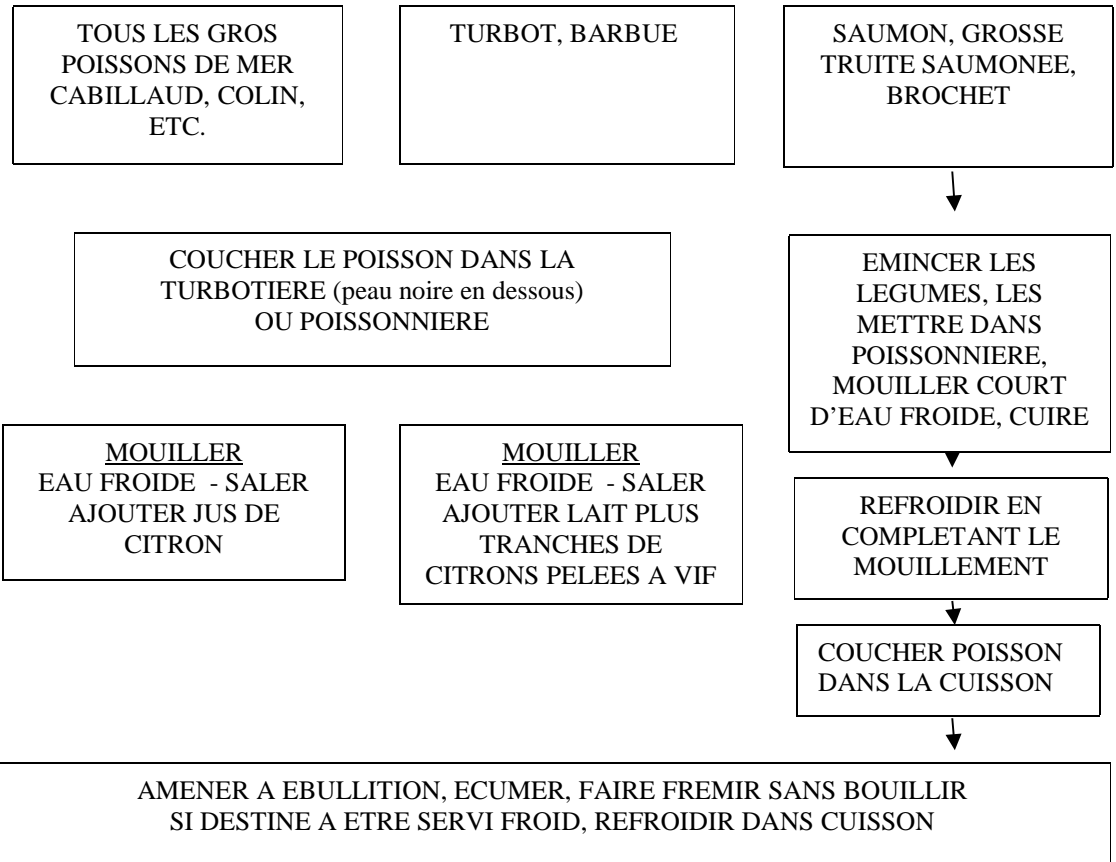
Cette technique de cuisson est réservée aux préparations délicates ne supportant pas le contact direct avec la chaleur et plus particulièrement les mousses, mousselines, terrines et charcuteries de poissons et sera étudiée dans ce dernier chapitre.

## 16.7.TABLEAU SYNOPTIQUE DE LA CUISSON DES POISSONS :

<b>Mode de cuisson</b>	<b>Méthode</b>			<b>Exemples</b>
<b>POCHAGE</b>	Cuisson bouillante	Eau bouillante salée		Darne de cabillaud mousseline
		Eau bouillante + lait + citron + lait		Tronçon de turbot dijonnaise
		Eau bouillante salée vinaigrée		Aile de raie beurre noisette
		Court-bouillon	Nage Cuisson au bleu	Nage de poissons., Truite nage Truite au bleu
	Cuisson froide	Eau + sel+ citron		Tronçon de colin dijonnaise.
		Eau + lait		Turbotin beurre lié
		Court-bouillon		Saumon en belle-vue
<b>COURT-MOUILLEMENT</b>	Vin blanc	Carte		Sole bonne-femme
		Banquet		Idem
	Vin rouge	Carte		Sole Rouennaise
		Banquet		Idem
<b>BRAISAGE</b>				Darne de thon braisée au chambertin
<b>SAUTES</b>	Meunière			Plie meunière
	Panés			Truite Philipp ou Philippe
	Poêle anti-adhésive			Dos de saumon sur peau à l'unilatérale.
<b>SAUTES MIXTE</b>	A brun			Pochouse à la marinière
	A blanc			Matelote bourguignonne
<b>GRILLES</b>				Darnes de saumon grillées
<b>GRATIN</b>				Filets de merlan au gratin
<b>ROTI</b>				Dos de saumon rôti.
<b>FRITURE</b>				Merlan en colère.
<b>VAPEUR</b>				Blanc de turbot à la vapeur d'algues
<b>PAPILLOTE</b>				Papillote de rouget barbet au pistou
<b>SOUS-VIDE</b>				Filets de daurade aux graines de moutarde
<b>CROUTE DE SEL, PATE, CREPINE</b>				Coulubiatic de saumon
<b>RAYONNEMENT</b>	Salamandre , micro-ondes, infra-rouges			Tous les poissons émincés finement
<b>BAIN-MARIE</b>				Terrine de sole et saumon

**16.7.1. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES POISSONS PAR POCHAGE AU DEPART D'UN LIQUIDE**

**FROID :**



**16.7.2. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES POISSONS PAR POCHAGE AU DEPART D'UN LIQUIDE BOUILLANT :**

CUISSON A PARTIR EAU BOUILLANTE  
SALEE

CUISSON A PARTIR D'UN COURT-  
BOUILLON

Darnes de  
cabillaud, filets  
d'aiglefin, etc.

Tronçons de  
turbot, de barbue

Ailes de raie

**NAGE**  
Truites , nage de  
poissons de mer

**AU BLEU**  
Truites, brochets,  
carpes **vivants**

Ajout de citron  
pelé à vif

Ajout de citron  
pelé à vif + Lait  
(1 dl/litre)

Ajout de  
vinaigre, poivre  
mignonnette,  
thym, laurier

Dans court-  
bouillon légumes  
soignés,  
**vin blanc**

Abattus, vidés et  
arrosés de  
vinaigre chaud +  
vinaigre dans  
cuisson

Mettre les poissons dans la cuisson bouillante, ramener à frémissement **Pas d'ébullition.**  
Egoutter avant dressage sur serviette.

Mettre poissons  
dans la cuisson  
bouillante,  
ramener à  
frémissement, **Pas  
d'ébullition.** Se  
sert dans le court-  
bouillon

Mettre poissons  
dans la cuisson  
bouillante,  
ramener à  
frémissement, **Pas  
d'ébullition.**  
Egoutter, dressage  
sur serviette

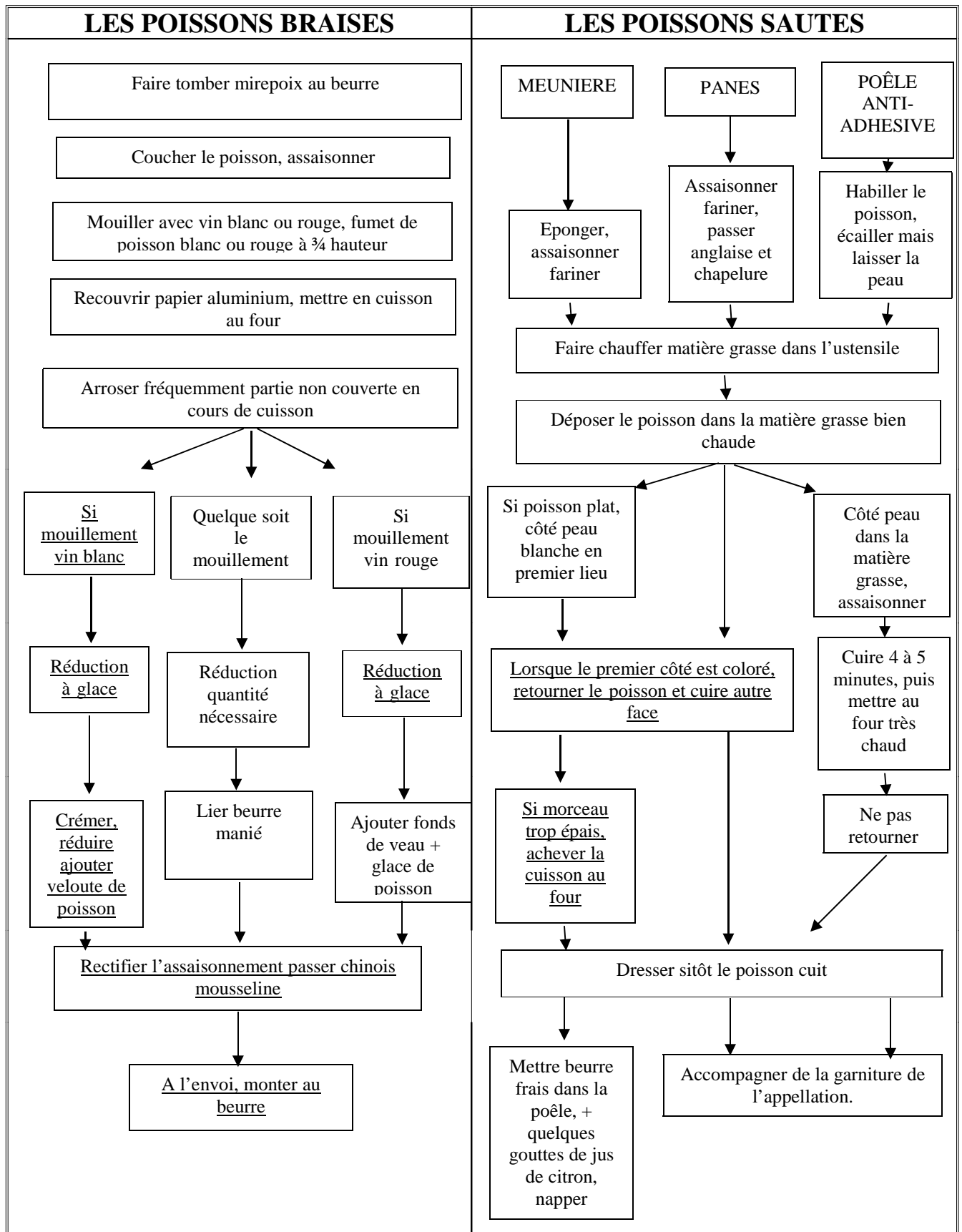
**16.7.3.TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES POISSONS A COURT-MOUILLEMENT :**

AU VIN BLANC	AU VIN ROUGE
BEURRER L'USTENSILE PLAQUER LE POISSON	BEURRER L'USTENSILE PLAQUER LE POISSON
AJOUTER ECHALOTES + GARNITURE APPELLATION	AJOUTER ECHALOTES + GARNITURE APPELLATION
MOILLER FUMET AU VIN BLANC + VIN BLANC BOUILLANT	MOILLER FUMET AU VIN ROUGE + VIN ROUGE BOUILLANT
AMENER A EBULLITION SUR FOURNEAU, COUVRIR PAPIER ALU, TERMINER CUISSON AU FOUR	AMENER A EBULLITION SUR FOURNEAU, COUVRIR PAPIER ALU, TERMINER CUISSON AU FOUR
RETIRER DELICATEMENT LE POISSON, REDUIRE LA CUISSON A GLACE	RETIRER DELICATEMENT LE POISSON, REDUIRE LA CUISSON A GLACE
<u>CREMER.</u> <u>FAIRE</u> <u>REDUIRE</u>	AJOUTER SAUCE ESPAGNOLE MAIGRE RECTIFIER ASSAISONNEMENT
<u>AJOUTER</u> <u>JAUNES</u> <u>D'ŒUFS,</u> <u>MONTER</u> <u>AVEC</u> <u>BEURRE</u> <u>CLARIFIE</u>	MONTER LA SAUCE AU BEURRE
MONTER LA SAUCE AU BEURRE	
RECTIFIER ASSAISONNEMENT	

**16.7.4. TABLEAU COMPARATIF DE L'ELABORATION DES SAUCES A COURT-MOUILLEMENT POUR CARTE ET POUR BANQUET :**

<b>PREPARATION A LA CARTE</b>	<b>PREPARATION BANQUET</b>
<p align="center">PLAQUER LE POISSON (dans un ustensile beurré de juste dimension)</p>	<p align="center">REALISER UN VELOUTE DE POISSON</p>
<p align="center">AJOUTER GARNITURE (Qui justifie l'appellation)</p>	<p align="center">FAIRE UNE REDUCTION FUMET POISSON, VIN BLANC ou rouge, + GARNITURE (qui justifie l'appellation) Réduction à glace</p>
<p align="center">MOILLER Avec fumet poisson, vin blanc ou rouge BOUILLANT</p>	<p align="center">CREMER ET REDUIRE JUSQU'A CONSISTANCE DU VELOUTE</p>
<p align="center">AMENER A EBULLITION SUR FOURNEAU, COUVRIR PAPIER ET CONTINUER CUISSON AU FOUR</p>	<p align="center">AJOUTER VELOUTE PASSE AU CHINOIS SUR REDUCTION CREMEE. RECTIFIER ASSAISONNEMENT ET GARDER AU CHAUD (Bain-marie)</p>
<p align="center">ENLEVER POISSON, FAIRE REDUIRE JUS DE CUISSON A GLACE</p>	<p align="center"><b>AU MOMENT DE L'ENVOI</b> POCHER LE POISSON (voir points 10.6.2.2.1 ou 10.6.2.2.2. suivant le poisson en traitement) Ajouter les éléments de glaçage dans la sauce si nécessaire (si l'appellation le justifie)</p>
<p align="center">PARER POISSON SI NECESSAIRE (garder au chaud)</p>	<p align="center">METTRE POISSON SUR PLAT BEURRE, NAPPER DE SAUCE</p>
<p align="center">CREMER LA REDUCTION ET FAIRE REDUIRE JUSQU'A BONNE CONSISTANCE, PERSIL, ASSAISONNER Ajouter les éléments de glaçage si l'appellation le justifie</p>	
<p align="center">METTRE POISSON SUR PLAT BEURRE, NAPPER DE SAUCE</p>	

## 16.7.5. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES POISSONS BRAISES ET SAUTES :



**16.7.6. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES POISSONS EN SAUTES MIXTES :**

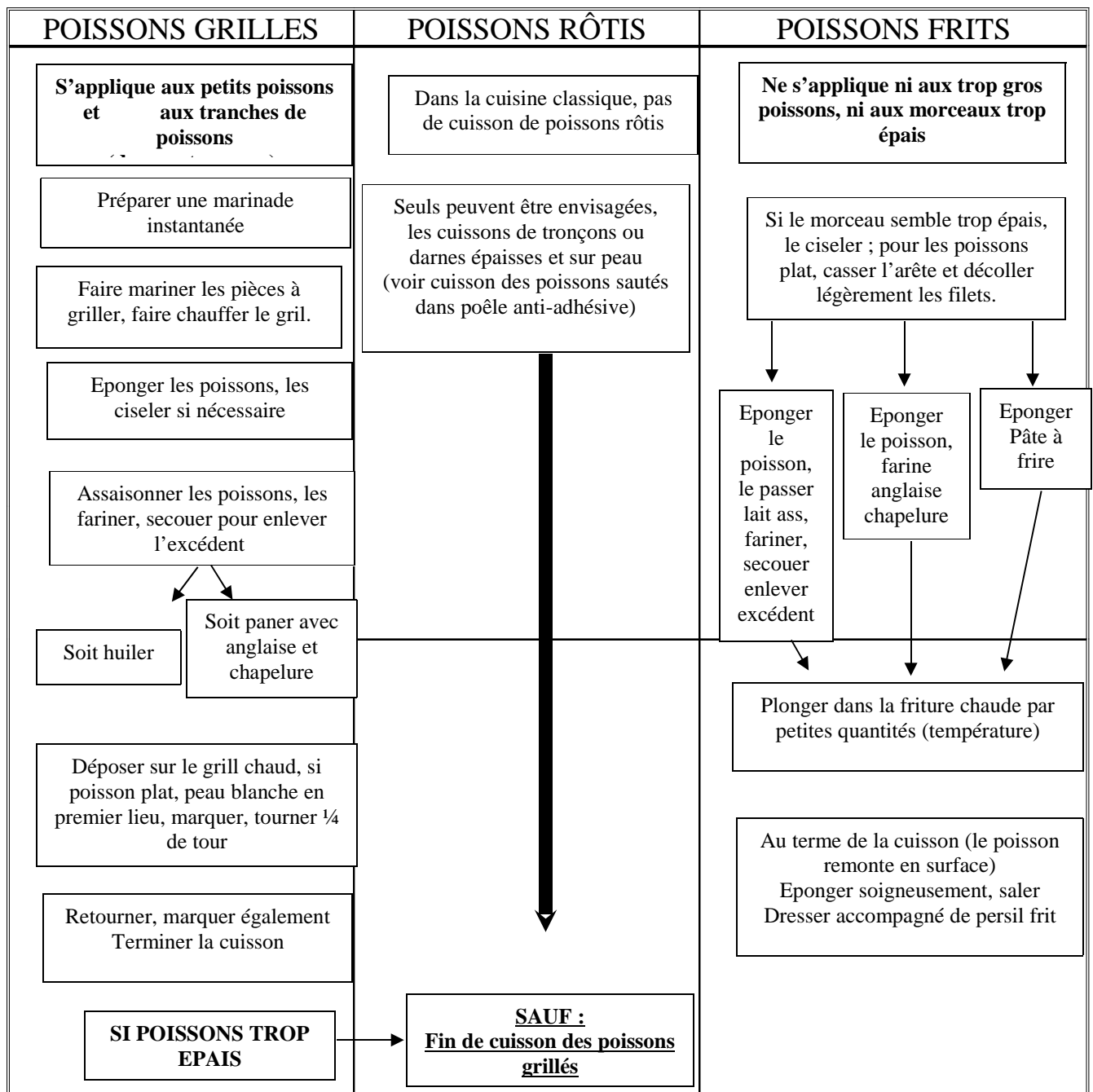
CUISSON A BRUN	CUISSON A BLANC
Habiller, tronçonner les poissons et les faire dégorger	
Mettre en marinade avec vin rouge, Cognac ou Marc, poivre en grains et garniture aromatique	Eponger, fariner et faire revenir coloration légère
Préparer la garniture de champignons, lardons et oignons grelots durant le temps de marinade	Ajouter échalotes, oignons, faire suer
Egoutter, éponger les morceaux (si pas marinés, les assaisonner et fariner) et la garniture aromatique	Flamber Cognac ou Marc, mouiller vin blanc et faire réduire des 2/3
Faire colorer les poissons et la garniture	Ajouter fumet de poisson au vin blanc, bouquet garni, assaisonner et cuire 15 à 20 minutes
Flamber, mouiller avec marinade, faire réduire rapidement des 2/3.	Réaliser la garniture, oignons glacés à blanc, têtes de champignons cuits à blanc
Ajouter fumet de poisson au vin rouge, bouquet garni, cuire 15 à 20 minutes	Décancer les poissons, faire réduire la cuisson de moitié
Décancer le poisson, faire réduire la cuisson de moitié	Lier avec velouté de poisson et crème, réduire si nécessaire. Ajouter jus de citron et cuisson des champignons
Lier avec beurre manié	Passer la sauce au chinois sur les poissons, ajouter garniture d'oignons grelots glacés à blanc et têtes de champignons cuites à blanc et sautées au beurre.
Lier avec sauce espagnole maigre	
Passer la sauce au chinois sur le poisson, ajouter la garniture de champignons, lardons et oignons glacés à brun,	

**16.7.7. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES POISSONS AU GRATIN :**

Habiller le poisson, beurrer un ustensile, plaquer le poisson, l'assaisonner, arroser de vin blanc
Ajouter champignons, masquer sauce gratin, saupoudrer chapelure, noisettes de beurre.
Gratiner au four chaleur douce, gouttes citron + persil



## 16.7.8. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES POISSONS GRILLES, FRITS, RÔTIS :



**16.7.9. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES POISSONS A LA VAPEUR, PAR RAYONNEMENT, AU BAIN-MARIE, EN PAPILOTE, SOUS-VIDE, EN CROÛTE DE SEL, EN PÂTE OU EN CREPINE :**

A LA VAPEUR	PAR RAYONNEMENT	AU BAIN-MARIE	EN PAPILOTE	EN CROÛTE DE SEL, PÂTE OU CREPINE	SOUS-VIDE
<p align="center">TOUS LES POISSONS POUVANT CUIRE A L'EAU BOUILLANTE SALEE</p>	<p align="center">FILETS FINEMENT ESCALOPES</p>	<p align="center">PREPARATION NE SUPPORTANT PAS CONTACT DIRECT AVEC LA CHALEUR MOUSSES, MOUSSELINES</p>	<p align="center">TOUS LES POISSONS EN CUISSON DIRECTE AU FOUR OU VAPEUR OU BARBECUE</p>	<p align="center">TOUS LES POISSONS</p>	<p align="center">TOUS LES POISSONS SELON TOUTES LES TECHNIQUES SAUFS : FRITS</p>
<p align="center">PLACER LA PIECE DANS PANIER MARMITE VAPEUR ET CELLE-CI SUR MARMITE CONTENANT EAU EN EBULLITION</p>	<p align="center">CUISSON RAPIDE PLACER ESCALOPES SUR PLAT A LA SALAMANDRE OU SOUS CLOCHE AU MICRO-ONDES</p>	<p align="center">VOIR CHAPITRE DES MOUSSES ET MOUSSELINES</p>	<p align="center">ENFERMER LE POISSON HERMETIQUEMENT DANS PAPIER SULFURISE FORME DE CŒUR.</p>	<p align="center">IDEM PAPILOTE, MAIS ENROBES DANS PÂTE A SEL, BRIOCHE, VOIRE FEUILLETEE OU CREPINE</p>	<p align="center">SUIVANT PREPARATIONS LE POISSON SUBIT DES PREPARATIONS PRELIMINAIRES EX : MARQUE AU GRILL</p>

## **17. LES CRUSTACÉS :**

Le prix d'achat de certains crustacés est très élevé, (homard breton, langouste rouge, écrevisse pattes grises, etc.). De plus, le pourcentage de pertes est très important par rapport au poids brut (crabes 65% environ, crevettes 50 % environ, homards 60 % environ, écrevisses 78%). Une attention particulière s'impose donc pour le choix des crustacés.

Les crustacés ont presque tous la particularité de rougir à la cuisson. Leur carapace est composée de deux pigments colorés : un rouge et un violet. Ce dernier est détruit par la chaleur et seul le pigment rouge subsiste.

### **17.1. CLASSIFICATION :**

Les crustacés sont classés en deux grandes catégories, selon leur forme :

Les macroures (qui signifie queue longue) présentent un abdomen particulièrement développé (écrevisses, crevettes, homards, langoustes, langoustines).

Les brachyours (qui signifie queue large) dont l'abdomen est atrophié (araignées, tourteaux, étrilles).

#### **17.1.1. LA CREVETTE GRISE :**

Surnommée par certains « le caviar de la Mer du Nord » son prix d'achat est parfois exorbitant.

Sa taille varie de 3 à 6 cm, elle habite les fonds sableux côtiers. Lorsqu'elle est cuite vivante dans de l'eau de mer, elle possède un goût supérieur aux autres espèces de crevettes.

Les préparations les plus connues en Belgique sont la tomate crevettes et les croquettes aux crevettes, qui font partie du patrimoine gastronomique de la côte Belge.

On la trouve rarement à l'état cru, elle est généralement vendue décortiquée ou non décortiquée. Les carapaces de crevettes sont vendues à part et peuvent servir de base à une bisque ou pour un fumet.

#### **17.1.2. LA CREVETTE ROSE :**

Sa taille varie de 7 à 10 cm, elle habite toutes les côtes rocheuses (Atlantique, Méditerranée), son goût est moins fin que celui de la crevette grise.

Elle devient rose orangé à la cuisson..

#### **17.1.3. LA CREVETTE BOUQUET :**

Sa taille varie de 8 à 12 cm, elle habite également toutes les côtes rocheuses de l'Atlantique à la Méditerranée. Elle devient rosé foncé voire rouge à la cuisson.

De part sa taille elle est la crevette la plus utilisée en décoration.

#### **17.1.4. LA CREVETTE IMPERIALE – SCAMPI ET GAMBAS :**

Sa taille varie de 20 à 25 cm, elle habite la Méditerranée à une profondeur de 400 à 700 m, le scampi quant à lui, habite la mer Adriatique.

Il faut noter que le mot « scampi » est d'origine italienne et désigne des queues de langoustines et que celles-ci sont préparées frites.

#### **17.1.5. LA CREVETTE ROSE TROPICALE ET LA CREVETTE ROSE D'ALGERIE :**

Elle mesure jusqu'à 20 cm et est surtout commercialisée surgelée. Sur le plan gastronomique, elle est beaucoup moins goûteuse.

#### **17.1.6. LA LANGOUSTE ROSE (LANGOUSTE DU PORTUGAL) :**

Elle peut atteindre 50 cm et vit dans les fonds rocheux de l'Atlantique entre 50 et 500 m de profondeur. Elle s'identifie par ses nombreuses taches claires présentes sur le céphalothorax et sur l'abdomen. Il faut noter que les plus grosses différences visuelles entre la langouste et le homard sont l'absence de pince chez la langouste, mais par contre, celle-ci possède de très longues antennes (hérissées de piquants à leur base).

#### **17.1.7. LA LANGOUSTE ROUGE (LANGOUSTE BRETONNE) :**

Sa taille peut également atteindre les 50 cm et habite les fonds rocheux de l'Atlantique et de la Méditerranée entre 20 et 50 m de profondeur.

Elle s'identifie grâce à deux taches claires triangulaires sur le dessus de chaque segment (anneau de l'abdomen).

#### **17.1.8. LA LANGOUSTE VERTE (LANGOUSTE DE CUBA OU DE DAKAR) :**

D'une taille qui peut atteindre 50 cm, elle habite les fonds rocheux côtiers entre 5 et 30 m de profondeur et habite la côte ouest de l'Afrique, du Maroc à l'Angola, ainsi que la mer des Caraïbes.

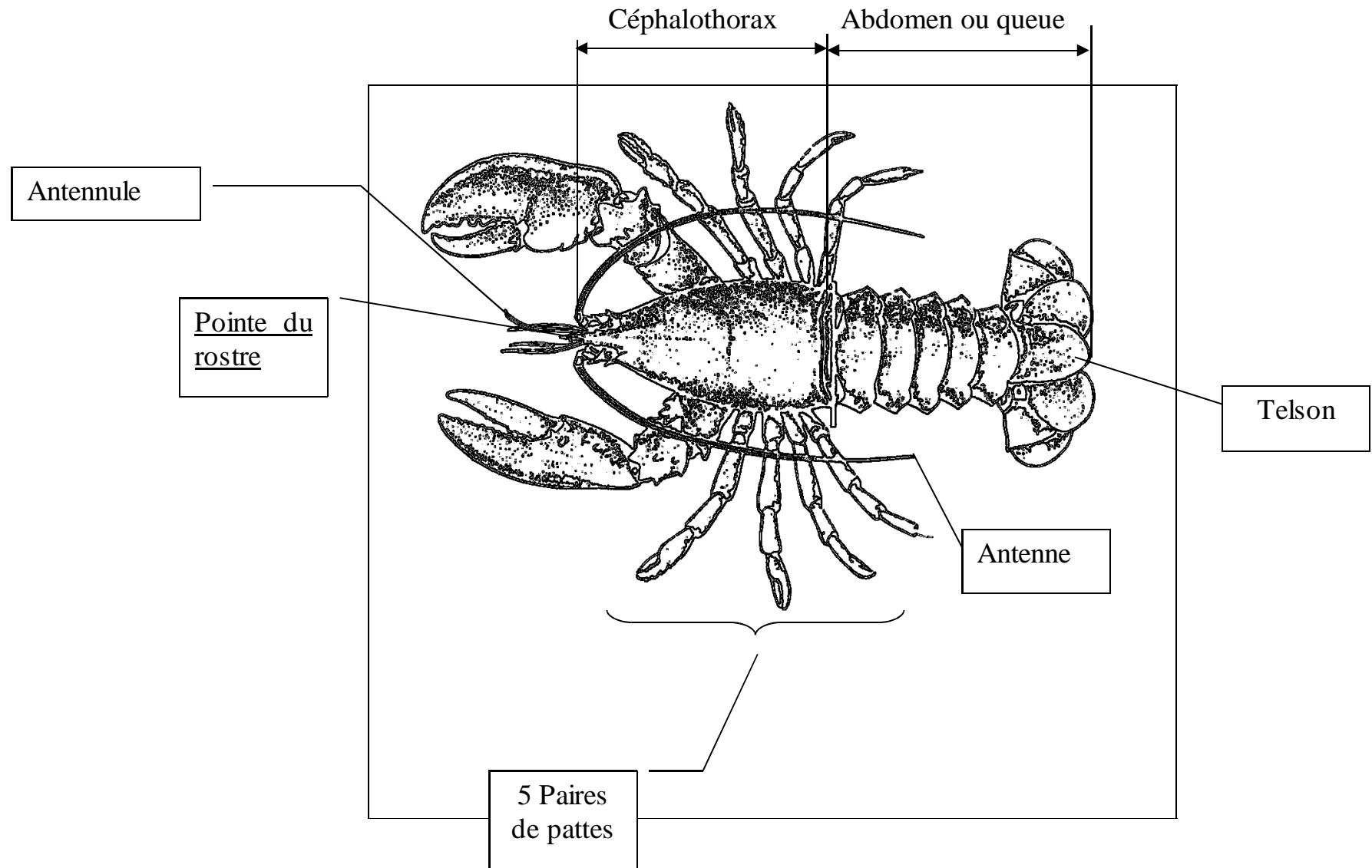
La langouste rouge (Bretonne) est de loin la plus fine et celle qui possède le meilleur rendement.

#### **17.1.9. LES HOMARDS :**

Le homard peut atteindre 75 cm, néanmoins, l'aquarium de New York en 1910 possédait un homard géant pesant 15 kg et mesurant 1 mètre de longueur.

Il y a deux variétés bien distinctes de homards : l'europpéen, à carapace très foncée (bleue noire) et mouchetée, et le canadien, à carapace plus claire d'un brun orangé.

**DESCRIPTION D'UN HOMARD :**



L'européen habite dans les côtes bretonnes, norvégienne, irlandaises ou écossaises et le canadien les côtes des U.S.A. et du Canada.

Si faire la différence entre l'européen et le canadien est chose aisée à l'état cru, il est plus difficile de les distinguer après cuisson, car tous les deux deviennent rouges. Cependant, lorsqu'ils sont coupés en deux, le canadien non seulement contient plus d'eau mais la distance entre carapace et chair est nettement visible, tandis que cette même distance est pratiquement nulle pour un européen. Vu la différence de prix entre les deux produits, il est conseillé de faire attention.

Un homard refait sa carapace 8 à 10 fois la première année, puis un peu moins jusqu'à 6 ans. Devenu adulte, il ne mue plus qu'un fois par an. Il faut 5 ans pour qu'un homard atteigne 12 cm de long et 30 pour peser 1 kilogramme.

Les petits homards (23 cm minimum) cuits dans une nage s'appelle « demoiselles de Cherbourg ».

Le homard, s'il contient moins de chair que la langouste, est généralement meilleur que cette dernière dans les préparations chaudes. La langouste, pour cette raison, est souvent consommée froide.

Ne pas consommer de homards fraîchement pêchés, car ils sont souvent appâtés avec des déchets en décomposition, il faut dès lors les laisser dégorger au minimum 24 heures.

#### **17.1.10. LA LANGOUSTINE :**

Appelée également « homard de Norvège », elle peut mesurer jusqu'à 25 cm et habite les fonds vaseux entre 40 et 200 m de profondeur, dans l'Atlantique et la Méditerranée. Sa chair est blanche et savoureuse.

Pêchée loin des ports de pêche, elle est rarement achetée vivante et est surtout conservée dans des caissons avec de la glace pilée.

Attention, la langoustine garde la même couleur après la cuisson, ce qui fait que lors de l'achat et avant de la proposer à la vente, il y a lieu de vérifier si elle est cuite ou pas. De nombreuses personnes ont déjà proposé des langoustines, achetées surgelées, sur un buffet froid et ont eu la désagréable surprise, lors de la consommation par les convives, de s'entendre dire qu'elles étaient crues.

#### **17.1.11. L'ARAIGNEE :**

Elle mesure jusqu'à 20 cm et habite les fonds côtiers à herbier jusqu'à 50 m. de profondeur, dans l'Atlantique, plus rarement en Méditerranée.

Elle est recouverte de nombreuses petites épines. Le mâle présente la particularité d'avoir la première paire de pattes qui se terminent par de fortes pinces, celles-ci sont beaucoup plus minces chez la femelle. La chair de l'araignée est très longue et très fine.

Le crabe royal de l'Alaska est en réalité une araignée d'environ 10 kg et dont les pattes peuvent atteindre 1,80 m. à 2 m. de long. Il est surtout vendu surgelé ou appertisé.

#### **17.1.12. LE TOURTEAU OU LE DORMEUR :**

Il peut atteindre la largeur de 40 cm, pour un poids de 5 à 6 Kg, il habite les fonds rocheux de l'Atlantique et de la Méditerranée jusqu'à 100 m. de profondeur.

Le céphalothorax est oblong et lisse, il possède 5 paires de pattes, dont la première est fournie de fortes pinces. Sa chair est fine et délicate.

### **17.1.13. L'ETRILLE :**

Il mesure +/- 10 cm et habite les fonds côtiers et caillouteux ou parmi les algues de la Mer du Nord, de la Manche et de l'Atlantique. Vu son prix, il est une excellente base pour les sauces et bisques.

### **17.1.14. L'ECREVISSE (CRUSTACE D'EAU DOUCE) :**

Elle mesure de 12 à 15 cm et habite normalement les cours d'eau rapides, torrents et fleuves. Elle a pratiquement disparu de nos cours d'eau (braconnage, pollution) et est donc importées.

On distingue principalement l'écrevisse à pattes rouges (américaine) et l'écrevisse à pattes grises (principalement importée de Turquie).

Après avoir été lavées sous un filet d'eau claire, les écrevisses doivent être « châtrées », terme impropre s'il en est, puisque cette opération ne consiste pas en l'ablation des organes sexuels mais bien à ôter le petit boyau noir se trouvant sous l'écaille du milieu de la queue. Ce dernier confère à la cuisson, s'il n'est pas ôté, un goût amer.

## **17.2. ACHAT DES CRUSTACES :**

### **17.2.1. LES HOMARDS, LANGOUSTES, CRABES, ARAIGNEES :**

<b><u>Critères de fraîcheur et de qualité :</u></b>	<b><u>Critères d'altération et de mauvaise qualité :</u></b>
- Les acheter bien vivants, nerveux et vigoureux	- Pas de réaction, l'animal est mort (pattes pendantes, muscles relâchés)
- Rechercher les réactions au niveau de l'œil, des antennes et des pattes.	- Pas de réaction.
- A taille égale, choisir les sujets les plus lourds	- Crustacés légers et creux.
- Choisir les gros crustacés à carapace dure, résistante, recouverte de parasites animaux ou végétaux (petits coquillages).	- Les animaux à carapace molle et propre sont amaigris après la mue.
- Retourner le crustacé : ses articulations doivent être gonflées, claires et transparentes.	- Les membranes cartilagineuses entre les segments sont concaves.
- Les carapaces supérieures et inférieures des crabes bien pleins se	- Les deux carapaces sont fermées hermétiquement.

déboîtent facilement.	
- La femelle portant des œufs a de fortes chances d'être de bonne qualité et de renfermer du corail.	- Pas d'œufs.

### **17.2.2. LES LANGOUSTINES :**

Elles sont généralement présentées sur glace.

<b><u>Critères de fraîcheur et de qualité :</u></b>	<b><u>Critères d'altération et de mauvaise qualité :</u></b>
- Œil noir, brillant.	- Œil décoloré et terne.
- Aspect luisant.	Aspect mat.
- Membrane thoraco-abdominale résistante, brillante et claire.	Membrane thoraco-abdominale relâchée, terne devenant verdâtre ou noirâtre.
- Muscles fermes.	
- Odeur faible ou nulle	- Odeur putride.

### **LES CREVETTES :**

Elles sont généralement présentées cuites. Il est presque impossible en Belgique de les trouver crues.

<b><u>Critères de fraîcheur et de qualité :</u></b>	<b><u>Critères d'altération et de mauvaise qualité :</u></b>
- Aspect brillant.	- Aspect terne.
- Glissant aisément dans la main.	- Carapace grasse, poisseuse, sensation de chaleur en plongeant la main dans le sac.
- Odeur douce et agréable.	- Odeur nauséabonde, forte.

### **APPRÊTS ET CUISSON DES CRUSTACÉS :**

Tous les crustacés peuvent être pochés dans un court-bouillon. Certains sont servis en nage.

### **LES CREVETTES :**

Éliminer éventuellement les algues, petites pierres ou animaux étrangers aux crevettes. Les cuire dans le court-bouillon ci-après.

#### **Utilisation :**

- à l'apéritif, servies tièdes avec du pain et beurre légèrement salé.



- elles font partie des hors d'œuvre, plateaux de fruits de mer. Elles entrent dans quantités de salades composées, en élément principal (tomates crevettes, pamplemousses crevettes, cocktails de crevettes) ou en élément de décoration.
- en buisson pour les plus grosses.
- en garniture de sauces poissons (Ostendaise, Dieppoise, Joinville, etc.).
- grillées, en brochette pour les impériales, gambas et scampi.
- frites, plongées au préalable en pâte à frire.
- En bisque.

### **17.2.3. LA LANGOUSTE :**

Quelque soit son apprêt, il faut la brosser soigneusement. Si elle est destinée à être présentée entière, on la fixe allongée sur une planchette et elle est maintenue avec des liens pour empêcher que la queue ne se recroqueville à la cuisson. Pour la cuisson par pochage, voir en fin de cette série.

Sitôt cuite, égoutter la langouste et la saigner à l'extrémité du rostre et de la queue. Attention, trop cuite, elle devient coriace.

#### **Utilisation :**

- servir encore tiède avec une mayonnaise ou dérivée.
- froide, en belle-vue, parisienne, en gelée ou aspics, en cocktail, en salade composée, en mousse.
- chaude : grillée, à l'américaine ou armoricaine, à la bordelaise, en civet.
- décortiquée : thermidor, cardinal, au curry, Newburg, au gratin.
- en feuilleté, en garniture de poissons pochés, bisque.

### **17.2.4. LES LANGOUSTINES :**

Il est bon d'égoutter les langoustines immédiatement après la cuisson. Attention, après 48 heures, la chair des langoustine devient pâteuse.

#### **Utilisation :**

- servies tièdes avec sauce mayonnaise ou dérivée.
- elles font également partie de hors d'œuvre et plateaux de fruits de mer.
- elles peuvent être traitées à l'américaine, à la bordelaise, au gratin, en fritots
- comme garnitures des poissons pochés à court mouillement, des soupes, de la paëlla, en papillote, en feuilleté, etc.
- en bisque.

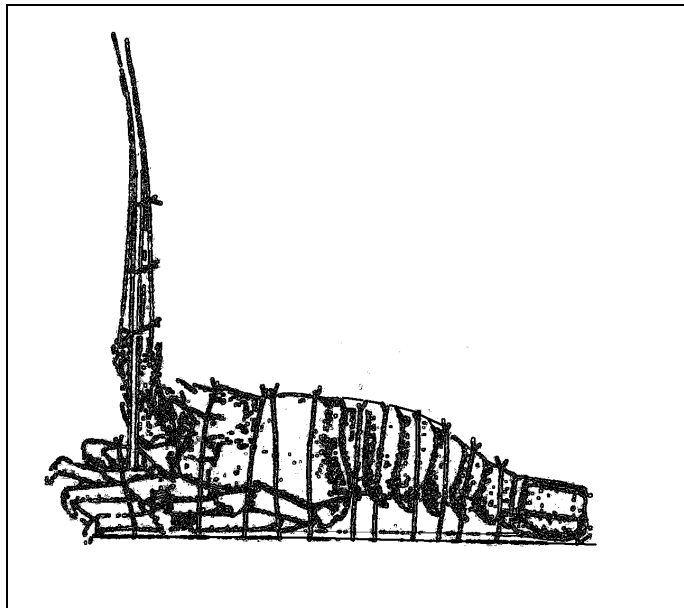
### **17.2.5. LES HOMARDS :**

Même remarque que pour la langouste, lorsque le homard est destiné à être présenté froid, le fixer sur une planchette.

Lorsque le homard est coupé en deux, il faut retirer la petite poche pierreuse se trouvant dans la tête.

DECOUPE DU HOMARD ET PREPARATION DE LA LANGOUSTE POUR DIFFERENTES PREPARATIONS :

Pour pocher la langouste, l'attacher solidement sur une planchette. Les antennes sont attachées verticalement à une baguette.



Découpe du homard pour les services froid ou chaud.

- A) Homard partagé en deux
- B) Les pinces avec test brisé.
- C) Les articulations des pinces

Poches à graviers

A

B

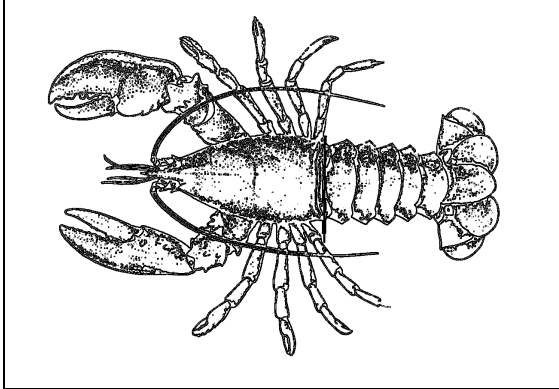
C

Décortiquer une queue de homard

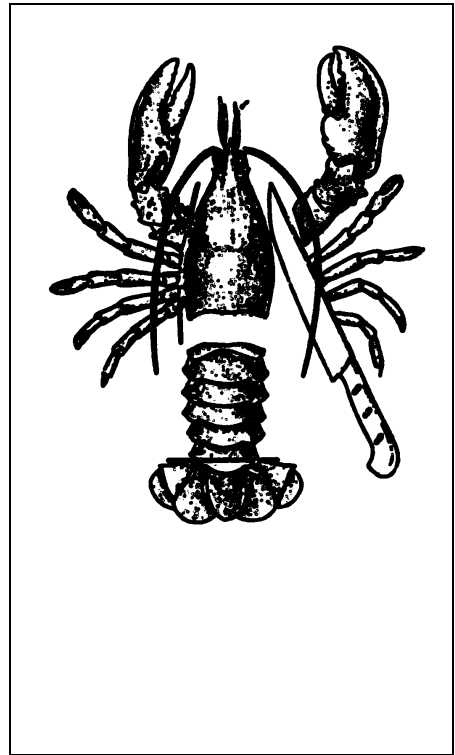
The diagram is a large rectangular frame divided into several sections. At the top left, a hand is shown holding a crayfish tail. A box labeled 'Poches à graviers' has arrows pointing to the tail. To the right, a crayfish tail is shown split lengthwise, labeled 'A'. Below this, a pair of scissors is shown cutting through the tail's shell. Further down, the tail is shown with the shell cracked open, labeled 'B'. At the bottom, the two claws are shown separated from the rest of the tail, labeled 'C'. A box at the bottom of the frame contains the text 'Décortiquer une queue de homard'.

DECOUPE A CRÛ DU HOMARD POUR PREPRATION A L'AMERICAINE

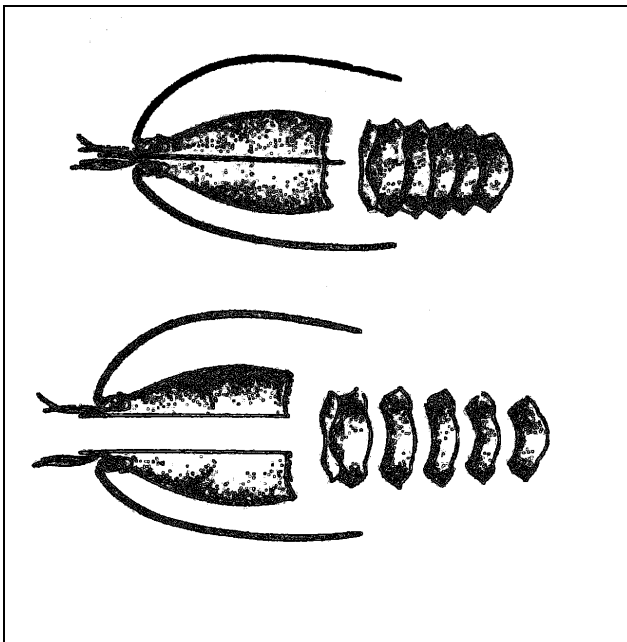
1) Séparer le coffre d'un coup de couteau



2) Détacher pinces, pattes et queue



3) Couper le coffre dans la longueur



Présentation du corps d'un homard  
découpé

Réserver précieusement le sang, l'eau et le corail qui s'écoulent. Ils contribuent à la liaison de nombreuses sauces qui accompagnent le homard.

Utilisation :

- Toutes les préparations applicables à la langouste conviennent au homard mais celui-ci est de préférence servi chaud. Les principaux accommodements vous sont décrit ci-après.
- Garniture de poissons pochés à court mouillement.
- Bisque. (se fait généralement avec le homard dit homard bisque et qui doit cette appellation à un défaut comme la mutilation ou la mort, dès lors ils ne peuvent plus être vendus comme homard).

### **17.2.6. LES TOURTEAUX, ARAIGNEES, ETRILLES :**

Certains préconisent de les cuire départ eau froide afin ,soi-disant, qu'ils ne perdent pas leurs pattes au cours de la cuisson. Mais ce procédé ne se révèle pas toujours efficace.

#### **Utilisation :**

- servis encore tièdes avec mayonnaise ou dérivée.
- font partie de la composition des plateaux de fruits de mer et des hors d'œuvre.
- décortiqués : salades composées, cocktail, avocat farcis, au gratin, en fritots (pinces de crabe).
- bisque et garniture de potage.
- étrilles et tourteaux constituent une excellente base pour la sauce américaine et la bisque.

**Attention** à un succédané de crabe présenté sous forme de bâtonnets et présent dans les soi-disant salades de crabe : il s'agit en réalité de colin d'Alaska texturé et parfumé au crabe.

### **17.2.7. LES ECREVISSSES :**

Sert de base à l'appellation « Nantua ».

L'écrevisse d'un mois pèse 0,20 gr. , à 4 ans environ 20 gr. et 40 gr. à 8 ans. Il lui faut entre 15 et 20 ans pour peser de 80 à 120 gr

#### **Utilisation :**

- servies tièdes, en buisson pour buffet.
- à la nage, à l'américaine, à la bordelaise.
- trousseée, comme élément de présentation.
- comme garniture des poissons pochés à court mouillement.
- décortiquée, au gratin, en feuilleté, en papillote, en salades composées.
- bisque, garniture des matelotes.
- garniture Marengo.

### **17.2.8. QUELQUES PREPARATION DE CRUSTACES :**

Tous les crustacés peuvent se cuire par pochage. Ce pochage s'effectue toujours de le liquide bouillant. Ce même liquide est toujours un court-bouillon. Seules les

crevettes demandent que le mouillement de ce court-bouillon soit réalisé avec de l'eau de mer filtrée ou à défaut avec une eau salée à raison de 25 à 30 gr de sel/litre d'eau.

### **17.2.8.1. COURT-BOUILLON POUR CRUSTACES DESTINES A ETRE SERVIS FROIDS :**

Cette cuisson concerne tous les crustacés.

#### **A) INGREDIENTS :** 5 L. d'eau

Thym, laurier.  
75 gr. de sel  
30 gr. poivre en grains.  
100 gr. de persil.  
500 gr. d'oignons.  
250 gr. de céleri.  
500 gr. de carottes

#### **B) TRAITEMENT :**

1-Cuire les carottes, oignons, céleris, thym et laurier dans l'eau salée.

2-Au terme de celle-ci, plonger le homard vivant, lavé et débarrassé de ses attaches, dans le court-bouillon.

3-Ajouter le poivre en grains et cuire par petite ébullition.

4- Plonger le crustacé dans la cuisson bouillante.

- Pour les crevettes, aider à la reprise de l'ébullition (en plongeant un fer rougis au feu) et égoutter dès la reprise de celle-ci.
- Les langoustines sont cuites dès la reprise normale de l'ébullition. Pour les plus grosses, compter 4 à 6 minutes.
- 12 minutes pour un homard Européen de 5 à 600 gr.
- 20 minutes pour une langouste, un homard, un tourteau ou une araignée d'un kilo.
- 6 à 7 minutes pour un homard Canadien du même poids.
- 3 minutes pour les écrevisses.

5-Laisser refroidir dans la cuisson, sauf :les crevettes qui sont égouttées et étalées pour refroidir rapidement.

Il faut noter que les langoustes, les langoustines, les tourteaux, les araignées et les écrevisses sont parfois tièdes.

### **17.2.8.2. LE COURT-BOUILLON POUR CRUSTACES SERVIS EN NAGE :**

Les remarques pour l'élaboration des court-bouillon destinés à être servis au client (poissons pochés) sont également de mise dans ce cas.

A) INGRÉDIENTS :

1,5 litre d'eau  
1,5 dl de vin blanc sec  
2 carottes cannelées émincées  
2 blancs de poireaux émincés en rouelles  
2 branches de céleri vert (feuilles)  
2 petits oignons en rouelles  
1 bouquet garni  
Persil et sel.

B) TRAITEMENT :

Préparer le court-bouillon avec les légumes et le bouquet garni, mouiller d'eau froide, saler et cuire.

**Remarque :** Les rouelles d'oignons sont mises en fin de cuisson du court-bouillon afin de les conserver entières.

Après cuisson des légumes, ajouter le vin blanc et un tour de moulin à poivre ou poivre en grains.

Plonger les crustacés dans le court-bouillon bouillant. Calculer les temps de cuisson comme ci-dessus.

**17.2.8.3. LE HOMARD A L'AMERICAINE OU ARMORICAINE :**

A) INGRÉDIENTS : 4 couverts

100 gr. riz  
1 dl vin blanc.  
4 cl Cognac.  
2 dl fumet de poisson au vin  
1 cl glace de viande brune  
40 gr. échalotes  
10 gr. persil  
200 gr. tomates.  
2 P. homard canadien 400/500  
4 cl huile d'olive  
155 gr. beurre  
poivre de Cayenne  
sel fin  
1 dl sauce 1/2 glace

B) TRAITEMENT :

1-Première condition, avoir le homard vivant.

2-Lui tronçonner la queue, détacher les pattes, briser les pinces et fendre le coffre en deux dans le sens de la longueur, retirer la poche à hauteur de la tête et qui contient du gravier.

3-Mettre de côté les intestins et le corail, assaisonner de sel et de poivre.

- 4-Chauffer fortement beurre et huile, jeter les morceaux de homard dedans jusqu'à ce que les chairs soient bien raidies et que la carapace soit rouge vif.
- 5-Dégraissier à fond et ajouter échalotes hachées, cognac flambé, vin blanc, fumet de poisson, glace de viande, tomates mondées et pressées, sauce ½ glace, persil et Cayenne.
- 6-Cuire à couvert 15 à 20 minutes.
- 7-Retirer les morceaux de homard, mettre en timbale et tenir au chaud.
- 8-Réduire la cuisson à 2 dl, y ajouter les intestins et le corail mélangé avec beurre ramolli, passer au chinois.
- 9-Chauffer ce coulis sans le faire bouillir et compléter avec 100 gr de beurre ramolli frais.
- 10-Verser sur les morceaux de homard, saupoudrer de persil haché.
- 11-Accompagner de riz créole en garniture.

#### **17.2.8.4. LE HOMARD THERMIDOR :**

##### **A) INGREDIENTS :** 4 couverts

20 gr. moutarde anglaise (colemans).  
2 dl vin blanc.  
2 dl fumet de poisson au vin  
25 gr. roux blanc  
4 cl glace de viande brune  
10 cerfeuil  
60 échalotes  
2 P. homard canadien 400/500  
2 cl huile d'olive  
2 dl lait  
50 gr. gruyère.  
poivre blanc.  
sel fin.

##### **B) TRAITEMENT :**

- 1-Couper en deux dans le sens de la longueur un homard vivant, écraser les pattes. Saler, poivrer et arroser d'huile d'olive, mettre au four +/- 15 minutes.
- 2-Retirer la chair de la queue, la couper en gros dés; débarrasser les pinces de leur carapaces.
- 4-Faire réduire à glace vin blanc, fumet de poisson, glace de viande, cerfeuil, estragon et échalotes hachées.
- 5-A cette réduction, ajouter la béchamel épaisse et la moutarde anglaise.
- 6-Napper le homard de cette sauce, mais avant, en étaler un peu dans le fond des carapaces et remettre les dés de homard.
- 7-Saupoudrer de gruyère râpé et gratiner.

#### **17.2.8.5. ECREVISSES A LA BORDELAISE :**

##### **A) INGREDIENTS :** 8 couverts

3 dl vin blanc.  
1 dl cognac.  
1 dl fumet de poisson au vin  
2 cl glace de viande brune  
50 gr. carottes  
40 gr. échalotes  
50 gr. oignons.  
20 gr. persil  
48 pièces écrevisses vivantes.  
150 gr. beurre.  
laurier.  
poivre de Cayenne  
sel fin.  
15gr thym.  
1 dl velouté de poissons.

### **B) TRAITEMENT :**

- 1-Preparer une fine mirepoix avec carottes, oignons, échalotes, persil, thym et laurier.
- 2-Faire suer tous ces éléments et étuver jusqu'à cuisson complète.
- 3-Ajouter 50 gr de beurre, les écrevisses lavées et châtrees, sel, pointe de Cayenne; les faire sauter jusqu'à coloration du test.
- 4-Mouiller avec 1 dl de Cognac flambé et de 3 dl de vin blanc réduit à 1/3; compléter avec fumet et velouté de poisson. Cuire à couvert pendant 5 à 6 minutes.
- 5-Dresser les écrevisses dans une timbale, réduire la sauce et terminer avec la glace de viande.
- 6-Monter avec 100 gr de beurre, parsemer de persil haché.
- 7- Rectifier assaisonnement et napper les écrevisses.

### **17.2.8.6. CREME DE TOURTEAUX GRATINEE AU CURRY LEGER :**

#### **A) INGREDIENTS :** 8 couverts.

50 gr. tomates concentré.  
2.5 dl vin blanc cuisine.  
3 cl Cognac.  
1 L. fumet de poisson au vin.  
5 gr. ail  
50 gr. carottes  
50 gr. céleri blanc  
1 brin estragon.  
100 gr. oignons  
½ pommes golden  
1 Kg. tomates grosses  
2 Pièces tourteau  
curry  
30 gr. Beurre.



1 dl de crème.  
poivre.

**B) TRAITEMENT:**

1-Concasser les tourteaux et les faire revenir au beurre, ajouter la mirepoix d'oignons, de carottes et de céleri, l'estragon et l'ail.

2-Monder et épépiner les tomates, les ajouter à la préparation ainsi que le concentré de tomates.

3-Flamber au cognac, ajouter le vin blanc et le fumet et faire cuire plus ou moins 20 minutes à feu doux.

4-Oter les tourteaux et les décortiquer, réserver la chair, remettre les carapaces dans le potage, passer le tout au mixer, ensuite filtrer pour ne garder que la partie liquide.

5-Faire suer la pomme et les oignons hachés dans une casserole, saupoudrer de curry et cuire quelques instants.

6-Ajouter la crème et passer le potage au chinois sur le curry. Rectifier assaisonnement.

7-Mettre la chair des crabes dans les bols, ajouter le potage et faire gratiner quelques instants.

## 18. LES MOLLUSQUES :

### GENERALITES :

Les mollusques, à la différence des crustacés, sont des animaux dépourvus d'appendices articulés. Leur corps est mou et généralement pourvu d'une coquille (les **coquillages**) calcaire secrétée par un repli cutané : le manteau ou d'une coquille inapparente ou absente les (**céphalopodes**).

### 18.1. CLASSIFICATION :

Les coquillages sont divisés en deux catégories qui sont :

**- les bivalves ou lamellibranches :**

- |                  |                           |
|------------------|---------------------------|
| - huîtres.       | - palourdes.              |
| - clams.         | - praires.                |
| - moules.        | - coques.                 |
| - vanneaux.      | - vernis.                 |
| - pétoncles.     | - coquille Saint-Jacques. |
| - couteaux.      | - amandes de mer.         |
| - dattes de mer. | - lavignons.              |

**- les univalves ou gastéropodes.** Ils possèdent généralement une coquille spiralée et un pied locomoteur :

- |              |                     |
|--------------|---------------------|
| - bigorneaux | - ormeaux           |
| - patelles   | - buccin ou bulots. |

### 18.1.1. LES LAMELLIBRANCHES OU LES COQUILLAGES BI-VALVES :

#### ACHAT DES LAMELLIBRANCHES :

<u>Critères de fraîcheur et de qualité :</u>	<u>Critères d'altération et de mauvaise qualité :</u>
- Les coquilles doivent être fermées ou se refermer brusquement à la percussion. Attention certaines coquilles pleines de vase ou putréfiées peuvent rester fermées	- Les coquilles sont entrouvertes et ne se referment pas. Il faut impérativement jeter ces coquillages.
- Les coquillages frais sont lourds et ont un son mat au malaxage, leurs coquilles sont difficiles à ouvrir et se referment au toucher.	- Les coquilles sont légères et ont un son clair au malaxage, elles remontent à la surface de l'eau lors du lavage.
- Le liquide intérieur est clair et abondant.	- Le liquide intérieur est trouble ou inexistant.

- L'odeur est douce et caractéristique.	- Odeur désagréable de putréfaction, de mazout ou de vase ! ! ....
- Le bord du manteau, touché avec la pointe du couteau doit se rétracter facilement (les coquilles Saint-jacques peuvent survivre quelques jours bien que la coquille soit légèrement entrouverte).	Aucune réaction.

### **18.1.1.1. LES HUÎTRES :**

Malgré tout ce que l'on peut entendre, l'ostréiculture n'est basée que sur deux espèces d'huîtres :

- la plate : belon, marennes, bouzique, zélandaise, ostendaise, etc.
- la creuse : appelée également portugaise en raison de son origine : Aquitaine, Arcachon, Ré, Oléron, Marennes, Bretagne, Normandie etc.

Il semble intéressant, du moins pour les huîtres et les moules, de parler un peu de l'élevage, car très souvent c'est cette forme d'élevage qui va déterminer l'appellation de l'huître lors de la vente.

Il faut savoir que si les huîtres sont hermaphrodites, l'huître plate est vivipare tandis que l'huître creuse est ovipare. La graine (larve ou œuf) qui provient de l'huître-mère parquée dans des gisements protégés (écloseries) est captée sur des collecteurs (au bout d'une dizaine de jour après la ponte). Il existe plusieurs types de collecteurs :

- Tuiles romaines recouvertes de chaux..
- Anciennes coquilles disposées sur des supports métalliques.
- Supports plastiques de toutes formes.

Fixées sur ces collecteurs, les larves prennent le nom de naissain. Au bout de 8 ou 9 mois, on pratique le détroquage ou détachage du collecteur.

Le naissain ainsi détroqué est placé en « demi-élevage » jusqu'à 18 mois ou 2 ans. Il est ensuite vendu aux ostréiculteurs des différentes régions qui termineront l'élevage ou la pousse.

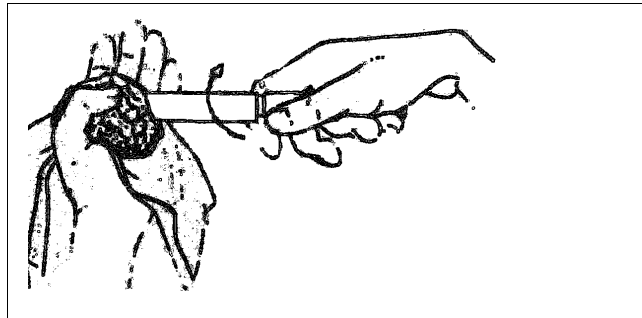
Elles sont alors élevées de différentes manières :

- en parc sur fond ferme.
- en eaux profondes.
- en surélévation (sacs en grillage plastique solidement arrimés sur des tables à claire-voie) qui les protège au mieux des prédateurs.
- en Méditerranée sur cordes.

Au bout d'un à 2 ans, les huîtres atteignent donc une taille de commercialisation suffisante et, à ce stade, sont placées dans des bassins pour l'engraissement, l'affinage et pour certaines, le verdissement.

Dans la région de Marennes-Olérons, l'engraissement et l'affinage de l'huître s'effectue dans des « claires », qui sont souvent d'anciens marais salants. Ces parcs sont très riches en plancton et l'eau y est beaucoup moins salée qu'en parcs d'élevage. Les huîtres y restent en immersion totale, dans +/- 60 cm d'eau. Ces dans ces « claires » que l'huître, ayant le manteau naturellement jaune, consomme une algue, « la navicule

ostrearia », une algue microscopique porteuse de pigments bleus. Lorsque l'huître consomme beaucoup de cette algue, la combinaison de pigments bleus avec sa couleur jaune naturelle lui donne cette couleur verte caractéristique très appréciée du consommateur.



Ouverture d'une huître

### LA COMMERCIALISATION DES HUÎTRES :

La commercialisation se fait par calibre de poids pour les huîtres, cependant le restaurateur, s'il peut également les acheter à la pièce, a intérêt à les acheter à la bourriche. Celle-ci contient en général 50 huîtres. Voici par exemple l'extrait d'un tarif de la firme « Aquality » qui fournit notre école.

#### Creuses de Zélande (50)

<b>Nr1</b>	<b>0.32/pp</b>
<b>Nr2</b>	<b>0.32/pp</b>
<b>Nr3</b>	<b>0.32/pp</b>
<b>Nr4</b>	<b>0.32/pp</b>
<b>Par 25P</b>	<b>+0.05/pp</b>
<b>Moins de 25 p</b>	<b>+0.15/pp</b>

les plus grosses

les plus petites

#### Huîtres de Zélande (50) plates

<b>Nr.3/0</b>	<b>0.97/pp</b>
<b>Nr 4/0</b>	<b>1.14/pp</b>
<b>Nr 5/0</b>	<b>1.36/pp</b>
<b>Moins de 50 P</b>	<b>+0.15/pp</b>

les plus petites

les plus grosses

Comme on peut s'en rendre compte, la grosseur est déterminée par le numéro attribué à l'huître.

Pour les huîtres creuses, la grosseur décroît avec la croissance des numéros, par contre, les huîtres plates ont un classement inverse, puisque, plus les numéros croissent, plus l'huître est grosse.

Cependant, on peut remarquer que si un restaurateur désire acheter occasionnellement 30 huîtres creuses N°2, il devra déboursier :

$$(30 \times 0.32) + (30 \times 0.15) = 14.1 \text{ €}.$$

Par contre, pour 50 pièces, il devra payer

$50 \times 0.32 = 16 \text{ €}$ .

Soit 20 pièces en plus pour seulement 1.9 € de supplément → intérêt à commander par bourriche.

En France, la distinction est particulièrement faite pour :

- **les huîtres de pleine mer** : affinées en pleine mer ou à l'embouchure des rivières (Normandie, Bretagne Nord)
- **les fines de claires** : le terme « fines de claires » s'applique aux huîtres qui ont séjourné dans les claires pendant au moins 2 mois à raison d'une vingtaine au M.<sup>2</sup>.
- **les spéciales** : le terme « spéciales » s'applique aux huîtres qui ont également séjourné dans les claires mais durant 4 mois minimum à raison de 4 à 5 au M.<sup>2</sup>.

### Utilisation :

➤ les huîtres ne doivent pas être grattées, ne les laver au moment de les ouvrir que si nécessaire, ne les ouvrir qu'au moment de les servir, éliminer les petits éclats de coquille éventuels.

➤ elles sont le plus souvent consommées crues, dressées sur un lit de glace et d'algues, accompagnées de citron, de vinaigre d'échalotes, de pain à huîtres et de beurre salé.

➤ elles font traditionnellement partie du plateau de fruits de mer.

➤ Elles sont également servies chaudes, pochées dans leur eau de mer additionnée de vin blanc et d'échalotes ciselées, (l'eau doit alors être filtrée précautionneusement), cette eau ne doit pas trop réduire (sel) et la température de pochage ne peut excéder 70 °C. (voir recette ci-après).

### EXEMPLE : HUÎTRES CHAUDES A LA DUXELLE DE CHAMPIGNONS :

#### A) INGREDIENTS : 8 couverts

48 huîtres creuses N°3.

355 gr. de beurre.

120 gr. échalotes.

1 L vin blanc.

Fumet de poisson au vin blanc.

800 gr. champignons très blancs.

4 dl de crème.

1 citron.

2 jaune d'œufs

Sel ( ? ?)

Poivre du moulin.

Poivre de Cayenne.

#### B) TRAITEMENT :

1. Réaliser la duxelles de champignons (voir fiche technique n°PBA220).
2. Ouvrir les huîtres, éliminer les éclats éventuels, réserver l'eau et la filtrer soigneusement.
3. Réserver les coquilles creuses, les laver et les stériliser au four vapeur.
4. Faire suer les échalotes ciselées, ajouter vin blanc et faire réduire de moitié. Ajouter le fumet de poisson, les huîtres et leur eau. Amener doucement à 70°C. et retirer du feu.
5. Retirer les huîtres, les réserver et faire réduire la cuisson des 2/3. Crémier et réduire à nouveau jusqu'à consistance nappante. Monter au beurre.
6. Réaliser une sauce hollandaise (mousseline), l'ajouter à la sauce et terminer en ajoutant un peu de crème fouettée.
7. Mettre les coquilles stérilisées sur un lit de gros sel, les réchauffer au four.
8. Détendre la duxelle avec un peu de sauce et en placer une cuillerée dans chaque huître, superposer la duxelle d'une huître pochée, napper soigneusement de sauce et glacer au four très chaud.

### C) DRESSAGE :

Dresser sur assiette à raison de 6 par couvert.

#### **18.1.1.2. LES COQUILLES SAINT-JACQUES :**

Elles mesurent de 10 à 15 cm et habitent les fonds sableux et herbiers côtiers de la Manche et de l'Atlantique. Devenant rares, les pouvoirs publics français en ont réglementé sévèrement et la période ainsi que les horaires de la pêche.

La meilleure période, celle où ce mollusque est en pleine forme, se situe de novembre à fin février.

Même durant cette période, il vaut mieux acheter ses Saint-Jacques en coque, le surcroît de travail est largement récompensé par le goût largement supérieur aux produits achetés dé coquillés.

La coquille Saint-Jacques se déplace par la brusque fermeture de la valve supérieure.

La vanneaux (vannettes en Normandie) et les pétoncles font partie de la même famille.

L'élevage des Saint-Jacques (la pectiniculture) n'est encore qu'au stade expérimental.

Les ouvrir avec précaution. Une méthode facile consiste à mettre les coquilles sur le fourneau, la chaleur les fera bâiller. Détacher l'animal de la coquille en raclant la partie supérieure à l'aide d'une lame bien effilée. Enlever les franges de la noix et du corail, couper le muscle adducteur. Laver soigneusement et laisser dégorger.

Garder les coquilles creuses pour le service éventuellement.

#### **Utilisation :**

➤ elle est d'une grande finesse consommée crue Taillée en fines lamelles, arrosée très discrètement de quelques gouttes de jus de citron vert et légèrement poivrée, c'est de cette manière qu'elle s'exprime le mieux.

- pochée, mais tout comme les huîtres, elle ne supporte pas une température supérieure à 70°C. maximum, au delà, elle devient caoutchouteuse.
- sautée rapidement.
- grillée en brochette.
- en garniture de salades composées et de poissons pochés à court mouillement.
- En sous-vide, la maîtrise de température en cuisson lui convient parfaitement.

### EXEMPLE : COQUILLE SAINT-JACQUES AUX AROMATES :

#### A) INGREDIENTS : 4 couverts

50 cl vin blanc.  
50 gr. carottes.  
50 gr. céleri blanc  
50 gr. échalotes  
50 gr. de blanc de poireaux  
24 coq. Saint-Jacques  
25 cl crème fraîche 40%

#### B) TRAITEMENT :

- 1-Décoquiller les Saint-Jacques suivant méthode.
- 2-Les laver et les laisser dégorger 15 minutes à l'eau froide.
- 3-Les égoutter, les éponger, assaisonner sel et poivre, les fariner puis secouer pour en enlever l'excès.
- 4-Les faire sauter sur feu vif dans un beurre bien chaud et dans un ustensile assez spacieux, les retourner.
- 5-Après un moment, ajouter un bon filet de vin blanc et crémier (filet d'eau si nécessaire pour arriver à hauteur). Laisser cuire quelques minutes ensuite les retirer de la cuisson.  
N.B.: Les Saint-Jacques supportent mal une cuisson prolongée, ne pas aller au-delà de 70°C. afin de les garder moelleuses.
- 6-A part, tailler une fine mirepoix , l'étuver au beurre après l'avoir faite suer.
- 7-Après cuisson des légumes, leur adjoindre la cuisson crémée des Saint-Jacques.  
Rectifier assaisonnement et consistance.
- 8-Ajouter les Saint-Jacques dans la sauce (si nécessaire, les escaloper).
- 9-Dresser dans une coquille avec pomme duchesse colorée légèrement ou en croustade.

### 18.1.1.3. LES MOULES :

Pour nous Belges, les moules sont à considérer comme faisant partie du patrimoine gastronomique du pays, au même titre que le traditionnel steak - salade - frites.

S'il est vrai que le Belge est un très grand consommateur de moules, notre pays ne se prête guère à la mytiliculture, cette spécialité étant plutôt réservée à nos voisins Hollandais, qui trouvent dans l'embouchure de l'Escaut se trouvant sur leur territoire l'endroit idéal à cet élevage. Le marché principal se trouve à Yerseke.

Si d'autres pays, notamment l'Espagne avec ses grosses moules, la France avec ses moules de bouchots sont aussi de gros producteurs, le Belge préfère par-dessus tout la moule de Zélande.

Les prix de ces dernières ne cessent de grimper et les grossistes tentent avec peu de succès actuellement de leur substituer les moules étrangères, comme l'espagnole venant de Galice. Le consommateur Belge reste en général inflexible devant les zélandaises et on peut se rendre compte que la clientèle Belge préfère se passer de moules ou en consommer moins souvent. Espérons que devant ce manque à gagner, les producteurs hollandais reverront leur politique et fixerons le prix de la moule à un seuil raisonnable.

Le calibre des moules en justifie l'appellation, le restaurateur, au-delà de celle-ci, doit se montrer attentif au pourcentage de chair une fois les moules décoquillées. Ce pourcentage doit tourner entre 24 et 27 %. Ce qui revient à dire qu'un kilo de moules donnera +/- 240 à 270 gr. de chair à consommer.

Les différentes catégories de moules : des plus grosses au plus petites :

Golden

Jumbo

Imperial

Super

Extra

Lors de l'arrivage, il est nécessaire de les gratter et d'enlever le byssus qui est l'élément fixateur.

Les égoutter sitôt le lavage terminé, car en les laissant tremper, elles risquent de s'ouvrir et de perdre ainsi leur eau de mer.

Auparavant et contre toute logique, d'aucuns les laissaient tremper dans de l'eau dans laquelle ils délayaient de la farine afin de les obtenir blanches, tout cela sans savoir que la couleur de la moule (blanche ou orangée) est fonction du sexe.

### Utilisation :

- elles ont leur adeptes pour être consommées crues (moules parquées), accompagnées d'une sauce très relevée à base de vinaigre et de moutarde légèrement montée à l'huile (à Bruxelles, on dit « sauce Marolles »).
- le plus souvent, elles sont cuites « à la marinière » tout simplement comme décrites ci-dessous. C'est de cette manière que les mangeront les véritables amateurs, en effet les moules vin blanc, vin blanc crème, provençale, escargot, voire même (si certains osent) au roquefort ont un goût dénaturé par ces ajouts.
- cuites d'abord à la marinière, elles peuvent ensuite être farcies, gratinées ou marinées.
- très souvent, elles rentrent dans les garnitures des poissons pochés au court moullement (Ostendaise, Dieppoise, etc.)
- certaines spécialités locales comme la mouclade ou l'éclade de moules en Charente-Maritime.



➤ Dans diverses préparations tels turban de fruits de mer, bouchées et feuilletés divers, salades composées, soupe de poissons, paellas etc.

### EXEMPLE : MOULES A LA MARINERE :

#### A) INGREDIENTS : 4 couverts

100 gr. de céleri vert.  
200 gr. d'oignons.  
10 gr. de persil.  
4 Kg. de moules.  
100 gr. de beurre.  
Poivre du moulin.

#### B) TRAITEMENT :

1-Gratter soigneusement les moules, enlever le filament fixateur, les laver, les égoutter, les tenir au frais.

2-Mettre le beurre, les légumes et faire suer quelques minutes, **NE PAS FAIRE RISSOLER LES LEGUMES!!!!** ensuite ajouter les moules bien égouttées, couvrir. Le suage des légumes, leur refroidissement rapide, l'adjonction des moules dans la casserole REFROIDIE peut se faire en mise en place et tenir au frigo.

3-Cuire à feu vif (cuisson rapide).

4-A mi-cuisson, retirer le couvercle, donner un tour de moulin à poivre, une pincée de sel et faire sauter les moules de façon à faire revenir le fond par-dessus et vice-versa.

5-Au terme de la cuisson (5 minutes environ), c'est à dire, lorsque les moules sont bien ouvertes et ont rendu tout leur jus, décanter afin d'éliminer le sable. Ajouter le persil fraîchement concassé. Servir aussitôt avec pommes de terre frites.

**NB:** 1- Eviter de les laisser séjourner très longtemps dans l'eau, elles risquent de s'ouvrir et de rejeter en partie leur eau de mer.

2- Les moules perdent de leur saveur si elles ne sont pas servies aussitôt après la cuisson.

3- Si elles sont cuites à l'excès, elles deviennent caoutchouteuses.

4- Personnellement, je préfère cuire les légumes à fond en les faisant étuver de façon à ce qu'ils donnent tout leur goût. Pour la même raison je hache finement les légumes.

### 18.1.1.4. LES PRAIRES :

Proches parentes des palourdes, elles s'enfouissent dans le sable. A l'heure actuelle, les conchyliculteurs de Bretagne et de l'île de Ré les pêchent pour le parquage. Cela semble leur convenir parfaitement car elles y gagnent en saveur et en taille.

Elles mesurent de 3 à 6 cm et vivent sur les fonds côtiers sablonneux de la Manche et de l'Atlantique. La coquille est très épaisse, les valves très convexes et ornées de plis circulaires épais.

**18.1.1.5. LES PALOURDES ET LES CLAMS :**

Les clams sont les cousins d'Amérique du Nord des palourdes et leur culture se pratique dans l'estuaire de la Seudre.

L'élevage des palourdes s'effectue en Bretagne, à Noirmoutier, à l'île de Ré et en Normandie, en reparquage de petites palourdes pêchées ou en écloséries.

Elles mesurent de 4 à 8 cm et habitent les fonds sablo-vaseux à une profondeur de 1 à 5 cm et jusqu'à 12 cm chez les adultes. A marée basse, on repère l'emplacement des palourdes à 2 petits trous, ce sont les entrées des deux petits siphons, l'un pour la respiration et l'autre pour la déjection.

**Utilisation :**

- les praires et les palourdes sont souvent consommées crues et sont servies comme les huîtres.
- elles font toutes deux parties du plateau de fruits de mer.
- tout comme les moules, elles peuvent être ouvertes à la marinière et être farcies ou servir de garniture à de nombreuses préparations à base de fruits de mer.

**18.1.1.6. LES COQUES :**

Les coques sont très abondantes et très bon marché.

Elles mesurent de 3 à 4 cm et vivent sur les fonds côtiers sableux ou sablo-vaseux.

La coquille est globuleuse avec 26 côtes bien marquées partant du sommet de chaque valve.

**Utilisation :**

- traitées à la marinière.
- décortiquées, elles servent de garniture aux salades composées, hors d'œuvre à base de fruits de mer ,etc.

**18.1.2. LES UNI-VALVE OU GASTEROPODES :****ACHAT DES GASTEROPODES MARINS :**

<b><u>Critères de fraîcheur et de qualité :</u></b>	<b><u>Critères d'altération et de mauvaise qualité :</u></b>
- Les coquilles apparaissent lourdes.	- Les coquilles apparaissent légères.
- L'animal est visible et bouge.	- L'animal semble inerte.
- L'odeur est agréable.	- L'odeur est désagréable.

**18.1.2.1. LES BIGORNEAUX (OU VIGNEAUX) :**

Ils mesurent de 2 à 3 cm et habitent les fonds côtiers de la Mer du Nord, de La Manche et de l'Océan Atlantique.

Coquille petite, globuleuse, brune ou noire et spiralée. Ouverture bordée d'une petite lunule blanche et munie d'un opercule.

**Utilisation :**

- bien les laver en les brassant vigoureusement, ils sont alors égouttés et cuits dans un court-bouillon fortement condimenté (eau bouillante salée avec 20 gr. de sel/litre, poivre du moulin) et aromatisé avec thym, laurier, oignons et céleri vert. Ils refroidissent dans la cuisson.
- Présentés en apéritif, sur les plateaux de fruits de mer.

**18.1.2.2. LES BUCCINS OU BULOTS :**

Tout comme les ormeaux ou les patelles, les bulots ont très peu d'intérêt en gastronomie.

Les bulots sont surtout connus en Belgique car ce sont eux qui sont utilisés pour les « caricoles », vendus très souvent sur les marchés.

Le bulot mesure de 4 à 8 cm et est présent sur toutes les côtes, c'est un grand coquillage fusiforme à coquille spiralée de couleur verdâtre.

**Utilisation :**

- même utilisation que les bigorneaux, leur temps de cuisson est plus long de 6 à 10 minutes suivant leur grosseur. Trop cuits, ils deviennent caoutchouteux.

**18.1.2.3. LE GASTEROPODE TERRESTRE :**

Deux espèces sont actuellement sur les marchés :

**L'escargot de bourgogne** qui mesure de 3 à 5 cm et qui se présente dans une grosse coquille jaune fauve, à peine marquée de bandes spiralées de couleur pelure d'oignon. Le bord de l'ouverture est tranchant ou légèrement ourlé. Autres appellations : hélice vigneronne, vigneron, moucle de vigne, luma, gros blanc de Bourgogne.

**L'escargot « petit gris »** qui mesure de 2 à 3 cm qui se présente dans une petite coquille gris fauve veinée . Le manteau est de teinte unie. Autres appellations : hélice chagrine, tapada, carago.

La période la plus propice à la consommation des escargots est l'automne, avant l'operculation. Au printemps, ils sont amaigris par le jeûne de l'hibernation. L'escargot de Bourgogne est le plus apprécié, mais c'est aussi le plus cher.

Certains élevages existent en Wallonie et méritent que l'on s'y intéresse, notamment à Warnant, Bierwart et Seloignes.

« L'escargot Achtime » désigne une espèce de bien moins bonne qualité que les deux précités et est souvent présent dans le commerce.

La consommation d'escargots « coureurs » est dangereuse ; ils peuvent en effet manger des plantes parfaitement inoffensives pour eux, mais venimeuses pour l'homme, c'est pourquoi il faut les faire jeûner au moins 48 heures avant utilisation.

L'ouverture des escargots operculés doit être désobstruée en les lavant à l'eau tiède, ensuite on les fait dégorger 1 à 2 heures avec du gros sel et de la farine, bien les

laver plusieurs fois. On les plonge ensuite 5 minutes dans l'eau bouillante salée (l'eau peut être additionnée de cendres de bois). L'animal est ensuite sorti de sa coquille.

Ils sont pochés dans un court-bouillon contenant du vin blanc, eau, bouquet garni, fenouil, romarin, sel et poivre. La cuisson dure de 1 H 30 à 3 heures suivant la grosseur et l'âge de l'animal. Durant celle-ci, il faut écumer fréquemment et les laisser refroidir les escargots dans leur jus.

**Utilisation :**

- ils sont le plus souvent remis dans leur coquille avec un beurre composé.
- Ils peuvent être traités en ragoût, en cassolette, en feuilleté, en bouchée, en raviolis, papillotes, frits, etc.

**18.1.3. LES CEPHALOPODES :**

Ils possèdent une bouche entourée de 8 à 10 tentacules.

Beaucoup d'entre eux n'offrent que peu d'intérêt gastronomique. Poulpes, petites pieuvres, seiches, encornets, calamars ou calmars ne sont bons que jeunes.

**18.1.3.1. POULPE OU PIEUVRE :**

Elle mesure de 30 à 80 cm, vit dans l'Océan et la Méditerranée ; elle se pêche surtout pendant l'été car elle se rapproche des côtes pour frayer.

La chair est savoureuse lorsque l'animal est jeune, néanmoins elle doit être battue longuement avec le côté plat de la batte.

**Utilisation :**

- enlever les intestins et toute la partie noire , la tête, les yeux, la peau. Laver à l'eau bouillante la chair blanche du corps et les tentacules. Laisser dégorger.
- cuire par pochage pour hors d'œuvre, sauter, frire, ou sauter en sauce.

**18.1.3.2. LA SEICHE :**

Mesure de 20 à 60 cm et habite dans les fonds côtiers. Dans certaines régions, on appelle les petites seiches les cassérons ou cassirons, dans le Midi, on les nomme sépioles.

**Utilisation :**

- tirer doucement la tête pour enlever les entrailles, retirer l'os du manteau et la poche à encre. Couper les nageoires, retirer les petites peaux, laver le corps et faire dégorger. Utiliser de préférence de petites seiches qui n'ont pas besoin d'être battues.
- pochée, sautée, frite, sautée en sauce.
- L'encre peut servir à colorer les pâtes alimentaires.

### **18.1.3.3. LES CALAMARS OU ENCORNET OU CHIPIRIONS :**

Mesurent jusqu'à 50 cm, ils vivent au large et se rapprochent du littoral l'été. Comme pour les seiches, la chair des jeunes animaux est bien plus tendre.

#### **Utilisation :**

- séparer la tête du corps en tirant doucement pour enlever toutes les entrailles. Garder les tentacules en les sectionnant après le bec corné. Retirer les nageoires du manteau, la peau et les cartilages, sans fendre le cornet. Laver à grande eau. Battre le corps avec le côté plat de la batte ou avec un rouleau à pâtisserie pour l'attendrir, en faisant bien attention de ne pas le briser.
- pocher, sauter, frire, sauter en sauce, farcir et braiser (les tentacules servent à la fabrication de la farce).
- rentrent dans la fabrication de la paella.

## **19. LES MARINADES, MATIGNONS ET MIREPOIX :**

### **19.1. LES MARINADES :**

Il existe plusieurs sortes de marinades, quoique toutes tendent vers le même but final et qui est de :

1. Pénétrer les substances qui sont soumises à leur action de la note combinée des aromates employés dans leur préparation.
2. Attendrir les fibres de certaines chairs.
3. Auparavant, elles servaient également à assurer la conservation des aliments.

#### **19.1.1. LES MARINADES INSTANTANÉES :**

Cette marinade est spécifique aux pièces de détail destinées à être traitées rapidement, comme les grillades de viandes (brochettes) ou les poissons grillés.

##### **19.1.1.1. MARINADE COURTE POUR POISSONS GRILLÉS :**

Voir point 13.6.8.

##### **19.1.1.2. MARINADE COURTE POUR VIANDES GRILLÉES :**

###### **A) INGRÉDIENTS :**

1 échalote émincée finement  
Fragment de queues de persil, thym, laurier  
¼ de jus de citron  
1 dl d'huile  
Sel, poivre

###### **B) TRAITEMENT :**

Placer les viandes à mariner dans un ustensile approprié, parsemer l'échalote et les aromates, verser l'huile et le jus de citron.

##### **19.1.1.3. MARINADE COURTE POUR DIVERS :**

Elle est utilisée pour les lardons, les filets de gibier, le jambon, etc. et pour charcuteries diverses :

Lors de la réalisation de certaines farces, il arrive que l'on fasse mariner tel ou tel élément. S'il s'agit de lardons de veau, de filets de gibier, de jambon, de lard, etc., la marinade se compose presque toujours des mêmes ingrédients. Cependant, comme les éléments aromatiques varient suivant la recette, le mieux est de suivre celle-ci. On peut donc dire de cette marinade qu'elle est instantanée mais que sa composition varie suivant les pièces en traitement.

### **19.1.2. MARINADE CRUE. (POUR VIANDE DE BOUCHERIE OU DE VENAISON) :**

**A) INGREDIENTS :** Proportions pour 2 litres :

100 gr de carottes émincées  
100 gr d'oignons émincés  
40 gr d'échalotes émincées  
30 gr de céleri  
2 gousses d'ail  
3 queues de persil  
1 brindille de thym, ½ feuille de laurier  
6 gros grains de poivre, 2 clous de girofle  
1,25 litre de vin blanc ou rouge, 2 dl de vinaigre et 2,5 dl d'huile.

**B) TRAITEMENT :**

1. Assaisonner la pièce à mariner de sel et de poivre.
2. Mettre la moitié des légumes aromatiques dans le fond de l'ustensile approprié.
3. Placer la viande sur ces aromates.
4. Couvrir la viande avec le reste de la garniture aromatique.
5. Ajouter vin, vinaigre et huile.
6. Tenir cette marinade au frais (frigo) et retourner fréquemment la pièce.

### **19.1.3. MARINADE CUITE (POUR VIANDE DE BOUCHERIE OU DE VENAISON) :**

**A) INGREDIENTS :** Proportions pour 3 litres :

3 bouteilles de vin rouge ou blanc  
200 gr d'oignons  
200 gr de carottes  
80 gr d'échalotes  
60 gr de céleri  
2 gousses d'ail  
Queues de persil  
Thym, laurier  
1 clou de girofle  
Quelques baies de genévrier  
Poivre en grains  
1,5 dl d'huile

**B) TRAITEMENT :**

1. Faire colorer légèrement dans l'huile : oignons, carottes, échalotes émincées et les autres aromates.
2. Mouiller avec le vin et cuire doucement pendant ½ heure.
3. Laisser refroidir, puis verser sur la pièce à traiter et laisser mariner ; si possible y ajouter également quelques os ou parures du gibier concerné.

### Observations sur les marinades.

1. L'emploi de la marinade cuite a pour but de hâter l'imprégnation des pièces soumises à son action.

Pour le temps de séjour des pièces dans la marinade crue ou cuite, il doit être tenu compte : de la nature et du volume de ces pièces ainsi que du degré de la température de la chambre froide.

2. L'emploi du vinaigre dans les marinades applicables aux pièces de boucherie en général et à celles de venaison tendres est proscrit, parce que son action corrodante détruit la saveur de la viande.

L'emploi du vinaigre, seul et pur, n'est admis que pour les pièces de venaison coriaces comme sanglier, cerf, renne, etc...

Si une marinade doit être conservée pendant un temps assez long, il est bon d'y ajouter 2 à 3 gr d'acide borique pour les proportions indiquées.

## 19.2. LA MATIGNON :

Cet appareil est destiné aux préparations de viandes, poissons, crustacés afin d'en augmenter la saveur.

### A) INGRÉDIENTS :

125 gr de carottes  
125 gr d'oignons  
50 gr de céleri  
100 gr de jambon cru  
Brindille de thym, fragment de laurier  
1 dl de vin blanc

### B) TRAITEMENT :

1. Émincer les légumes en fine paysanne.
2. Les faire suer au beurre, déglacer avec un peu de vin blanc.

## 19.3. LA MIREPOIX :



Les éléments sont les mêmes que pour la Matignon, à cette différence qu'on les taille en brunoise plus ou moins fine selon l'emploi auquel la mirepoix est destinée et que le jambon peut être remplacé par du lard de poitrine très maigre, coupé en dés et blanchi. Faire revenir au beurre.

### MIREPOIX FINE DITE A LA BORDELAISE :

Les grosses mirepoix adjointes à certaines préparations pour leur donner le ton aromatique qui leur convient se font ordinairement au moment ; il n'en est pas de même pour la mirepoix à la Bordelaise, qui sert notamment pour les écrevisses et le homard. Elle doit être préparée à l'avance.

#### A) INGRÉDIENTS :

125 gr de carottes  
125 gr d'oignons  
30 gr de queues de persil, pincée de thym, fragment de laurier.

#### B) TRAITEMENT :

1. Couper les carottes et oignons en brunoise extrêmement fine.
2. Mettre le tout dans une petite casserole avec 50 gr de beurre et faire étuver jusqu'à cuisson complète.
3. Débarrasser dans une petite terrine, tasser la mirepoix avec le dos d'une fourchette, couvrir et tenir au frais en réserve.

N.B. : Pour obtenir une mirepoix plus fine, on peut hacher les éléments qui la composent.

## **20. LES VOLAILLES :**

Le terme de volaille s'emploie pour désigner tous les animaux dits de basse-cour vivant à l'état domestique (gallinacés, palmipède), y compris les oiseaux de même espèce que le gibier s'ils sont nés et élevés en captivité (pigeons, cailles) et le lapin. On distingue cependant les volailles à chair blanche et les volailles à chair noire.

Les **cuissons des volailles** seront **étudiées** dans le **chapitre** de la **cuisson des viandes** afin d'éviter inutilement les répétitions.

### **20.1. CLASSIFICATION :**

#### **20.1.1. LES VOLAILLES À CHAIR BLANCHE :**

##### **20.1.1.1. LES POULES ET LES POULETS :**

###### **On distingue :**

1. **LE POUSSIN** : qui est un jeune poulet de 300 à 500 gr et est engraisé durant 8 à 10 semaines. On le prépare aussi bien rôti, en cocotte, grillé ou même poché.
2. **LE POULET DE GRAIN** : est un jeune poulet ou jeune poulette d'un poids de 600 à 900 gr et qui s'apprête en cocotte, grillé, sauté, rôti, poché. En général, il est servi pour deux couverts.
3. **LE POULET REINE** : qui pèse environ 1,4 kg et s'emploie pour sauter, pocher, griller, rôtir, fricasser, en chaud-froid, etc. Il est servi en général pour 4 couverts.
4. **LA POULARDE** : pèse de 1,8 kg à 2 kg et même plus, elle est destinée à être rôtie ou pochée. Sa chair est peu grasse, mais savoureuse. On l'utilise également en charcuterie ou on la farci et devient ballotine.
5. **LE CHAPON** : est un jeune coq châtré par ablation des testicules et tout comme la poularde est gavé et a un poids de 2 à 2,5 kg. Le chapon de Bresse se reconnaît par l'absence de crête. Chapon et poularde sont des volailles particulièrement festives. Le poêlage en cocotte est la cuisson qui leur convient le mieux. Il est très difficile à trouver dans le commerce, bien qu'il existe un élevage dans le Condroz.
6. **LA POULE PONDEUSE** : qui, âgée, a une chair dure et coriace. Elle sert principalement pour faire du fonds de volaille et peut être utilisée pour farces diverses telles que : vol au vent, salades de volailles, etc.

7. **LE COQ** : La dénomination « coq » est parfois utilisée de façon abusive pour qualifier de très gros poulets d'un poids de 2,5 Kg. environ ; le coq est un animal qui a atteint la maturité sexuelle : cette évolution physiologique coïncide avec l'ossification de la pointe du sternum. Seul peut être appelé « coq » tout sujet mâle du genre « gallus » présentant cette caractéristique.

### **20.1.1.2. LES DINDES ET LES DINDONS :**

#### **On distingue :**

1. **LE DINDONNEAU** : qui garde cette appellation jusqu'à plus ou moins 9 mois. Il suffit de vous promener dans un supermarché pour vous rendre compte qu'à l'heure actuelle on vous propose le dindonneau sous toutes formes, telles : rôti de dindonneau, roulades, côtes, escalopes, etc.
2. **LA DINDE** : la chair de la femelle est beaucoup plus savoureuse que celle du mâle, c'est pourquoi le dindon ne sera pas utilisé en cuisine et la préférence sera donnée à des sujets de 3 à 5 kg. Pour la cuisson, le nerf de la cuisse sera enlevé en faisant une incision à l'arrière de la patte et en tirant progressivement le tendon saisi à l'aide d'un essuie. Mets classique des fêtes de fin d'année, la dinde est souvent farcie et l'idéal est de la désosser mais cela demande une certaine expérience. La dinde est désossée par le dos, enveloppée dans une barde de lard et ficelée, le temps de cuisson est naturellement moindre que pour la pièce entière.

### **20.1.2. LES VOLAILLES À CHAIR NOIRE :**

#### **20.1.2.1. LES CANARDS ET CANETONS :**

Le caneton est le jeune canard qui se reconnaît facilement car il peut être plié en deux comme du carton.

Il existe deux espèces qui sont le canard domestique et le canard sauvage.

*Parmi les canards d'élevages les plus réputés, il faut citer :*

1. **LE "DUCLAIR"** : qui est une variété du " Rouen " .
2. **LE CANARD DE "BARBARIE"** : Le " canard de Barbarie " que l'on nomme aussi " canard d'Inde " donne une chair assez médiocre et quelques fois immangeable tant elle est musquée.

3. **LE “ CANARD DE NANTES ”** : appelé également « canard des challands », il donne une chair fine et savoureuse. A l'âge de 4 mois, son poids est d'environ 2 kg ; la femelle est plus légère, de 1,2 à 1,6 Kg
4. **LE “ CANARD DE ROUEN ”** : il est issu du croisement de la cane domestique et du canard sauvage « col vert ». Il doit sa réputation en même temps que la finesse de sa chair, qui possède un goût très particulier, à cause de la méthode d'abattage assez particulière qu'on lui inflige. Il est en effet étouffé au lieu d'être saigné ainsi qu'on le fait pour les autres volailles et il en résulte que la chair du “ Rouennais ” reste rouge et acquiert un fumet très spécial, très apprécié par les amateurs.
5. **LE MULARD** : il est issu du croisement de la cane de Pékin et du canard de barbarie, il est stérile et muet ; il est élevé et engraisé spécialement pour la production du foie gras de canard. Les filets (magrets) sont généralement commercialisés à part, le reste entre dans la fabrication des confits, rillettes, cou farcis, etc.

Il faut remarquer que 'appellation « magret » est réservée aux muscles de la masse pectorale constituant le filet, prélevés sur un canard ou une oie engraisés par gavage en vue de la production de foie gras. Le magret doit être présenté à la vente avec la peau et la graisse sous-cutanée le recouvrant.

*Parmi les canards sauvages, on peut citer : les macreuses, les garrots, les eiders, les milouins, les souchets, les tadornes et les sarcelles.*

#### **20.1.2.2. LES PINTADES ET PINTADEAUX :**

La pintade reste pintadeau jusqu'à trois mois. La chair des pintadeaux est plus délicate. Les pintades peuvent subir toutes les préparations des faisans et des perdreaux. En général et de préférence, les pintadeaux (et pintades) seront bardés. On aura veillé également à enlever le tendon de la patte (voir trousseage). La grosseur moyenne est de 0,8 Kg. pour le pintadeau et est servi pour 2 couverts ; la pintade, plus lourde, pèse en moyenne de 1,2 à 1,4 Kg. et est servies pour 4 couverts.

#### **20.1.2.3. LES PIGEONS ET PIGEONNEAUX :**

Le pigeon en tant que tel ne figure jamais sur la carte d'un restaurant, on lui préfère et de loin le pigeonneau, qui est un animal jeune et vraiment tendre, sacrifié à 4 ou 5 semaines.. La distinction devant un jeune et un vieil animal est chose très aisée, il suffit de plier le bréchet, aucune résistance ne se manifestera chez la jeune bête.

Il est conseillé de cuire le pigeonneau garni d'une barde de lard très mince, afin d'éviter le dessèchement des chairs au cours de la cuisson. Le pigeonneau a un goût tellement particulier, que son déglacage, tout comme celui du faisan d'ailleurs, ne se fera qu'à l'eau afin d'être le plus nature possible et de ne pas lui ôter son goût spécifique.

#### **20.1.2.4. L'OIE :**

Deux races sont principalement élevées :

1. **LA PETITE** : pesant de 3 à 5 Kg. ou oie commune ou oie normande. Née dans l'année (6 mois maximum), donne une viande de qualité acceptable mais généralement très grasse. Née au début de l'été, elle est principalement élevée pour les repas de fin d'année.
2. **LA GROSSE** : ou oie de Toulouse. Les oies gersoises, landaises et strasbourgeoises en sont des dérivées. C'est avec cette race, âgée de 6 à 7 mois, gavée intensivement durant quelques semaines que l'on obtient le foie gras d'oie. La jeunesse de l'oie se reconnaît comme le canard.

#### **20.1.2.5. LE LAPIN DOMESTIQUE :**

Le lapin domestique est un animal de basse-cour ; il est communément rattaché au secteur de la volaille. Il doit être consommé jeune (3 à 4 mois maximum) pesant alors entre 1,400 kg et 1,800 kg non dépouillé.

En restauration classique, la partie thoracique est rarement servie, seul l'arrière train (cuisses et râble) est utilisé.

La qualité d'un jeune lapereau se reconnaît aux facteurs suivants :

- - l'aspect doit être frais.
- - le lapereau doit être soigneusement et complètement dépouillé.
- - le râble doit être très épais, large et bien râblé.
- - les rognons doivent être recouverts de graisse blanche et très fermes.
- - la chair doit être légèrement rosée et très serrée.
- - les cuisses doivent être courtes, compactes, massives et rebondies.
- - le foie doit être volumineux, brillant et sans taches.

### **20.2. ACHAT DES VOLAILLES :**

Le classement officiel est effectué sous la responsabilité de l'abatteur : il repose sur l'examen de l'aspect extérieur de chaque carcasse.

Trois classes ont ainsi été définies par les lettres A-B-C.

Seules les classes **A** et **B** sont admises à la vente au public.

La classe **C** est destinée aux transformations industrielles.

#### **20.2.1. LES DIFFÉRENTS CRITÈRES PERMETTANT D'APPRÉCIER LA CLASSE :**

- la conformation et les masses musculaires.
- l'état d'engraissement.
- la qualité de la plumaison (présence de plumes, filoplumes, duvet et siccots)
- la présence de défauts

survenant avant l'abattage, au cours des opérations d'abattage ou pendant le stockage (fractures, ecchymoses, déboîtages, blessures, coupures, etc...).

**La qualité des volailles dépend principalement des facteurs suivants :**

- **la race** (en fonction de la sélection génétique).
- **les conditions d'élevage** (claustration, semi-liberté, parcours herbeux, liberté totale).
- **lors de l'élevage, l'utilisation d'additifs divers** (antibiotiques, substances ayant des effets anti-oxygène, émulsifiants, stabilisants, épaississants, gélifiants, matières colorantes, facteurs de croissance, anti-stress, stéroïdes anabolisants, substances oestrogènes favorisant l'augmentation de la teneur en eau dans les tissus, etc...).
- **l'âge d'abattage** : pour être tendres, les volailles doivent être consommées jeunes (chez les animaux sexués, la femelle est de meilleure qualité que le mâle).
- **les conditions de transport, d'abattage, d'échaudage, de plumaison, de ressuage et de refroidissement** des carcasses.
- **Le respect de la chaîne du froid** tout au long de la filière de la commercialisation.

### **20.2.1.1. COMMENT RECONNAÎTRE LA QUALITÉ D'UNE BONNE VOLAILLE :**

**A la lecture des étiquettes commerciales** (label rouge, label rouge fermier, etc.).

**Au poids** : une bonne volaille doit être lourde.

**A l'odeur** : elle doit être douce et agréable.

**A la conformité de l'animal :**

- - tête claire, yeux vifs, bombés, crête et barbillons à peine développés et bien rouges.
- - colonne vertébrale à peine visible.
- - cou charnu.
- - peau nette, fine et tendue, à grains fins :elle doit laisser apparaître de nombreuses et très fines veines grasses bien réparties, sans amas graisseux..
- - conformation excellente, poitrine large, épaisse et bien fournie en viande.
- - chair ferme et souple sous la pression des doigts.
- - partie inférieure du bréchet flexible, s'il est dur (ossifié), l'animal est adulte.
- - membres exempts de fractures et d'ecchymoses.
- - pattes lisses, sans écailles trop prononcées, ergots à peine développés.
- - viscères naturellement propres, brillants, sains, sans taches, ni odeurs particulières.
- - le gésier et poumons être développés, le foie brillant et sans taches.

## **20.3. APPRÊT DES VOLAILLES :**

En restauration classique, les volailles sont généralement achetées effilées (voir définition). Les présentations classiques se réalisent à partir de volailles entières avec membres et abattis (poulardes pochées ou poêlées, bridées).

## **20.3.1. LES DIFFERENTES PHASES DE L'HABILLAGE DES VOLAILLES**

### **20.3.1.1. L'EFFILAGE :**

Cette opération s'effectue obligatoirement à l'abattoir.

- les volailles sont saignées et plumées ; elles ont subi l'ablation des intestins par l'orifice cloacal, les autres viscères restent à l'intérieur de la carcasse (jabot, foie, gésier, cœur, poumons).
- les abattis sont conservés (pattes, tête, cou).
- La présence d'une collerette de plumes ne dépassant pas de 2 cm est tolérée de même que quelques plumes au jarret.

En restauration classique, c'est sous cette forme de présentation que sont utilisées les volailles.

La rupture des intestins entraîne inévitablement la propagation de nombreux germes fécaux et microbes pathogènes.

L'habillage (troussage) doit être pratiqué dans un local ou dans une zone à part et à l'abri de toutes les autres denrées alimentaires. Le matériel utilisé (table, planches de découpe, plaques à débarrasser, couteaux , etc.) doit être soigneusement désinfecté et rincé après utilisation. Le personnel doit respecter les règles d'hygiène techniques et corporelles les plus rigoureuses.

### **20.3.1.2. L'ETIRAGE :**

Les volailles sont généralement commercialisées repliées sur elle-même pour faciliter leur rangement dans les conditionnements et améliorer leur présentation.

### **20.3.1.3. LE FLAMBAGE :**

Cette opération est généralement réalisée à l'aide des brûleurs (feux nus) des fourneaux ou d'un flamboir (chalumeau). Il permet l'élimination des derniers duvets et siccots et doit être suivit d'un essuyage soigneux à l'aide d'un linge propre ou de papier absorbant.

### **20.3.1.4. LE TROUSSAGE (VIDAGE) :**

1. Placer la volaille sur la poitrine, tête vers soi.
2. Avec un couteau (désosseur), ouvrir la peau du cou du poulet (tranchant vers le haut) et dégager le cou.
3. Couper la peau du cou à sa moitié en soulevant légèrement la tête de la volaille.
4. Sectionner le cou au ras du dos d'un coup de couteau appliqué franchement le réserver sur une assiette.
5. Retourner la peau du cou encore attenante dans le creux de la main et dégager la trachée artère (conduit annelé) et l'œsophage (conduit lisse).
6. A l'aide de l'autre main, dégager le jabot, il se trouve toujours sur le suprême de droite quand on tient l'animal poitrine vers le haut et tête vers soi.

7. Introduire un doigt le long de la colonne vertébrale et dégager les poumons de chaque côté. Réserver sur l' assiette à abattis.
8. Couper très légèrement l'anus du poulet en le maintenant entre le pouce et l'index. Dégager l'ouverture et par celle-ci, à l'aide de l'index et du majeur, plonger dans la carcasse entre viscères et os du bréchet, extraire les organes intérieurs. Les réserver également sur l'assiette.
9. Vérifier visuellement si la volaille est complètement vidée. (La trachée et l'œsophage viennent respectivement avec les poumons et l'estomac).
10. Couper les pattes, NON PAS A L'ARTICULATION MAIS JUSTE EN DESSOUS DE L'ERGOT. Couper ensuite les ailerons (dernière partie de l'aile), les réserver sur l'assiette.
11. Couper la glande anale (elle se trouve sous l'orifice cloacal).
12. Flamber le poulet pour tuer les micro-organismes et brider selon méthode.
13. Débarrasser la volaille en enceinte réfrigérée.

**Remarques :**

Si les volailles, telles canetons, pintadeaux, poulardes, chapon, sont détaillées en salle, supprimer les clavicules (os en forme de V) appelée également « fourchette », qui se trouve à l'extrémité du bréchet.

**20.3.1.5. PREPARATION DES ABATTIS :**

La volaille étant débarrassée, les abattis mis sur assiette peuvent être traités.

Le cou et les ailerons sont concassés, les pattes sont flambées et débarrassées des ongles, le foie est défielé, le gésier déhoussé et la crête est coupée.

Les mettre directement en enceinte réfrigérée.

**20.3.1.6. LE BRIDAGE AVEC AIGUILLE :**

1. Passer la ficelle à brider dans le chas de l'aiguille, ne pas faire de nœuds.
2. Piquer l'aiguille dans le bout de l'aile, la peau du cou rabattue sur le dos et dans le bout d'aile opposée. Tirer l'aiguille à soi.
3. Placer la volaille sur le côté et piquer l'aiguille dans le pilon, dans la peau de l'abdomen juste au-dessus de l'anus précédemment sectionné et enfin dans le pilon opposé.
4. Tirer sur l'aiguille et en retirer la ficelle.
5. Tirer sur la pelote de ficelle afin de ne pas en gaspiller et faire un nœud double, serrer et faire pivoter la volaille sur elle-même. Faire un nœud de blocage et un troisième de sécurité. Couper le surplus de ficelle.

**N.B. :** Pour certaines volailles et gibiers à plumes, il est nécessaire de dénervier les cuisses, pour ce faire il suffit d'ouvrir le pilon de l'articulation à l'ergot et de tirer sur les tendons. Comme on maintient la cuisse avec l'autre main, on sent nettement la cuisse qui “ ramollit ” au fur et à mesure que l'on retire les tendons.



### **20.3.1.7. LE BRIDAGE SANS AIGUILLE :**

1. Faire un œillet avec la ficelle et y passer l'extrémité des pattes jusqu'à hauteur de l'articulation.
2. Serrer, faire un nœud pour bloquer la ficelle.
3. Tendre la ficelle à hauteur de l'articulation des cuisses et la passer de chaque côté sous les ailerons.
4. Retourner le poulet sur la poitrine en ayant soin de bien positionner la peau du cou sur le dos, faire un nœud, serrer fortement et faire un double nœud.

### **20.3.2. DECOUPE A CRU DES VOLAILLES :**

#### **20.3.2.1. DECOUPE POUR VOLAILLE SAUTÉE :**

1. Placer la volaille sur le dos, cou vers soi.
2. Inciser la peau entre cuisse et suprême de chaque côté.
3. Mettre le poulet sur le côté, poitrine vers soi.
4. Prendre franchement la cuisse dans une main et faire basculer la cuisse perpendiculairement à la carcasse de façon à la déboîter.
5. A l'aide du désosseur, faire une entaille sur la colonne vertébrale au début du sot l'y laisse. Avec la pointe du couteau, dégager celui-ci.
6. Dégager la boue du fémur de son logement iliaque et couper les tendons (blancs) apparents.
7. Maintenir la carcasse d'une main et de l'autre, tirer sur la cuisse afin de la détacher. Couper la peau si nécessaire.
8. Faire de même avec l'autre cuisse.
9. Remettre la volaille sur le dos et le cou vers soi.
10. Faire une incision de chaque côté du sternum. Arrivé contre l'os de la fourchette, donner un coup sec sur la lame du couteau avec la main opposée à celle qui tient le couteau de façon à casser cet os.
11. Mettre la volaille de côté sur un des suprêmes.
12. Inciser entre le cou et l'omoplate et racler les côtes, bien dégager.
13. Saisir l'aile dans une main, maintenir la carcasse et basculer le suprême, « croquer ».
14. Maintenir le bréchet avec la lame du couteau, tirer doucement pour séparer le suprême et l'aile attenante de la carcasse.
15. Pratiquer de même avec l'autre suprême.
16. Dégager l'omoplate, s'en servir pour transpercer le suprême et le maintenir ainsi roulé sur lui-même.
17. Sectionner le bout du pilon juste en dessous de l'articulation.
18. Dégager l'os et retrousser la chair.
19. Faire un petit trou à l'extrémité des chairs situées près du croupion et y passer le bout du pilon dégagé.
20. On obtient alors 4 morceaux semblables et bien compacts pour la cuisson.

### **20.3.2.2. DECOUPE A CRU POUR POULET GRILLE EN CRAPAUDINE :**

1. Couper les ailerons de la volaille.
2. Prendre les suprêmes en main, les tirer légèrement vers l'arrière.
3. Fendre la carcasse de façon à séparer la poitrine de la carcasse en coupant les côtes (partir de la pointe du bréchet en suivant la petite veine grasse)
4. Tirer la poitrine ainsi dégagée vers l'arrière de façon à ouvrir la volaille, l'articulation des ailes étant le pivot.
5. Avec la pointe du couteau, gratter les cartilages reliant les os de l'étrier au suprême et croquer, se saisir alors du bréchet (le dégager légèrement en longeant les côtes avec le couteau si nécessaire) et tirer de façon à l'ôter ; faire de même avec le cartilage du sternum.
6. Retourner la volaille sur la planche et l'aplatir d'un coupe de batte.

### **20.3.2.3. DECOUPE A CRÛ POUR POULET GRILLE AMERICAINE :**

1. Eliminer les ailerons.
2. Introduire le couteau (chef) dans l'orifice cloacal jusqu'au cou, le placer d'un côté de la colonne vertébrale et trancher le poulet en deux.
3. Placer la lame de l'autre côté de la colonne vertébrale et trancher de façon à éliminer la colonne.
4. Ouvrir le poulet en deux en se saisissant des deux parties tranchées et en les écartant.
5. Aplatir en donnant un coup de batte.
6. Pratiquer deux incisions dans la peau de chaque côté des suprêmes (entre suprême et cuisse) à hauteur de la section des pattes et y introduire l'extrémité des pattes.
7. A l'aide d'une broche métallique, transpercer le poulet de part en part pour maintenir les ailerons.

### **20.3.2.4. DECOUPE A CRU D'UNE VOLAILLE POUR FARCIR (BALLOTINE) :**

Attention, ce travail est très délicat à réaliser, car il ne faut absolument pas trouser la peau. Pour arriver à ce résultat, il faut toujours partir du principe que la pointe du couteau doit toujours se trouver sur un os.

- 1- Mettre le poulet sur la poitrine, l'orifice cloacal vers soi..
- 2- Inciser la peau sur toute la longueur sur la colonne vertébrale.
- 3- De la pointe du désosseur, en partant du cou, suivre d'un côté la colonne vertébrale en passant entre omoplate et côtes jusqu'à hauteur du sot l'y laisse. Dégager celui-ci, déboîter la boule du fémur de son logement iliaque.
- 4- Réaliser la même opération de l'autre côté.
- 5- Détacher la peau de la carcasse à hauteur du croupion en ayant toujours la lame du couteau sur l'os.
- 6- Prendre alors le cou dans une main et, avec précaution, arracher la carcasse en tirant vers l'arrière.
7. Avec la pointe du couteau, gratter les cartilages reliant les os de l'étrier au suprême et croquer, se saisir alors du bréchet (le dégager légèrement en longeant les côtes avec

- le couteau si nécessaire) et tirer de façon à l'ôter ; faire de même avec le cartilage du sternum.
8. Gratter les os de l'étrier, les croquer à l'articulation et les ôter.
  9. Dégager la fourchette de la pointe du couteau et l'enlever.
  10. Gratter l'omoplate et la croquer à l'articulation.
  11. Dégager l'humérus en le manchonnant et croquer également l'articulation.
  12. Détacher en tirant légèrement les suprêmes de la peau et sectionner les chairs à hauteur de l'articulation de l'omoplate.
  13. Saisir la cuisse de la volaille par son côté interne (côté chairs), de l'autre main tirer délicatement sur la peau de façon à décoller la peau de la face externe de la cuisse. Arrivé à hauteur de l'articulation, retrousser la peau sur la patte en tirant sur celle-ci jusqu'à hauteur de l'articulation.
  14. Donner un cou de hachoir 1 cm en dessous de l'articulation sur la chair ainsi dénudée de façon à séparer la cuisse de la peau.
  15. Remettre le bout de la patte dans sa position initiale.
  16. Replier la peau sur elle-même, l'envelopper dans un film, la réserver en enceinte réfrigérée.
  17. Désosser la cuisse.

## 20.4. PREPARATIONS DE BASE DE LA VOLAILLE :

### 20.4.1. LE FONDS BLANC DE VOLAILLE :

Voir point 2.1.1.2.

### 20.4.2. LE FONDS BRUN DE VOLAILLE :

L'ancienne cuisine ne fait nullement référence à ce type de fonds, en effet, lorsque le besoin s'en faisait sentir, on utilisait tout simplement du fonds brun. La cuisine actuelle, à juste titre, prône un retour à l'authenticité des saveurs, c'est pourquoi on trouve ce type de fonds, on pourrait même dire, à chaque produit son fonds de base.

En effet, si on prépare du canard, pourquoi ne pas réaliser un fonds de canard ?

La saveur de la sauce qui accompagnera le produit ne peut qu'y gagner.

#### A) INGREDIENTS :

- |  |               |
|--|---------------|
| 1 Kg. d'abattis de volaille (sauf le foie) | } Si possible |
| Carcasses de volaille.                     |               |
| 100 gr. de carottes.                       |               |
| 100 gr. d'oignons.                         |               |
| 200 gr. tomates fraîches                   |               |
| ou   |               |
| 20 gr. de concentré de tomates.            |               |
| 10 gr. ail.                                |               |
| 1.5 L de fonds blanc de volaille ou eau.   |               |
| Bouquet garni.                             |               |

**B) TRAITEMENT :**

1. Concasser les abattis et les carcasses de volaille.
2. Faire pincer au four dans un ustensile de juste dimension.
3. A  $\frac{3}{4}$  coloration, ajouter la garniture aromatique.
4. Débarrasser os et garniture aromatique, mouiller de fonds de volaille ou d'eau.
5. Dégraisser la plaque à rôtir et déglacer, verser ce déglacage dans la marmite.
6. Amener à ébullition, écumer et dégraisser.
7. Ajouter le concentré de tomates ou les tomates fraîches.
8. Cuire par frémissement (donc sans ébullition) durant une heure trente à deux heures.
9. Dégraisser et écumer aussi souvent que possible.
10. Passer au chinois, refroidir aussitôt et réserver en enceinte réfrigérée.

**Remarque :** La réalisation de ce fonds est identique à la réalisation du jus de veau tomaté, si ce n'est le temps de cuisson.

**20.4.3. LE VELOUTE DE VOLAILLE :**

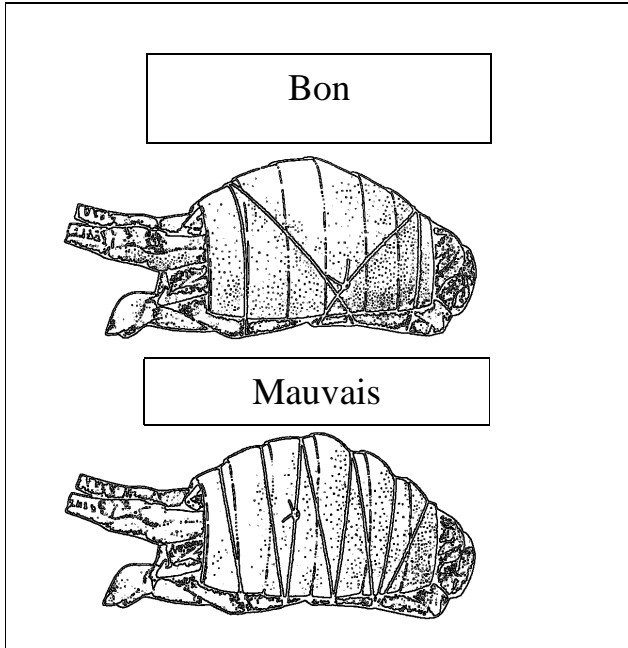
Voir point 5.2.1.2.2.

**20.4.4. LA SAUCE SUPRÊME :**

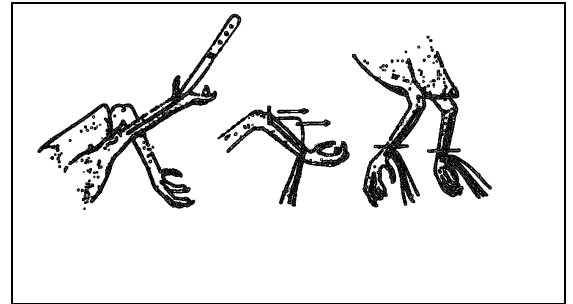
Voir point 5.3.2.2.

PREPARATION DES VOLAILLES :

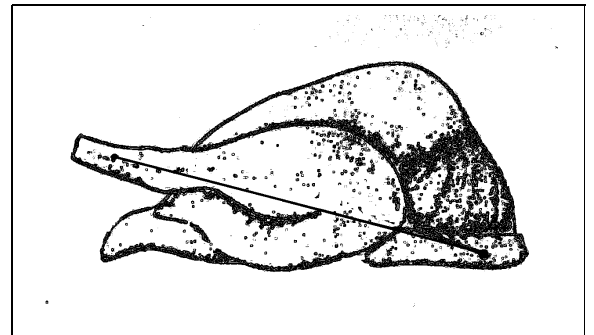
Bardage et bridage d'un pintadeau



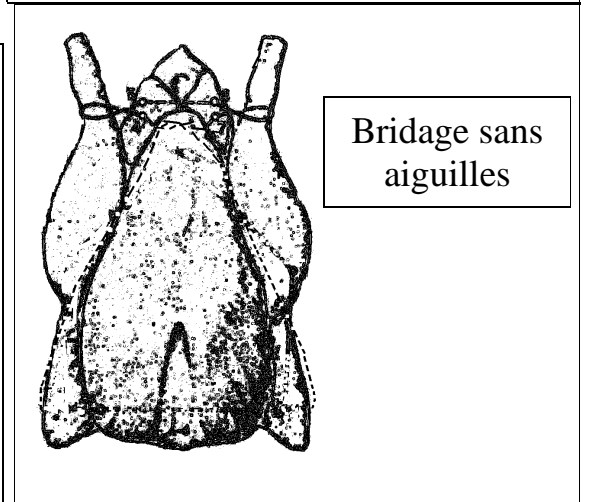
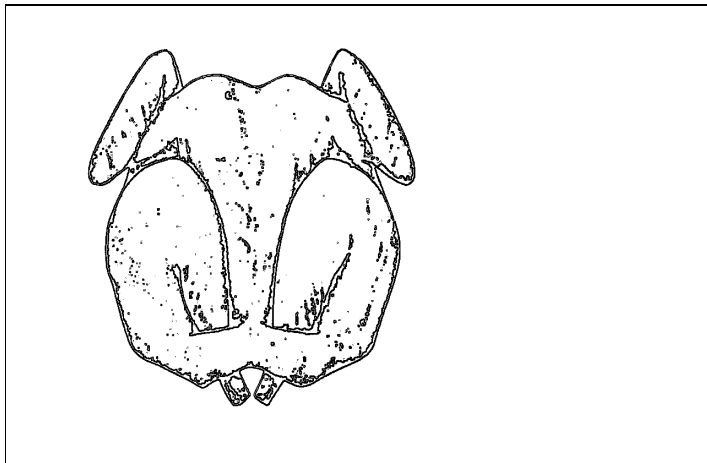
Dénervage d'une cuisse de dinde.



Poulet bridé avec aiguille



Volaille découpée à cru pour américaineet prête à cuire



Bridage sans aiguilles

## **21. LES VIANDES :**

### **21.1. GENERALITES :**

La viande c'est , au sens large, toute la partie consommable de la carcasse provenant des animaux à sang chaud, destiné à l'alimentation humaine.

Elle comprend en proportions variables :

- Le tissu musculaire,
- Le tissu conjonctif,
- Le tissu gras.

Dans un sens plus particulier au métier de bouche, le mot viande désigne principalement :

Les muscles striés rouges qui représentent la presque totalité du tissu musculaire de l'organisme de l'animal.

Les muscles lisses, blancs ou viscéraux, non soumis à l'action de la volonté (estomac, intestins).

Les abats tels que le foie, les reins, etc.

#### **21.1.1. COMPOSITION :**

La viande est composée de :

- eau : 70 à 75%
- protéines : environ 20%
- graisse : dépend du stade de maturation
- matières extractives : de 1 à 1,5%
- vitamines

#### **21.1.2. VALEUR ALIMENTAIRE DE LA VIANDE :**

Les animaux de boucherie : bœuf, veau, porc, mouton et cheval fournissent la majeure partie de la viande consommée.

La viande constitue un excellent aliment apportant des matières azotées riches en acides aminés indispensables.

La viande est un aliment bien toléré que l'on peut considérer comme le type d'aliment reconstituant.

Il n'est un mystère pour personne que le bœuf compte parmi les aliments les plus riches qui soient :  
20 gr de protéines pour 100 gr de viande  
200 calories pour 100 gr également.

De plus, sa richesse en sels minéraux et surtout en fer, en vitamines en font un aliment très complet.

Ce que l'on sait moins, contrairement à certaines idées reçues, c'est que la beefsteak n'apporte rien de plus qu'un morceau de bouilli.

En réalité, le jus de la viande de bœuf est moins riche en tout que la chair elle-même.

### **21.1.3. EXAMEN VISUEL D'UN MORCEAU DE VIANDE :**

#### **21.1.3.1. LA FIBRE DE LA VIANDE :**

Le tissu musculaire est composé de fibres musculaires striées, ainsi appelées, parce qu'elles sont striées dans le sens de la longueur et dans le sens transversal. Les fibres musculaires se disposent parallèlement les unes aux autres pour former des faisceaux qui sont séparés les uns des autres par une lamelle de tissu conjonctif. Moins il y a de tissu conjonctif, plus la viande est tendre, digeste et a plus de goût.

La fibre de la viande dépend de l'âge, du sexe, de la nourriture et surtout du degré de maturation de l'animal. Le genre de muscle a également son importance. Les muscles utilisés le plus souvent par l'animal vivant ont des faisceaux musculaires présentant une quantité de tissu conjonctif plus importante (exemple : la plate cuisse opposée au filet pur).

La dimension moyenne des faisceaux musculaires constitue le grain de la viande.

#### **21.1.3.2. LA VIANDE PERSILLÉE :**

C'est une viande qui montre des petits points de graisse (chez la vache et le bœuf gras). Le persillé provient des tissus adipeux qui sont insérés entre les faisceaux musculaires d'un seul muscle.

On ne trouve de la viande persillée que chez des animaux arrivés à maturité, elle a non seulement bon goût, mais est en plus d'excellente qualité.

#### **21.1.3.3. LA VIANDE MARBRÉE :**

Une viande est dite marbrée lorsqu'elle contient beaucoup de graisse entre les muscles.

### **21.1.4. L'HYGIÈNE DES VIANDES :**

La viande et les produits à base de viande ne constituent pas seulement de précieux aliments pour l'homme, ils sont aussi un terrain de choix pour la prolifération microbienne car les bactéries y rencontrent des conditions de choix de vie et de multiplication.

La pullulation des germes dans les denrées alimentaires, si nuisibles à la qualité de celles-ci et à la santé des consommateurs, ne peut être évitée que par une production et une transformation aussi aseptiques (qui éliminent les microbes) que possible.

La qualité des viandes et des charcuteries dépend dans une très grande mesure de la propreté qui préside aux manipulations et aux transformations.

L'aptitude à la conservation des produits à base de viande est très influencée par l'hygiène.

L'hygiène des viandes a donc comme objectifs de :

- Prévenir les intoxications alimentaires.
- Protéger les viandes contre la décomposition.
- Éviter des pertes économiques sérieuses.

➤ Contribuer à la bonne renommée de la maison.

### **21.1.5. ACHAT DES VIANDES**

Déterminer avec précision la qualité de la viande de boucherie (consistance après cuisson, succulence) et tout particulièrement celle de bœuf est une chose très difficile qui demande une grande habitude et une sérieuse compétence.

#### **21.1.5.1. LA QUALITE DE LA VIANDE :**

Une erreur très souvent faite, consiste à confondre la “ qualité ” avec la “ catégorie ”.

La qualité : est une donnée inhérente à l’aptitude de la carcasse à fournir un maximum de muscles de 1<sup>ère</sup> catégorie. Cela dépendra de l’âge, de la race, du sexe, de l’alimentation et même de l’abattage.

##### **21.1.5.1.1. LA TENDRETÉ :**

C’est un facteur important de la valeur commerciale de la viande. Elle est liée à un phénomène culturel et social. Elle aide à la perception de la saveur et de la succulence.

##### **21.1.5.1.2. LA SUCCULENCE :**

C’est l’aptitude qu’a la viande à influencer favorablement le goût en rendant son jus à la mastication. La cause de variation est le PH et la maturation.

##### **21.1.5.1.3. LA SAVEUR :**

C’est le goût de la viande.

Elle varie selon :

- Le morceau et son degré d’infiltration grasseuse.
- Le stade de maturation.
- Certains caractères zootechniques.
- La préparation culinaire.

#### **21.1.5.2. LA CATÉGORIE D’UNE VIANDE :**

La catégorie sert à hiérarchiser la valeur intrinsèque d’un morceau pris sur une carcasse par rapport aux morceaux voisins. La catégorie a un rapport très net avec la gastronomie.

- Morceaux de 1<sup>ère</sup> catégorie : à rôtir ou à griller.
- Morceaux de 2<sup>ème</sup> catégorie : à braiser.
- Morceaux de 3<sup>ème</sup> catégorie : à bouillir.



### 21.1.5.3. APPRECIATION LORS DE L'ACHAT :

L'appréciation de la viande commercialisée fraîche, en quartiers ou en muscles entiers et non conditionnés, repose sur l'examen des qualités physiques et organoleptiques suivantes :

- **L'aspect** : masses musculaires volumineuses, compactes, massives, rebondies, fermes mais souples sous la pression des doigts.
- **La couleur** : rouge vif, brillante et soutenue pour le bœuf et le mouton, sans traces d'oxydation, de noircissement ou de verdissement ; blanc satiné avec des reflets irisés pour le veau ; rose clair sans traces d'exsudation pour le porc. La couleur est également influencée par l'âge, le sexe ou la nourriture. Par exemple : un veau bien engraisé procure de la viande blanche, tandis qu'un veau élevé en broutant donne une viande plus rouge.

**Viande de bœuf** : la couleur varie du rouge clair au rouge foncé, suivant l'âge, la viande sera tendre ou dure.

**Viande de veau** : la couleur va du blanc au blanc rosé, la viande est plus aqueuse, elle a un goût très délicat.

**Viande de porc** : la couleur va du blanc au rosé, la viande est tendre et d'un goût prononcé.

**Viande de mouton** : la couleur allant du rouge au rouge foncé, goût très particulier.

**Viande de cheval** : la couleur rouge et très souvent foncée avec reflets bleus, goût typique.

**Viande de poulain** : la couleur rouge clair, goût plus fin, viande tendre.

Elle conditionne l'acceptation ou le refus du restaurateur qui apprécie visuellement le produit d'une façon subjective.

Elle dépend du taux de myoglobine dans le muscle. La myoglobine est le pigment "respiratoire" qui transfère au système intracellulaire l'oxygène apporté par l'hémoglobine du sang.

Elle est définie par deux caractéristiques :

- La tonalité : c'est l'état chimique du pigment :  
myoglobine réduite,  
oxymyoglobine,  
metmyoglobine.
- La luminosité : c'est l'état physique de la surface de la viande.

La couleur varie donc en fonction :  
du PH  
de la température  
de la lumière

des micro-organismes  
des facteurs zootechniques.

- **L'odeur** : douce, agréable, caractéristique de l'animal, jamais trop accentuée, ni sucrée, ni acide, ni putréfiée.
- **La finesse du grain à la coupe transversale** : faisceaux de muscles fins, courts, non rugueux et à peine prononcés, sans traces trop importantes de tissus aponévrotiques.
- **L'aspect et la couleur de la graisse** : abondante autour des organes (rognons), blanche, très ferme, très fine pellicule sous-cutanée sans amas graisseux, présence de " marbré " et de " persillé ".
- **Appréciation de la qualité officielle** : à l'abattoir, les carcasses des animaux reçoivent une cotation officielle, sous forme de lettres et de chiffres apposés sur les faces externes des quartiers.

Pour le bœuf et le mouton, deux critères de qualité sont retenus :

- la conformation, caractérisée par la grille EUROPA.
- l'état d'engraissement défini par 5 chiffres (1-2-3-4-5).

Pour le veau, une numérotation de 1 à 4 s'ajoute en fonction de la couleur de la viande :

- 1 blanc - 2 rosé clair - 3 rosé - 4 rouge.

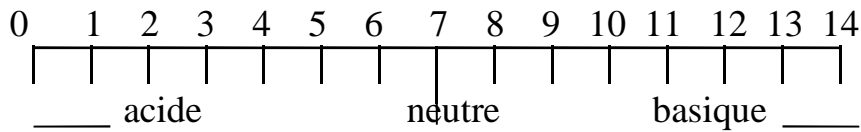
Les critères sont différents s'il s'agit d'une viande commercialisée parée, pelliculée (sous film alimentaire), conditionnée sous-vide ou sous atmosphère contrôlée, surgelée, le conditionnement rendant tout contrôle impossible.

### **La qualité organoleptique est directement liée à l'origine de la bête :**

- la race : normande, limousine, blanc bleu, charolaise, angus, etc.
- la nourriture- l'état d'engraissement.-l'âge et le sexe.
- les conditions d'abattage : le " pH. " <sup>(1)</sup> de la viande est étroitement lié au stress de l'animal avant et durant l'abattage. Le « pH. » a une influence très importante sur la maturation et la durée de conservation de la viande. Au-dessus d'un « pH. » de 5,8, la viande est dite " fiévreuse " et se conserve très mal.
- la provenance anatomique du morceau : définie par la catégorie. Les quartiers arrières, morceaux à cuisson rapide, sont réputés pour être tendres. Les quartiers avant sont composés pour la plupart de morceaux à cuissons lentes. Ces morceaux sont riches en zones aponévrotiques (membrane fibreuse qui entoure les faisceaux de muscles) détruites naturellement par les enzymes (collagénases) lors de la cuisson prolongée.
- le degré de mortification ou de maturation : pour être tendre et savoureuse, la viande des bovins adultes doit être maturée dans des conditions d'hygiène strictes, durant une période de 8 à 10 jours minimum.

(1) pH " Potentiel hydrogène " : unité de mesure de l'acidité d'un produit. La notion d'acidité est banale et fait penser au vinaigre. A l'opposé existent des corps

alcalins (p. ex. le bicarbonate de soude). Entre les deux se situent des substances à réaction neutre. Ces notions empiriques peuvent être chiffrées et c'est le but de l'échelle de pH.



L'échelle varie de 0 à 14.

- pH 7 correspond à la neutralité. Le corps n'est ni acide ni basique : il est neutre comme par exemple l'eau.

- pH inférieur à 7 est la caractéristique d'un corps acide. Plus le pH est bas, plus le corps est acide comme par exemple le jus de citron, le vinaigre, etc.

- pH supérieur à 7 est la caractéristique d'un corps basique comme par exemple le savon, le bicarbonate de soude. Plus le pH est élevé, plus le corps est basique.

Chez l'animal vivant et en bonne santé, l'acidité mesurée sur l'échelle pH est de 7. Aussitôt après abattage, il y a une baisse brutale du pH. Par transformation du glycogène en acide lactique, le pH chute à 5,4 - 5,8. Une viande qui a un tel degré d'acidité convient particulièrement bien pour la fabrication de saucissons secs et pour la salaison.

Une viande dont le pH est inférieur à 5 peut provenir soit d'un animal fatigué ou encore lorsque les quartiers ne sont pas refroidis rapidement.

La viande dont le pH est supérieur à 6 sans toutefois atteindre 7 convient pour la fabrication des charcuteries cuites. Les viandes qui ont un tel pH sont de conservation difficile.

Une viande dont le pH atteint ou dépasse 7 est en cours de putréfaction.

#### Tableau simplifié de la grille de conformation et de l'état d'engraissement

<b>LETTRE</b>	<b>CONFORMATION</b>	<b>CHIFFRE</b>	<b>ENGRAISSEMENT</b>
E	Supérieur	1	Maigre
U	Très bonne	2	Ciré ou peu couvert
R	Bonne	3	Couvert
O	Assez bonne	4	Gras
P	Passable	5	Très gras

### **21.1.6. LE STOCKAGE ET LA CONSERVATION DE LA VIANDE :**

#### **21.1.6.1. VIANDE FRAÎCHE, EN CARCASSES OU EN GROS MORCEAUX RÉFRIGÉRÉS.**

La viande est suspendue en enceinte réfrigérée à + 3°C maximum, les morceaux sont suffisamment séparés pour permettre à l'air froid de circuler et le degré hygrométrique est contrôlé.

Selon le degré de mortification et grâce à la protection de la couverture aponévrotique, les carcasses peuvent se conserver durant quelques jours mais il faut savoir que l'on observe des pertes de poids par évaporation de l'eau pouvant aller jusqu'à 1 % par jour.

### **21.1.6.2. VIANDE RÉFRIGÉRÉE, EN MUSCLES PARÉS OU PIÉCÉS :**

La choisir de préférence conditionnée en barquettes alvéolées, filmées ou soigneusement pelliculées.

Cette viande élaborée est très fragile du point de vue bactériologique. En l'absence d'une date limite de consommation (D.L.C.), elle doit être stockée à + 2°C. et utilisée dans les plus brefs délais.

### **21.1.6.3. VIANDE RÉFRIGÉRÉE, CONDITIONNÉE SOUS-VIDE ET SOUS ATMOSPHÈRE CONTRÔLÉE :**

La viande conditionnée sous-vide apparaît assez souvent foncée. L'absence d'oxygène modifie la couleur et favorise le développement de la flore lactique qui, outre son rôle dans la mortification et la tendreté de la viande, limite le développement de la flore pathogène.

En revanche, dans le cas d'un conditionnement sous atmosphère contrôlée, les enzymes ne se développent plus et la maturation est bloquée.

Le conditionnement comporte une D.L.C. et la température de stockage est impérativement de 0 à + 2°C. maximum. Au-delà de cette température, les modifications biochimiques peuvent apparaître (développement de la flore putréfiante, verdissement, gonflement de la poche avec dégazage important lors de l'ouverture de la poche). Le produit peut-être sain bactériologiquement mais riche en ferments maléo-lactiques qui lui confèrent une odeur acide et un léger goût piquant.

Avant son utilisation, il est nécessaire d'oxygéner la viande, en ouvrant les poches 20 minutes à l'avance : elle retrouve alors sa couleur originelle, perd son odeur et son goût de " sous-vide ". La viande déconditionnée est placée sur une grille dans un " bac gastro ", maintenue en enceinte réfrigérée à + 2°C. et utilisée immédiatement.

**Il est interdit de l'utiliser en vue d'un reconditionnement** dans le cadre d'un système de restauration différée (loi française).

### **21.1.6.4. VIANDE CONGELÉE ET SURGELÉE :**

Après tous les contrôles d'usage, la viande congelée ou surgelée est placée immédiatement dans un conservateur à - 18°C. minimum.

Lors de la décongélation, les grosses pièces sont placées sur grille en enceinte réfrigérée. Elles doivent décongeler lentement et ne pas baigner dans leur éventuel exsudat.

Les petites pièces et les steaks hachés sont traités sans décongélation préalable.

Leur temps de cuisson est réduit d'un quart et elles doivent être fortement saisies afin de favoriser la formation rapide d'une croûte superficielle s'opposant à la sortie des sucs.

Les viandes congelées ou surgelées comporte une date limite d'utilisation optimale (D.L.U.O.) écrité sous la forme suivante : à consommer de préférence avant le.....

## 21.2. LE BŒUF : (viande rouge)

### 21.2.1. DEFINITIONS GENERALES DES BOVINS ADULTES :

Les bovins adultes sont vendus sous le nom générique de bœuf en boucherie.

- **Taureau** : mâle.
- **Bœuf** : mâle que l'on a châtré dans son jeune âge pour le rendre propre à l'engraissement, et comme indiqué ci-dessus, nom générique de l'espèce bovine adulte.
- **Taurillon** : jeune taureau. S'applique aux jeunes mâles depuis l'époque de la puberté jusqu'à un âge variable.
- **Bouvillon** : jeune bovin émasculé depuis son sevrage jusqu'à ce qu'il perde sa première incisive de lait.
- **Baby-beef** : jeune taureau d'environ 12 à 14 mois qui est de plus en plus remplacé par le taurillon de 16 à 18 mois.
- **Vache** : femelle reproductrice.
- **Génisse** : femelle qui n'a pas encore mis bas.
- **Taure** : autre nom de la génisse. Autre nom donné en boucherie à la génisse pleine.
- **Vache primipare** : se dit d'une vache qui a mis bas une fois.

Il est évident que son appartenance à une des catégories reprises ci-dessus influencera considérablement la qualité de la viande.

#### Espèces bovines dans l'ordre de qualité décroissante :

- 1 vache primipare (2 ans ½ à 3 ans).
- 2 bœuf (3 ans).
- 3 génisse (deux ans).
- 4 bœuf (deux ans).
- 5 taureau de bac (15 à 20 mois)
- 6 baby-beef.
- 7 taureau (2 à 3 ans).
- 8 vache de deux ou trois veaux. (3 ans ½ à 5 ans).
- 9 bœuf (4 à 5 ans).
- 10 vieux taureau
- 11 bœuf de traction.
- 12 vieille vache.

### 21.2.2. LES RACES BOVINES :

#### LE BLANC-BLEU BELGE :

Le blanc-bleu Belge est la première race bovine en Belgique. Son effectif représente 40 % du cheptel national.

Cette race rustique, s'adapte parfaitement à la diversité du sol, du relief, du climat qui va des hauts plateaux ardennais aux plaines à culture limoneuse de Hesbaye en passant par les gras pâturages du Condroz.

#### Caractéristiques :

Race à viandes, le blanc-bleu belge se distingue par :

- le développement extraordinaire de sa musculature.
- sa grande uniformité.
- sa précocité, son gros format.
- son aptitude à la production de viande jeune.
- sa docilité.

Résultat d'une sélection génétique créée à partir de 1960 par une sélection remarquable.

#### Qualités bouchères :

- carcasse homogène, très riche en viande et pauvre en graisse.
- haut rendement à l'abattage : de 68 à 70%.
- grande tendreté de la viande en raison de la finesse des fibres musculaires.
- pourcentage de morceaux nobles le plus élevé de toutes les races.
- promotion de certains muscles grâce à leur hypertrophie et à leur indice de tendreté, particulièrement ceux du quartier avant.

#### LA RACE BLANC-ROUGE :

Race mixte : lait et viande.

#### LA RACE PIE-NOIRE :

Race essentiellement laitière.

#### LA RACE PIE-ROUGE :

Race principalement orientée vers la production laitière.

#### LA RACE ROUGE DE FLANDRE OCCIDENTALE :

Il s'agit d'une race lait-viande, à dominance lait, mais avec une musculature satisfaisante. Le bétail rouge donne de la viande à très fine texture.

#### LA RACE LIMOUSINE :

Race viandeuse originaire de l'Ouest du massif Central → le Limousin.

LA RACE CHAROLAISE :

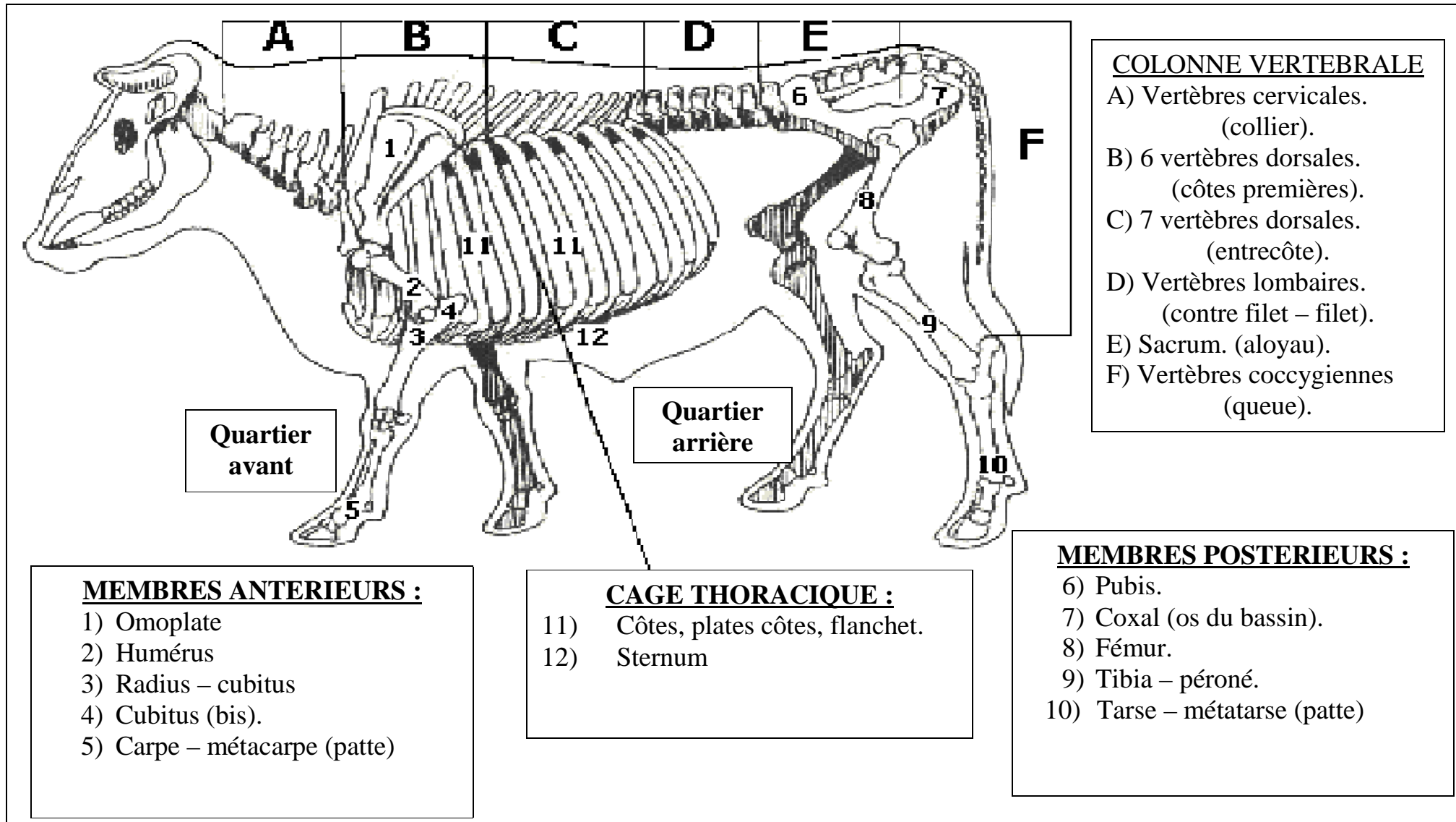
Race viandeuse de très grande qualité, comparable au blanc-bleu.  
Originaire de la Nièvre, mais son élevage s'étend dans tous les départements.

LA BLONDE D'AQUITAINE :

Race viandeuse de grande précocité, originaire d'Aquitaine et Midi-Pyrénées.

### 21.2.3. DÉCOUPE DU BŒUF :

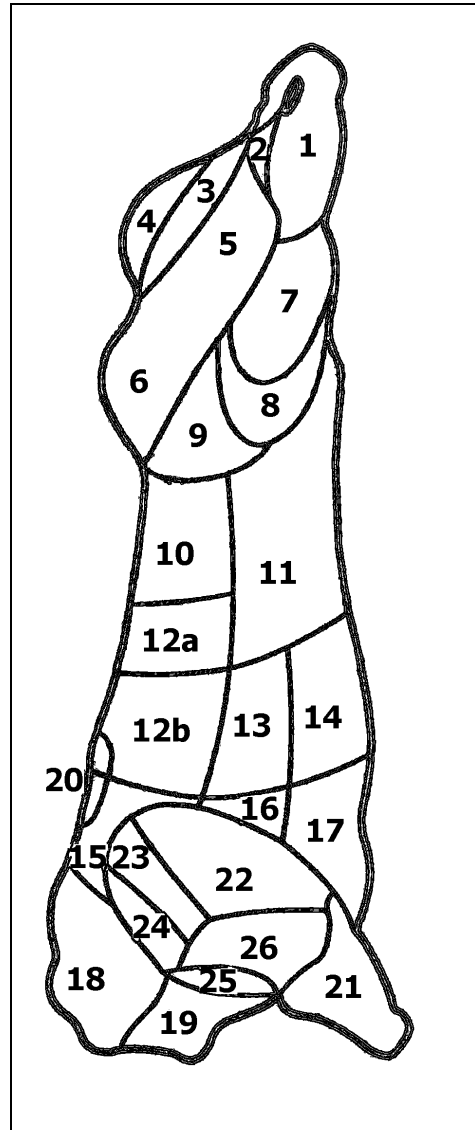
#### 21.2.3.1. ANATOMIE DU BŒUF :



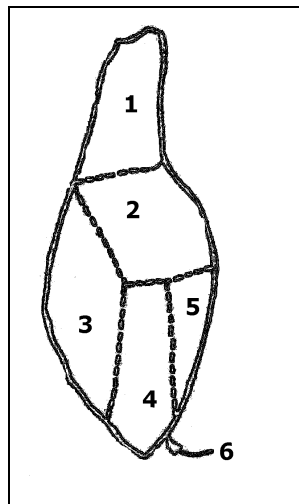


**21.2.3.2. DIVISION DE LA DEMI CARCASSE DU BŒUF :**

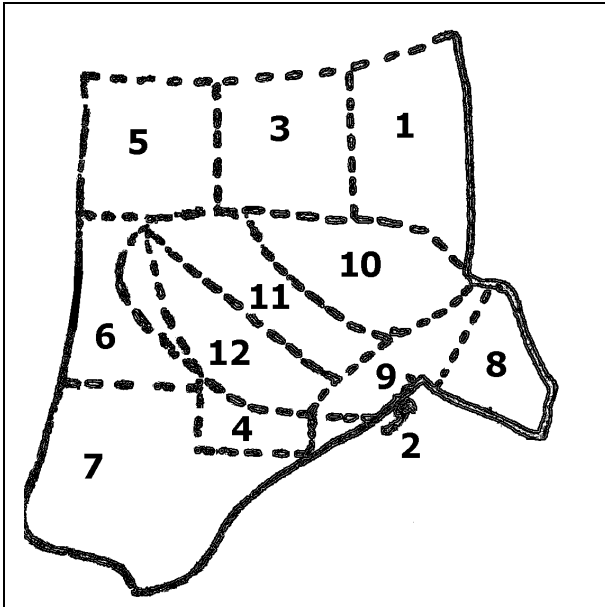
1. Le jarret
2. Le trumeau
3. Le filet d'Anvers
4. La grosse cuisse
5. La plate cuisse
6. La pelure d'aloyau avec la chaînette
7. La grosse tête
8. L'aiguillette
9. La petite tête
10. Le contre-filet, filet pur
11. Le flanc
12. La côte à l'os
13. L'entrecôte
14. Le croisé
15. L'avant cœur
16. Le chapeau de curé
17. La poitrine
18. Le collier
19. La saignée
20. Le dessus de côtes
21. Le jarret
22. La balle d'épaule
23. Le petit nerf
24. Le faux filet
25. Le nerveux de l'épaule
26. Le côté nerveux



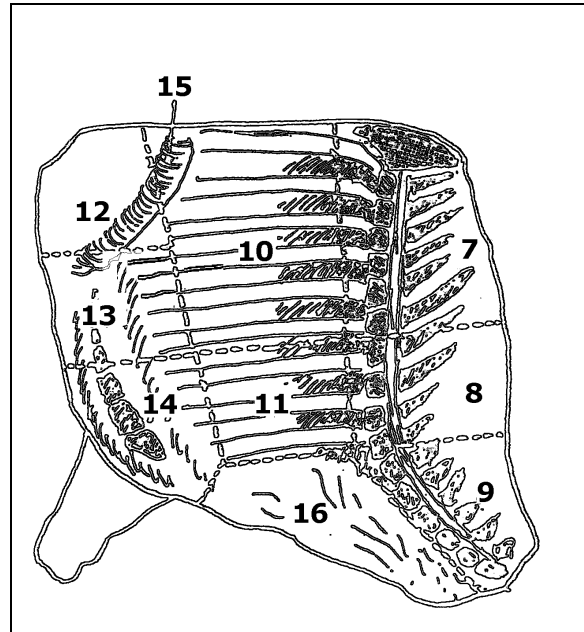
**21.2.3.3. QUARTIER AVANT DE BŒUF :**



FACE INTERNE DE L'ÉPAULE DEMONTEE.



FACE EXTERNE QUARTIER AVANT



FACE INTERNE QUARTIER AVANT

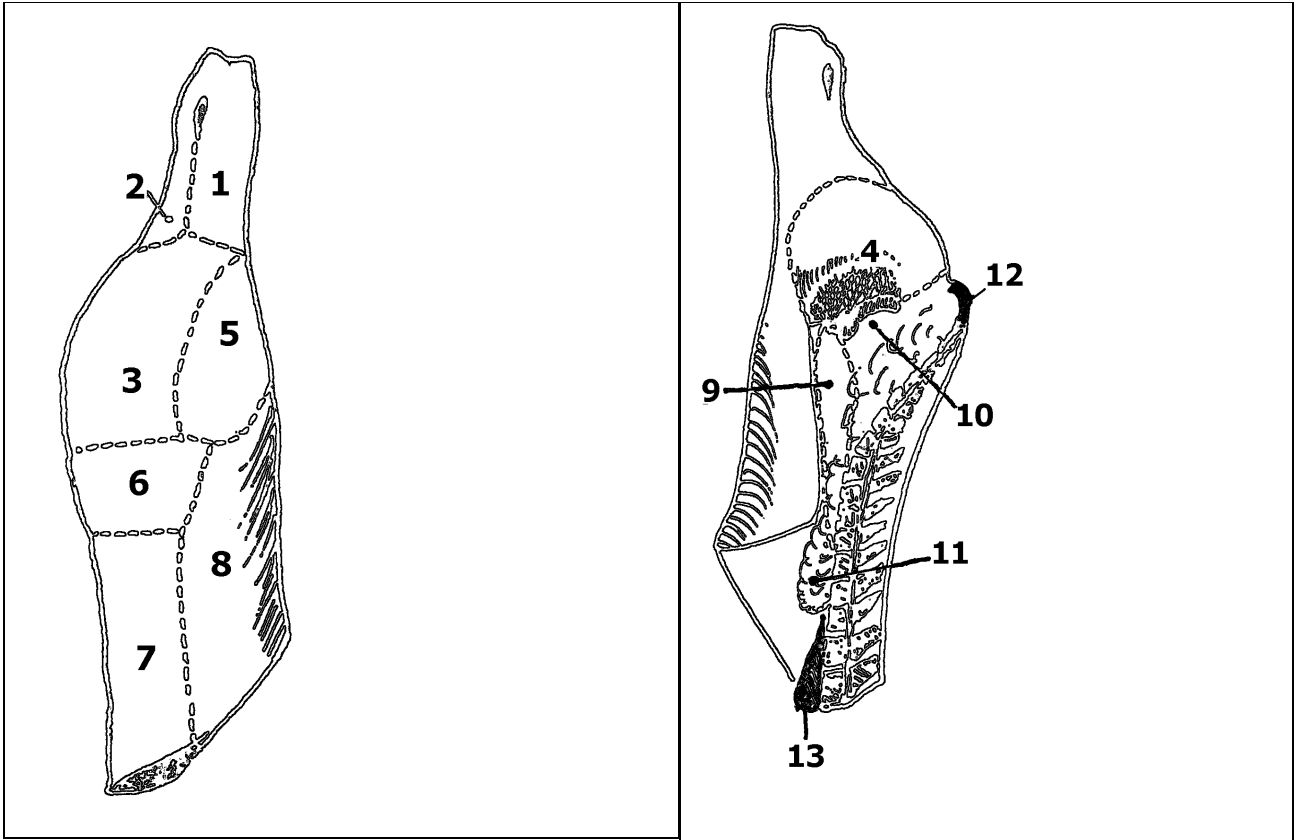
La numérotation de cette face est représentée (\*)

21.2.3.3.1. SOUS-DIVISION DES MORCEAUX ET UTILISATION CULINAIRE – QUARTIER AVANT DE BŒUF :

DENOMINATION	UTILISATION CULINAIRE
1) Jarret (8*)	Viande hachée idéale pour clarifier en consommé. Si désossé : viande hachée, filet américain. Scié en tranches : bouilli avec os à moelle .
2) Nerveux d'épaule (9*)	Si bien paré : carbonnade, viande hachée ou filet américain et rôti casserole. Bouilli.
3) Balle de l'épaule (10*)	Viande à rôtir. La pointe, dans laquelle le tendon n'est encore que peu perceptible, peut être utilisé comme rôti. Plus on se rapproche du jarret, plus le tendon augmente en grosseur et la viande devient plus coriace et plus sèche, de telle sorte que l'on pourrait diviser ce morceau en trois parties : En commençant par la pointe : 1 <sup>ère</sup> catégorie. Le morceau du milieu : 2 <sup>ème</sup> catégorie. Le côté du tendon : 3 <sup>ème</sup> catégorie.
4) Pelé de l'omoplate	Si bien paré : (exempt de toutes peaux) beefsteak pelé.
5) Faux-filet (12*)	Rôti ou beefsteak, cependant, meilleur en rôti. Ce morceau offre aussi la possibilité d'enlever le tendon se trouvant dans le milieu du morceau en le

	“ tournant dehors ”. Ceci a comme désavantage d’endommager plus ou moins le gros côté du morceau.
6) Petit-nerf (11*)	<p>Ce morceau offre plusieurs possibilités :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comme rôti casserole (très bon morceau pour pièce braisée) ou carbonnade de qualité exceptionnelle.</li> <li>- Beefsteak : viande tendre et pleine de goût qui perd de sa valeur à cause du tendon se trouvant dans le milieu et d’une enveloppe inférieure dure.</li> <li>- Complètement pelé : on obtient alors 3 beefsteaks pelés, 1 petit qui se trouve au-dessus et 1 de chaque côté du tendon central.</li> </ul>
7) Train de côtes (5*)	<p>Ici, il faut faire la distinction entre :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) 3 côtes grossières : beefsteak de qualité inférieure compte tenu de la couche de viande se trouvant attachée au-dessus qui, elle, est coriace et sèche.</li> <li>b) 3 côtes fines : beefsteak ou rôti de catégorie supérieure.</li> </ol>
8) Spiering (6*)	Carbonnade ou rôti casserole.
9) Collier (7*)	Carbonnade, filet américain, bouilli.
10) Plates côtes (9*)	Bouilli (filandreux), viande hachée.
11) Chapeau de curé (4*)	Très bon bouilli.
12) Petit croisé (1*)	Bouilli, viande hachée.
13) Poitrine du milieu 14) Gros de la poitrine (2*)	
15) Diaphragme	Viande hachée
16) Non représenté sur la face externe - Saignée	Si bien nettoyée : viande hachée, charcuterie

**21.2.3.4. QUARTIER ARRIERE DE BŒUF :**



FACE EXTERNE

FACE INTERNE

**21.2.3.4.1. SOUS-DIVISION DES MORCEAUX ET UTILISATION CULINAIRE : QUARTIER ARRIERE DU BŒUF :**

DÉNOMINATION	UTILISATION CULINAIRE
1) Jarret.	Voir quartier avant.
2) Gîte à la noix.	En entier : rôti casserole de qualité particulière. Si on sous-divise, on obtient : - Une partie centrale (le poisson) pour la viande hachée. - Deux pelés : un grand ovale et un petit gros. - Deux pelés plats.
3) Plate cuisse et filet d'Anvers.	Le filet d'Anvers est un très bon rôti mais il doit être coupé finement (excellent en buffet froid). La plate cuisse est également une viande à rôtir mais de qualité inférieure.
4) Grosse cuisse.	Vue dans son ensemble, la grosse cuisse est une viande à rôtir de bonne qualité. Elle peut être divisée en : - Baronnet : rôti de très bonne qualité. - Tache noire : rôti de qualité supérieure. - Pelé de l'araignée (entre la cuisse et l'os du

	bassin), si bien pelé : très bon beefsteak. - Couverture : carbonnade, viande hachée, filet américain.
5) Grosse tête.	On peut couper la grosse tête dans son ensemble en beefsteak de 1 <sup>er</sup> choix. Si on désire en faire des roast-beefs et pour donner plus de valeur aux différents morceaux de la grosse tête, il faut la diviser en : - Obus : excellente qualité. - Plat gros côté : excellent. - Pointe : moins bonne qualité. - Aiguillette : excellente qualité.
6) Petite tête + pelure. Aloyau (rumpsteak).	Viande à rôtir de très bonne qualité. On les sépare en deux en suivant le tendon qui le traverse. La pelure de la petite tête fait partie intégrante de la plate cuisse.
7) Contre-filet.	Viande à rôtir de 1 <sup>ère</sup> catégorie. Il peut être vendu avec ou sans le filet pur (T bone et Porter house). On y prend les entrecôtes minutes et les contre-filets deux couverts.
8) Flanchet et bavette.	En partie : bouilli. Le reste : viande hachée.
9) Filet pur.	Viande à rôtir de qualité vraiment exceptionnelle (filets mignons, tournedos, chateaubriands).
10) Araignée.	Si bien nettoyé : beefsteak de très bonne qualité, goût et tendreté exceptionnels.
11) Graisse et rognon.	
12) Queue.	Bouilli, élément indispensable pour l'Oxtail.
13) Diaphragme.	Carbonnade de très bonne qualité. Beefsteak tendre mais à texture grossière.

### REMARQUES SUR LES DIFFERENTS MORCEAUX DU QUARTIER ARRIERE :

**Le jarret** : en bouilli, il donnera un bouillon clair. De plus comme il est maigre, il convient particulièrement bien pour la clarification des consommés.

**Le trumeau ou gîte à la noix** : est très savoureux en rôti braisé.

**Le filet d'Anvers** : s'il convient particulièrement bien pour les buffets froids et à condition de le couper très finement, donne malheureusement si on le sert chaud un rôti assez sec. Il doit impérativement être servi saignant. Ce sont ses fibres grossières qui nécessitent une coupe très fine.

**La pièce levée dite aussi grosse cuisse** : donne des rôtis d'excellente qualité.

**La pointe de la plate cuisse** : donne un rôti très savoureux, le dessus, par contre, possède des fibres plus grosses et donne un produit assez sec.

**L'aiguillette** : gonfle très fort à la cuisson.

**Dans l'aloyau**, appelé aussi petite tête, se coupent les rumpsteaks.

**Le flanchet** : donne une viande filandreuse, très riche en tissus conjonctifs et n'est utilisée en bouilli que pour le hoche-pot.

**Le contre-filet** : entier est cuit en rôti ; si on le coupe en tranche fine on le destine aux entrecôtes minutes, si on laisse l'os, côte à l'os.

**Le filet pur** : est le plus tendre (et le plus cher) des morceaux de viande.

- le premier tiers est coupé pour les chateaubriands
- le deuxième pour les tournedos
- le troisième pour les filets mignons que l'on sert à raison de deux pièces par couverts.

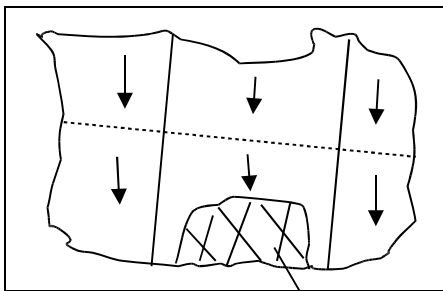
MANIERE DE COUPER LA VIANDE :

**Règle générale :** Les morceaux de viande seront toujours détaillés en fonction du sens des fibres musculaires, c'est-à-dire tranchés de manière à ce que la viande soit coupée dans le sens des fibres par le client. Les fibres doivent toujours être perpendiculaires à l'assiette du client.

La tendreté, la présentation, les déchets sont fonction de la coupe de viande.

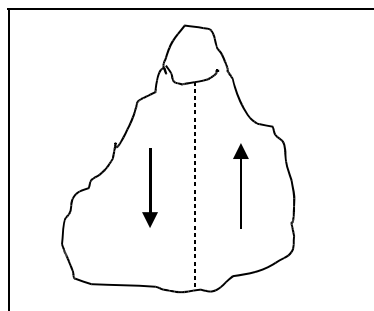
Exemples :

Pièce levée



Tache noire

Grosse tête



Tête d'aloyau

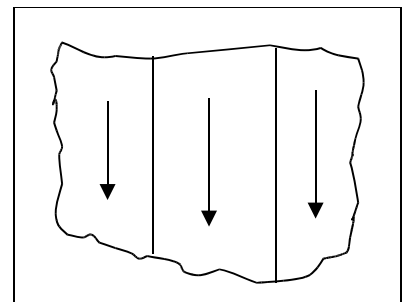
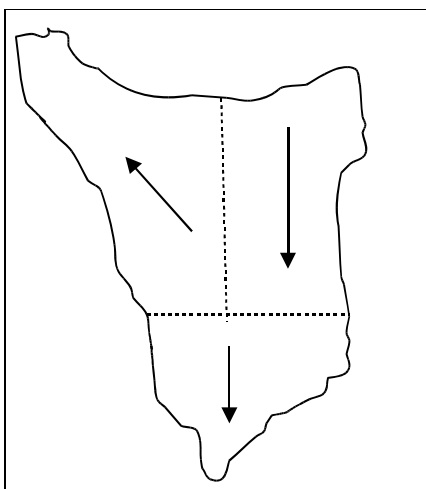
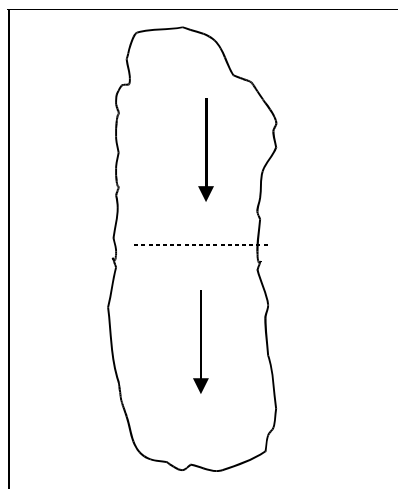


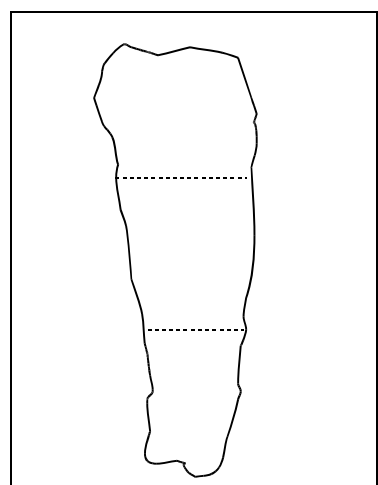
Plate cuisse



Filet d'Anvers



Filet pur



### 21.2.3.5. LA DÉCOUPE : DÉNOMINATION CULINAIRE DE QUELQUES MORCEAUX DE BŒUF :

Il existe un nombre indéfinissable de manières de découper la viande. Presque chaque boucher a sa méthode personnelle. Il n'y a pas moyen de définir une manière idéale de découper.

La manière de découper par exemple un demi-porc ou un quartier n'est finalement qu'un accessoire. Le principal est de garder autant que possible les morceaux séparés anatomiquement entiers, de savoir quelle en est la qualité et surtout pour nous restaurateurs, l'utilisation possible en cuisine.

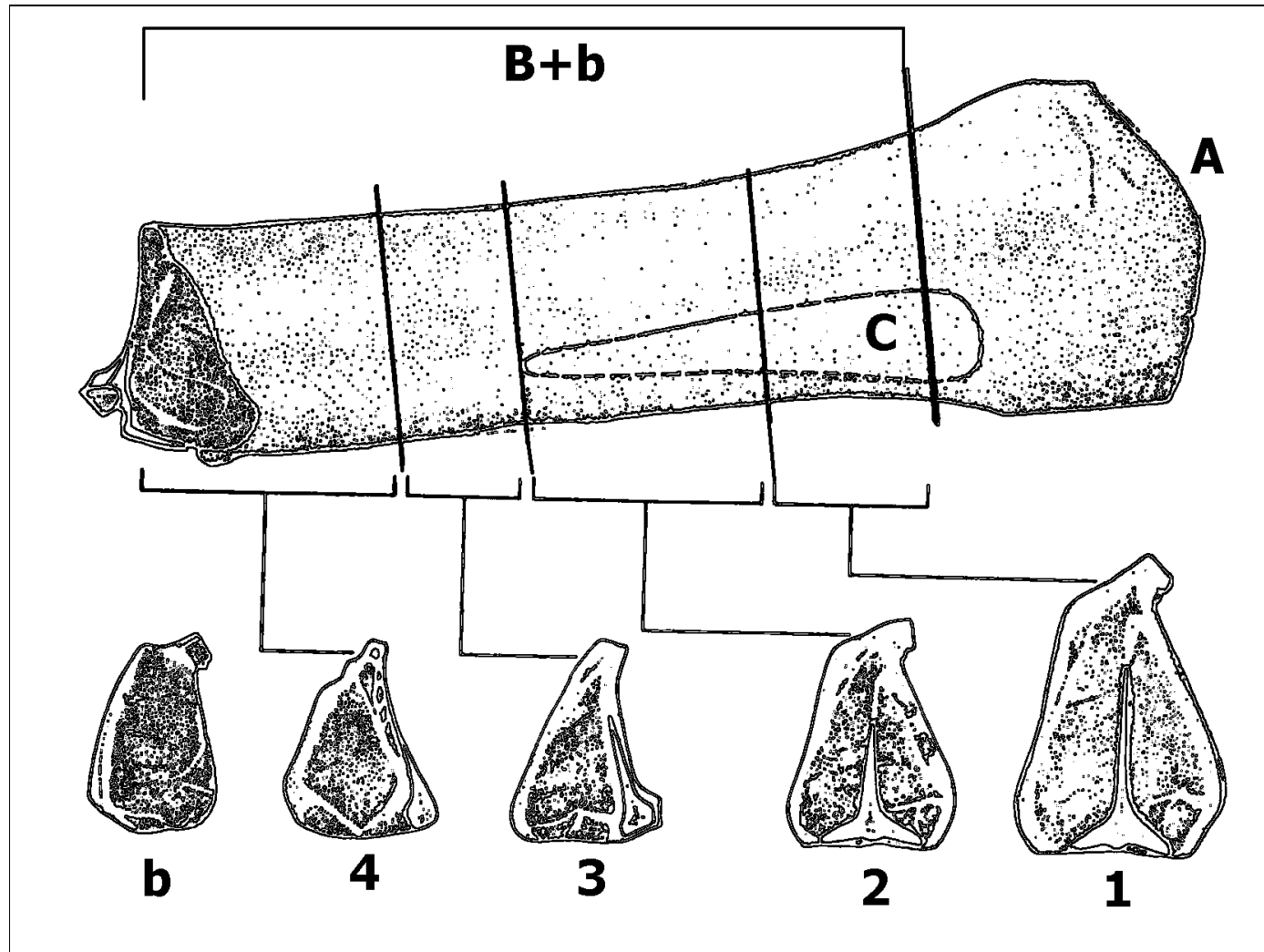
De plus, différentes appellations peuvent être accordées à un seul et même morceau et ces appellations varient de région en région. Il vous appartient de choisir les dénominations spécifiques à votre contrée. Toutefois, il ne faut pas oublier qu'à la carte de votre restaurant, seules les dénominations classiques peuvent être utilisées.

- **Chateaubriand** : Tranche épaisse du filet de bœuf prise dans le premier tiers de la pièce, c'est-à-dire dans sa partie la plus large. Se sert pour 2 couverts, poids +/- 450 à 500 gr.
- **Tournedos** : Tranche prise dans le deuxième tiers (cœur du filet) et se sert pour un seul couvert, poids +/- 150 à 200 gr
- **Filets mignons** : Pris dans la pointe du filet (dernier tiers), ils se servent à raison de deux pièces par couvert, poids +/- 2 X 75 à 100 gr.
- **Rumpsteak** : Tranche prise dans l'ailoyau, d'un poids de 150 à 200gr.
- **Entrecôte** : Tranche de contre-filet désossé pour 2 couverts, d'un poids de 5 à 600gr.
- **Entrecôte minute** : Entrecôte pour un couvert et qui du fait de sa minceur cuit très peu de temps d'où son nom, d'un poids de 150 à 200gr.
- **Côte à l'os** : Tranche prise dans le train de côte non désossé et en général servie pour quatre couverts. La côte à l'os, afin de faciliter la découpe en salle, est prise dans les côtes à manche (vertèbres dorsales), poids moyen de 1,2 à 1,4kg.
- **Train de côtes** : Partie supérieure des côtes de bœuf, non désossée, parée et ficelée.
- **Carbonnades** : Viandes travaillées en sauter mixte (mi-sautée, mi-braisée) coupées en gros morceaux de 80 à 100 gr pièce ; elles servent également à la préparation de bœuf bourguignon, des estouffades et autres Goulasch.
- **Beefsteak** : Tranche de viande découpée dans un morceau de viande à rôtir (voir tableau) et servie pour une personne. De 150 à 200gr.

**N.B.** : Attention qu'en boucherie, très souvent des morceaux provenant d'une pièce " dure " sont attendris à l'aide d'un appareil appelé attendrisseur et qui perfore le muscle de minuscules petits trous cassant ainsi les fibres de la viande. La viande ainsi traitée est certes attendrie, mais les sucs de la viande ont une ouverture pour s'échapper et à la cuisson elle devient sèche et perd énormément de son goût.

- **Beefsteak pelé** : Morceau de viande pris dans les " pelés ", qui sont des muscles minces, de telle sorte qu'il est impossible de couper des tranches perpendiculairement aux fibres. Les fibres de ces morceaux étant parallèles à l'assiette, ils sont plus durs que les autres beefsteak, ils ont cependant beaucoup de goût. A la cuisson, ils gonflent.

REPRESENTATION TRAIN DE CÔTES – FILET PUR – ALOYAU :



A : Aloyau.  
B : contre filet.  
B : Entrecôte coupée dans B  
C : Filet.

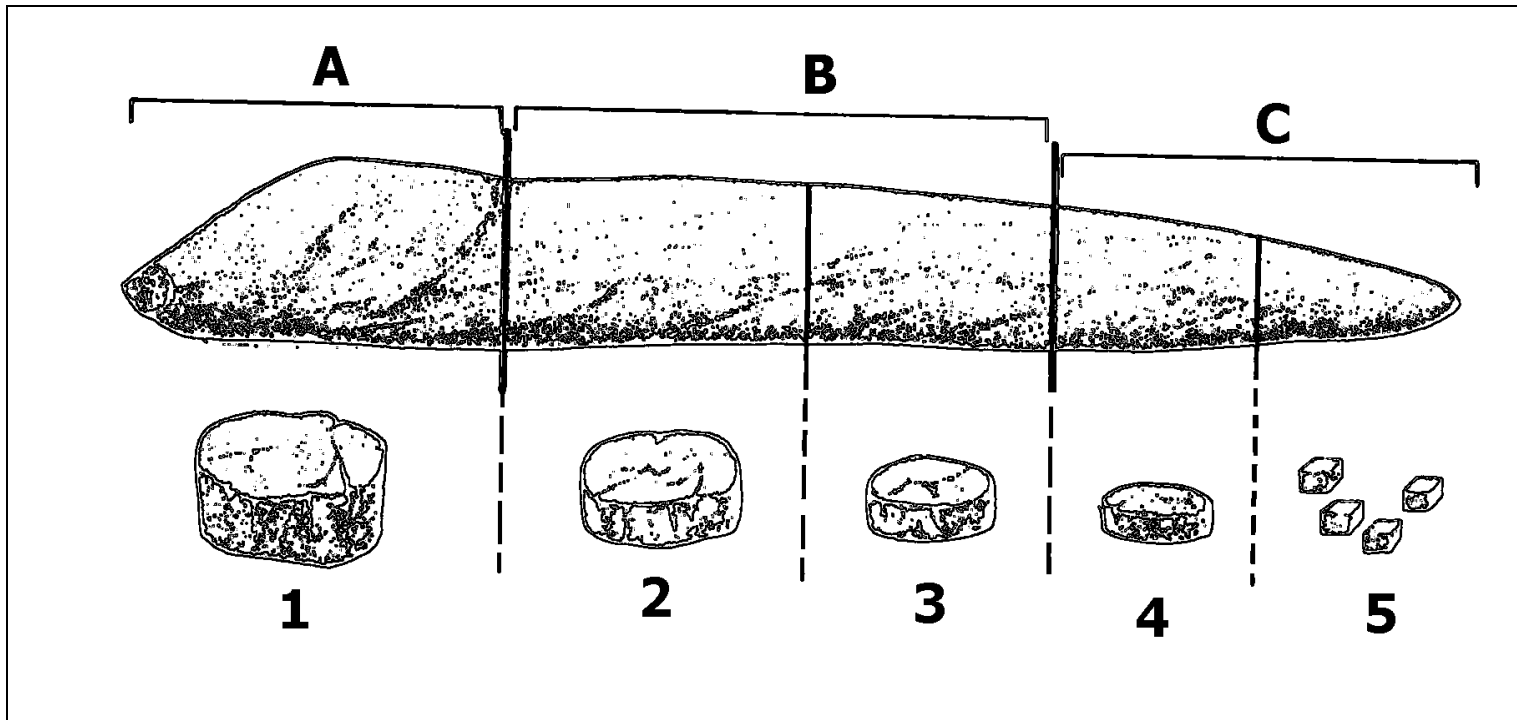
1. Porterhouse steak
2. T-bone steak
3. Steak ou entrecôte minute
4. Côte de bœuf.



Filet de bœuf

- A) Tête de filet
- B) Cœur de filet
- C) Pointe de filet

- 1 Chateaubriand.
- 2 Filet, tournedos.
- 3 Tournedos, filets mignons.
- 4 Filets mignons.
- 5 Viande à fondue.



## 21.3. LE VEAU : (viande blanche)

### 21.3.1. LES DIFFERENTS VEAUX :

Le veau est un jeune bovin qui généralement a été engraisé d'une manière spéciale et destiné à être abattu dès son jeune âge, c'est-à-dire vers trois mois environ, mais on peut en rencontrer plusieurs espèces :

- Le veau nouveau-né.
- Le veau " cul de poulain ".
- Le veau gras ou veau de boucherie.
- Le veau broutart.

#### 21.3.1.1. LE VEAU NOUVEAU-NÉ :

Ce veau est abattu vers l'âge de trois semaines, parfois moins. C'est un spécimen qui n'est guère recherché en boucherie. Sa viande est flasque et sans goût, par contre elle est très prisée en charcuterie pour les préparations cuites, car elle contient beaucoup d'albumine donc possède un pouvoir d'absorption et de liaison très grand.

L'inconvénient majeur est que, vu son manque de coloration, le produit pâlit assez rapidement et n'a pas de goût.

L'apparition de bourrelets cartilagineux à l'endroit des cornes peut être remarqué vers les 20 jours.

#### 21.3.1.2. LE VEAU " CUL DE POULAIN " :

Cet animal possède une double musculature, il est très sensible aux variations de température car les organes de la respiration et de la digestion sont très délicats, c'est pour ces raisons qu'il est souvent engraisé et abattu dès son jeune âge.

Il est très recherché pour la boucherie (à cause de sa double musculature).

Il fournit une viande blanche mais peu nutritive et ayant peu de saveur car elle contient beaucoup d'eau et manque de matières minérales, elle est souvent un peu flasque vu que le refroidissement des carcasses est assez difficile (à cause de l'épaisseur) et qu'elle contient une quantité d'eau assez importante.

#### 21.3.1.3. LE VEAU " GRAS " OU VEAU DE BOUCHERIE :

C'est le veau qui a été engraisé tout spécialement en vue d'être abattu vers l'âge de deux ou trois mois.

Il devra être de conformation parfaite avec une viande aussi blanche que possible, être assez gras et pesant idéalement de 120 à 150 kg et même parfois plus.

Les cornes ne pourront mesurer plus de 2 centimètres.

### **21.3.1.4. LE BROUTART :**

C'est le gros veau qui a pâturé, qui est abattu vers l'âge de cinq à six mois et qui atteint un poids de 150 à 200 kg.

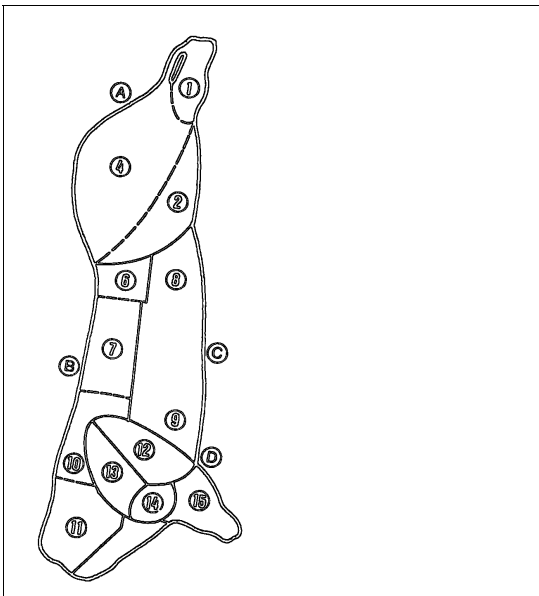
Il fournit une viande assez rouge et souvent très maigre.

Suivant la qualité, les quartiers arrières pourront être vendus en boucherie, les quartiers avant sont souvent utilisés en charcuterie, car cette viande contient beaucoup de protéines et possède un pouvoir d'absorption très grand et de ce fait un très bonne liaison. Elle est très prisée pour la fabrication des préparations cuites.

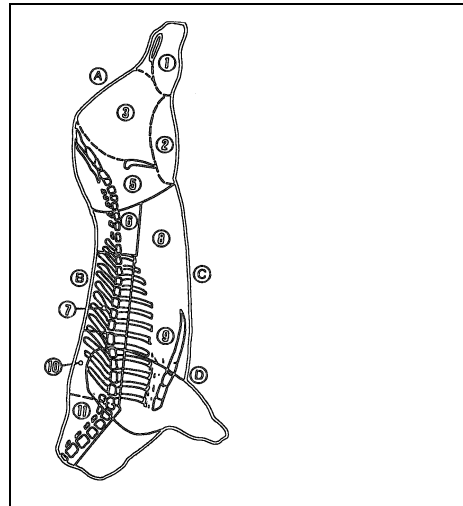
Par son double emploi et son prix d'achat généralement peu élevé, il est très rentable. Les cornes auront une longueur d'environ 5 à 6 centimètres.

### **21.3.2. DECOUPE DU VEAU :**

#### **21.3.2.1. DECOUPE D'UN DEMI VEAU.**



- A. Cuisseau
- B. Carré ou longe
- C. Poitrine
- D. Épaule

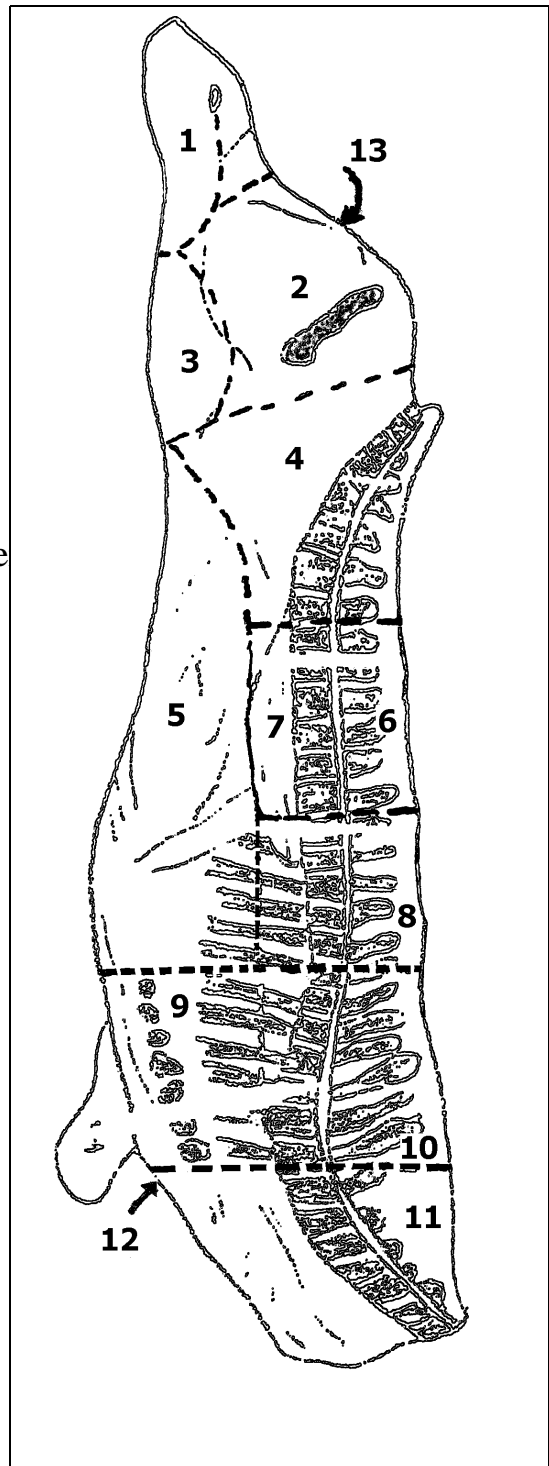


- 1. Jarret
- 2. Noix
- 3. Fricandeaue rond
- 4. Fricandeaue plat
- 5. Petite tête
- 6. Côtes au filet } Longe
- 7. Côtes à manche }
- 8. Flanc
- 9. Poitrine proprement dite
- 10. Basses côtes
- 11. Collier
- 12. Grosse balle
- 13. Petite balle
- 14. Côté nerveux
- 15. Jarret

**21.3.2.2. DIVISION D'UN DEMI-VEAU :**

- 1) Jarret
- 2) Noix
- 3) Grosse tête + aiguillette
- 4) Tête d'aloyau
- 5) Flanchet
- 6) Longe ou côtes au filet
- 7) Rognon dans sa graisse
- 8) Carré (côtes à manche)
- 9) Poitrine
- 10) Basses Côtes
- 11) Collier
- 12) Épaule : nerveux, balle, petit-nerf, faux-filet
- 13) Sous-noix : plate cuisse, trumeau filet d'Anve

La noix représente la partie interne de la cuisse,  
 la sous-noix la partie externe.  
 La cuisse prend le nom de cuisseau.



**21.3.2.2.1. SOUS DIVISION ET DESTINATION CULINAIRE DES DIFFERENTES  
PIECES DE VEAU :**

<b>1<sup>ère</sup> CATEGORIE</b>	<b>RÔTIS – GRENADINS - ESCALOPE</b>
<b>Noix</b> Petite tête d'ailoyau Grosse tête	Grenadins et rôtis Rôtis ou grenadins suivant qualité
<b>Sous-noix</b> Plate cuisse : Filets d'Anvers :	Rôtis, escalopes viennoises. Escalopes jurassiennes et rôtis
<b>Longe (vertèbres lombaires)</b> Avec os détaillés Sans os entières Filet	Côtes au filet Longe rôti (contre filet) Filets mignons, noisettes
<b>Carré (vertèbres dorsales)</b> Entier avec os Avec os et détaillé	Carré rôti Côtes à manches
<b>Balle d'épaule</b>	Rôti ou escalopes
<b>2<sup>ème</sup> CATEGORIE</b>	<b>BRAISES – SAUTES MIXTES</b>
<b>Trumeau</b>	Sautés, braisés
<b>Basses côtes</b>	Sautés mixtes, braisées. Peuvent également être désossées, roulées et ficelées et être traitées en braisés ou poêlés.
<b>Collier</b>	Braisés, sautés mixtes.
<b>Épaule sans la balle</b>	Braisés, sautés mixtes.
<b>3<sup>ème</sup> CATEGORIE</b>	<b>BLANQUETTE OU VIANDE HACHEE</b>
<b>Flanchet</b>	Sans os, farcis et ficelés.
<b>Poitrine</b>	Sans os, farcis et ficelés.
<b>Jarret</b>	En rouelle pour sauté mixte. Désossé : blanquette ou viande hachée.

**21.3.2.3. LA DÉCOUPE : DÉNOMINATION CULINAIRE DE QUELQUES  
MORCEAUX DE VEAU :**

- **Escalopes** : Fines tranches qui, après avoir été aplaties (pour casser les fibres) sont le plus souvent panées à l'anglaise et sautées.
- **Grenadins** : Escalopes plus petites mais plus épaisses (1,5cm). On les fait le plus souvent sauter.
- **Osso-buco** : Rouelle de 2,5 à 4cm d'épaisseur, coupée dans le jarret avec l'os.
- **Sautés** : Tranches plus épaisses que les escalopes.
- **Tendrons** : Morceaux avec os, coupés sur toute la largeur de la poitrine. Sont généralement braisés.
- **Blanquette** : Viande à bouillir taillée en morceaux de 5 à 6 cm de côté.
- **Mignons ou noisettes** : Petites tranches épaisses taillées dans le filet.

## 21.4. LE PORC : (viande blanche)

### 21.4.1. ESPÈCES PORCINES RENCONTRÉES EN BOUCHERIE.

#### 21.4.1.1. LE POURCEAU :

Il représente le porc mâle castré, est âgé de 5 à 6 mois lors de l'abattage et est destiné uniquement à être engraisé pour la boucherie. La castration s'effectue vers l'âge de 5 à 7 semaines, elle s'effectue par l'ablation des testicules.

Le poids idéal à l'abattage est d'environ 100 kg car, au-delà de ce poids, l'animal produit du lard.

Au point de vue qualité de viande, le pourceau fournit certainement une des meilleures viandes porcines, une viande persillée de gras, apportant saveur, bon goût et un gras de qualité.

Au point de vue commercial, ce spécimen n'est pas tellement recherché du fait de sa quantité de graisse, à une époque où l'on consomme plus volontiers " light ".

#### 21.4.1.2. LA TRUIETTE :

Elle représente le sexe femelle chez le porc, elle est en possession de son appareil génital complet. Elle ne sert pas à la reproduction et est engraisée uniquement pour la boucherie.

Elle est très appréciée par les consommateurs car elle est maigre et possède donc une valeur commerciale supérieure au pourceau.

#### 21.4.1.3. LA COCHE :

Aussi de sexe femelle mais castrée par l'ablation des ovaires. C'est une opération coûteuse qui n'est pratiquée que dans des centres d'étude et d'élevage. Étant castrée et en apathie totale, son engraissement est très rapide et elle possède de ce fait une certaine quantité de graisse, sa viande a une bonne saveur, elle est tendre et affecte une couleur blanc rosé.

#### 21.4.1.4. LA TRUIE :

Elle représente le sexe femelle qui sert ou a servi à la reproduction. Son poids peut atteindre 350 à 400 kg. La qualité et la valeur commerciale varieront sensiblement en fonction de l'âge de l'animal et du nombre de portées.

On peut rencontrer la jeune truie ayant eu une portée, dans ce cas, la truiette a été conduite à la saillie vers l'âge de cinq mois pour un poids de 70 à 80 kg, après la mise bas, elle atteint l'âge d'un an (allaitement compris) et pèse plus ou moins 120 kg.

Si l'engraissement a été bien suivi, elle peut fournir une viande relativement tendre de belle coloration et assez savoureuse, elle peut donc être considérée à part entière comme porc de boucherie.

La truie ayant eu plusieurs portées, donnera une viande sèche, de couleur foncée et coriace ne convenant que pour la charcuterie (salaisons, saucissons).

### 21.4.1.5. LE VERRAT :

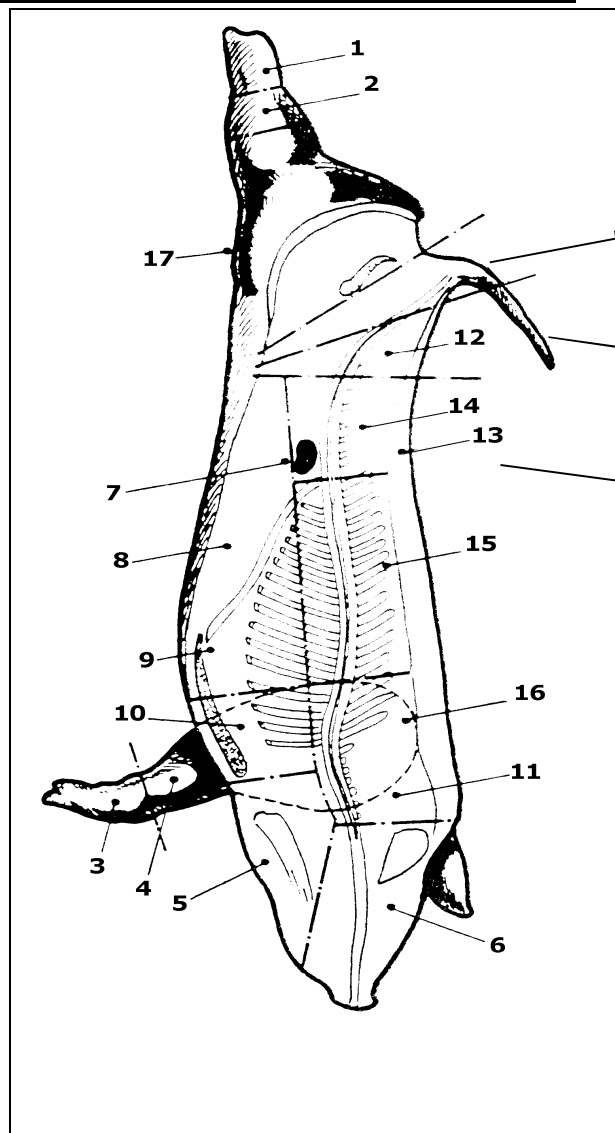
Il représente le sexe mâle qui sert ou a servi à la reproduction. La viande du verrat possède un goût d'urine. La qualité et la valeur commerciale varieront en fonction de l'âge et du poids de l'animal.

### 21.4.1.6. LE VERRAT INTERNE :

Il représente le sexe mâle, il est propre à la reproduction mais n'est pas utilisé comme tel. Extérieurement il possède un testicule ou pas du tout. Ses testicules sont restés accrochés à la région rénale. On le reconnaît lors de l'abattage et lors de la fente. La viande a une forte odeur d'urine. Il fait donc l'objet d'une saisie car il est impropre à la consommation.

### 21.4.2. ANATOMIE DU PORC :

1. Le pied
2. La crosse
3. Le pied
4. Le jambonneau
5. La gorge
6. La tête
7. Le rognon
8. La panne
9. La poitrine
10. La squinée
11. Le spiringue
12. L'ailoyau (cul de filet)
13. La bardière
14. Les côtes au filet
15. Les côtes à manche
16. L'épaule
17. Le jambon



Coupe pour jambon cuit.

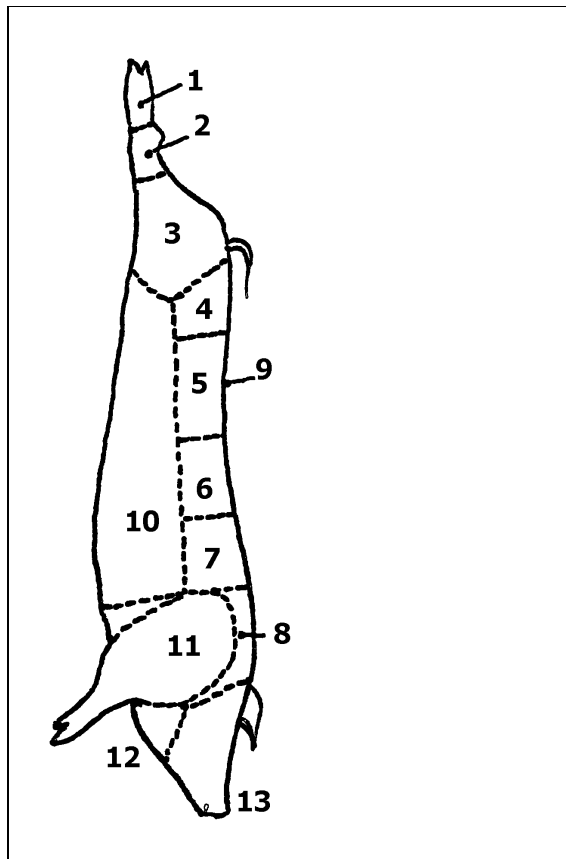
Coupe pour jambon salé.

Coupe pour rôti au jambon

**21.4.2.1. DÉCOUPE D'UN DEMI-PORC :**

Il existe également pour le porc de nombreuses méthodes de découpe et celle indiquée ci-dessous peut facilement être modifiée (voir découpe du jambon page précédente). Elle servira uniquement d'exemple.

1. Pied arrière
2. Jarret-jambonneau
3. Jambon
4. Aloyau (pointe du filet, cul de filet)
5. Côtes au filet (carré)
6. Côtes premières
7. Basses côtes
8. Spieringue
9. Lard dorsal
10. Poitrine
11. Epaule
12. Joue, gorge
13. Tête.

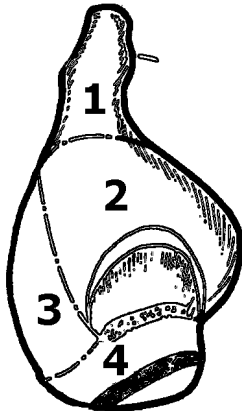
**PROCEDE DE TRAVAIL :**

1. Enlever la tête et les pattes.
2. Couper le jambon.
3. Scier les côtes et enlever la poitrine.
4. Séparer le carré et le lard dorsal de l'épaule et le collier.
5. Enlever le collier de l'épaule.
6. Séparer le carré du lard dorsal.



**21.4.2.2. DIVISION ET SUBDIVISION D'UN DEMI-PORC :**

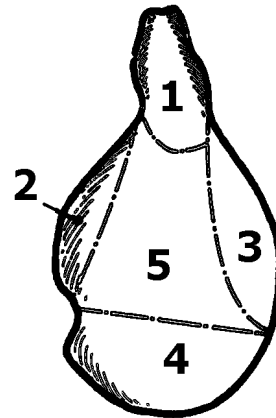
FACE INTERNE



**1.1.1.1.JAMBON**

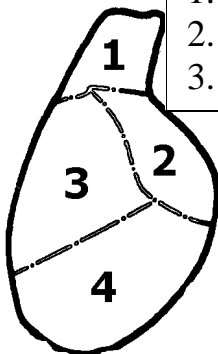
1. Jambonneau
2. Fricandean rond
3. Noix
4. Aloyau (cul de filet)
5. Fricandean plat

FACE EXTERNE



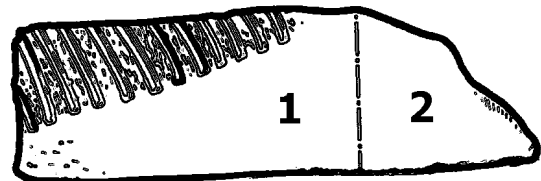
**1.1.1.2.EPAUL**  
**E**

1. Jambonneau
2. Nerveux
3. Grosse balle



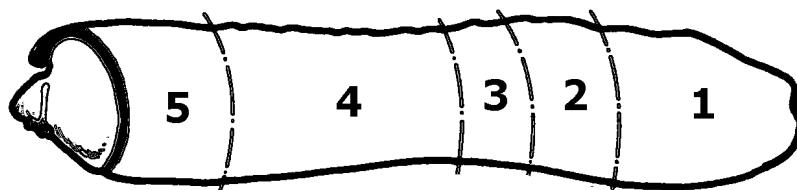
**1.1.1.3.POITRINE**

1. Poitrine parée.
2. Mouille



**1.1.1.4.CARRE DE PORC**

1. Côtes au spieringue
2. Basses côtes
3. Côtes premières
4. Côtes à manches
5. Côtes au filet



**21.4.2.2.1. UTILISATION CULINAIRE DES MORCEAUX DE PORC : (LA NUMÉROTATION CORRESPOND À LA DÉCOUPE DU DEMI-PORC POINT 15.4.2.1.)**

<b>DÉNOMINATION</b>	<b>UTILISATIONS</b>
1. Patte	Crue : hochepot et soupe. Charcuterie : pied de porc en gelée. Saumurés et cuits : paner pour pieds de porc grillés.
2. Jarret, Jambonneau	Cru : hochepot et soupe. Saumuré et cuit : choucroute, jambonneau grillé, etc... Charcuterie : jambonneau en gelée.
3. Jambon	Rôtis de premier choix. Charcuterie : jambon cuit et toute la gamme des jambons salés et des jambons fumés.
4. Aloyau, pointe au filet, fricandeau, noix de porc	Rôtis de premier choix. Charcuterie : lard au jambon.
5. Côtelettes au filet	Côtelettes de premier choix. Désossées et roulées ou ficelées : rôti de premier choix.
6.- 7 Premières côtes (certains font encore une distinction belles côtes, côtes premières et basses côtes)	Côtelettes de premier choix. Désossées : rôti au carré.
8. Échine, spieringue, spirlingue ou avant cœur.	Côtelettes un peu grasses classées comme 2 <sup>ème</sup> choix, mais fort appréciées par certains. Excellentes si désossées et travaillées en rôti ou carbonnade.
9. Lard dorsal	Frais : préparation de certains légumes, sauce tomate, bardes de lard, etc.... Utilisation en charcuteries.
10- Panne, graisse de rognons, faine - Lard de poitrine, poitrine avec flanchet, petit salé, entrelardé, lard molé.	Gras pour fondre (saindoux) et certaines charcuteries. Frais : charcuteries et garniture bourguignonne. Salé : garnitures diverses. Salé et fumé : choucroute, quiche lorraine, etc..
11. Épaule	Rôti à braiser ou rôti casserole. Salé en charcuterie : jambon d'épaule (moins onéreux que le véritable jambon arrière).
12. Collier	Viande hachée et charcuterie.
13. Tête	Préparation en tête pressée, hure, etc...

## 21.5. L'AGNEAU - LE MOUTON : (viande rouge)

### 21.5.1. LES DIFFERENTS OVINS :

#### 21.5.1.1. L'AGNEAU BLANC :

L'agneau blanc est un animal âgé de quatre mois environ qui est sevré, sa carcasse pesant de 10 à 12 kg est le sujet le meilleur de la catégorie ovine, il peut aussi offrir des carcasses de plus de 22 kg.

#### 21.5.1.2. L'AGNEAU DE LAIT :

L'agneau de lait qui a été nourri uniquement avec le lait de sa mère est abattu à environ six semaines, il donne une carcasse de moins de 7 kg avec une viande blanchâtre et de consistance molle.

#### 21.5.1.3. L'AGNEAU GRIS :

L'agneau gris est un animal sevré d'un poids de carcasse plus lourd allant de 20 à moins de 30 kg.

#### 21.5.1.4. LE MOUTON :

Le mouton est un animal castré et âgé de moins de un an et demi donnant une carcasse de plus ou moins 30 kg.

#### 21.5.1.5. LA BREBIS :

La brebis est une femelle qui a agnelé, elle donnera une carcasse de plus ou moins 25 kg.

#### 21.5.1.6. LE BELIER :

Le bélier est l'animal mâle, non castré, ayant au moins un an et demi.

### 21.5.2. LA DECOUPE DU MOUTON :

La consommation de mouton (viande) étant peu importante dans notre pays, on peut presque dire que la découpe n'est pas strictement établie.

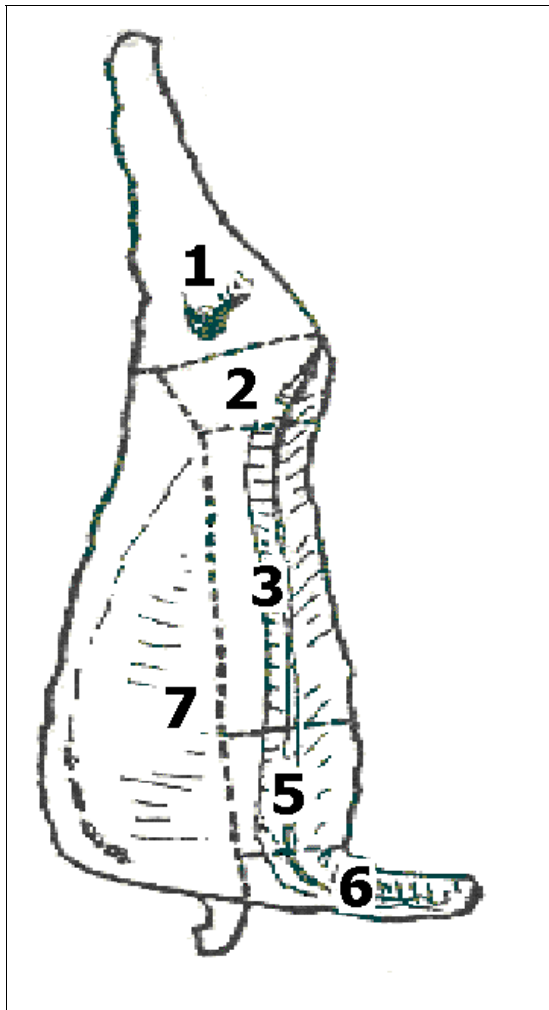
Habituellement, la carcasse de mouton n'est pas fendue en deux parties, la fente étant pratiquée uniquement sur les carcasses les plus lourdes.

Les grandes parties que l'on obtient dans la découpe sont :

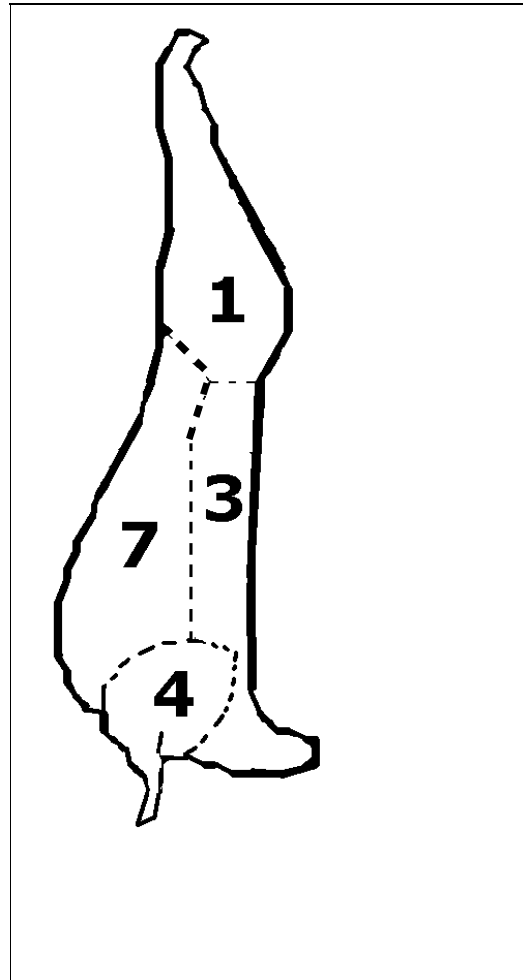
- Les gigots
- Les épaules
- Les poitrines et les flancs

- Le carré (double)
- La selle ” comprend toute la région lombaire avec les muscles abdominaux.
- La selle anglaise ” est composée de toute la région lombaire avec les muscles abdominaux, les six vertèbres dorsales avec les muscles s’y rattachant.
- Le baron ” est composé des deux gigots et de la selle anglaise non séparés.

**21.5.2.1. DEMI MOUTON : GRANDES DIVISIONS :**



**FACE INTERNE**



**FACE EXTERNE**

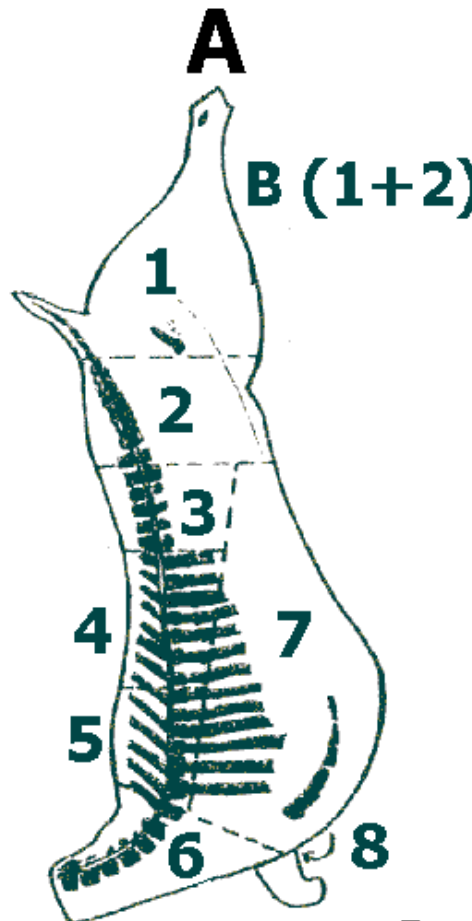
1. Gigot
2. Rumpsteak
3. Côte
4. Épaule
5. Basses côtes
6. Collier
7. Rouleau de poitrine

**21.5.2.1.1. UTILISATIONS CULINAIRES DES DIFFÉRENTS MORCEAUX DE MOUTON (AGNEAU) :**

<b>DÉNOMINATION</b>	<b>UTILISATIONS</b>
1. Jarret	Ragoût, viande à bouillir ou à sauter mixte (navarin).
2. Gigot	Viande à rôtir qui peut être cuite avec l'os ou désossée et roulée, peut éventuellement être débitée en tranches.
3. Baron	Comprend donc les deux gigots non séparés et la selle anglaise attenante, généralement rôtis.
4. Bas de gigot	Rôti si désossé ou ficelé.
5. Côtes au filet	Viande à griller ou à sauter, généralement 3 par cts.
6. Selle	Viande que l'on fait généralement rôtir.
7. Lamb shop	Est une tranche épaisse coupée au niveau de la selle. Viande à sauter ou à griller.
8. Carré	Viande rôtie.
9. Côtes à manche	Viande que l'on fait griller ou sauter. Se servent à raison de trois par convive.
10. Mutton shop	Double côtes à manche, s'emploie comme ces dernières.
11. Basses côtes	Viandes à griller ou à sauter mixte.
12. Collier	Viande à sauter mixte (navarin).
13. Epoule	Souvent désossée et ficelée, à rôtir ou à braiser.
14. Poitrine et flanchet	Viande à bouillir ou à sauter mixte.

**21.5.2.1.2. DECOUPE DU MOUTON : LES DIFFERENTS MORCEAUX**

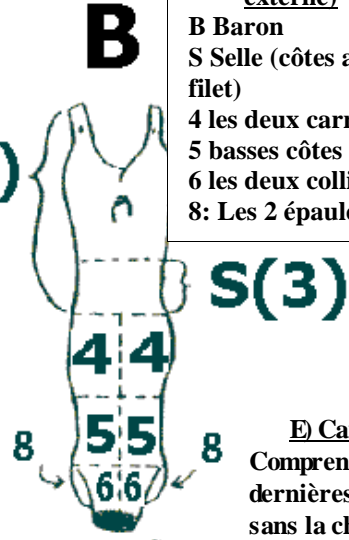
**A) Demi mouton (face interne)**  
 1 Gigot raccourci  
 2. Bas de gigot  
 3 Côtes au filet  
 4 Côtes à manches ou carré.  
 5 Basses côtes.  
 6 Collier (spieringue).  
 7 Flanchet = poitrine  
 8 Epaule



**C) Gigot**  
 1 Gigot raccourci  
 2 Bas de gigot



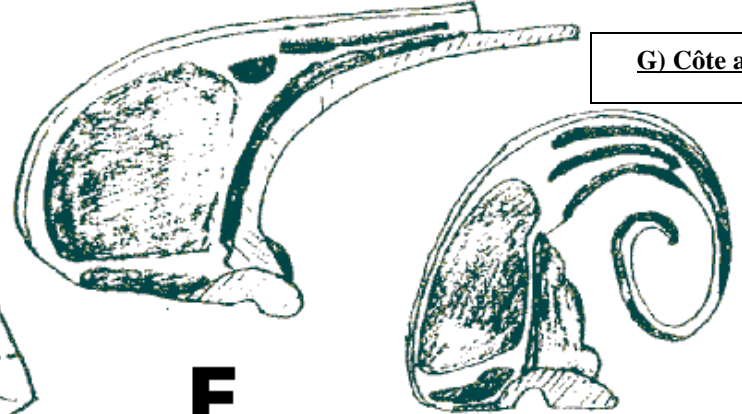
**B) Demi mouton (face dorsale externe)**  
 B Baron  
 S Selle (côtes au filet)  
 4 les deux carré  
 5 basses côtes  
 6 les deux colliers  
 8: Les 2 épaules



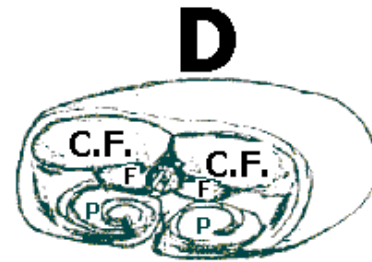
**E) Carré:**  
 Comprend les 7 dernières côtes, sans la chaînette



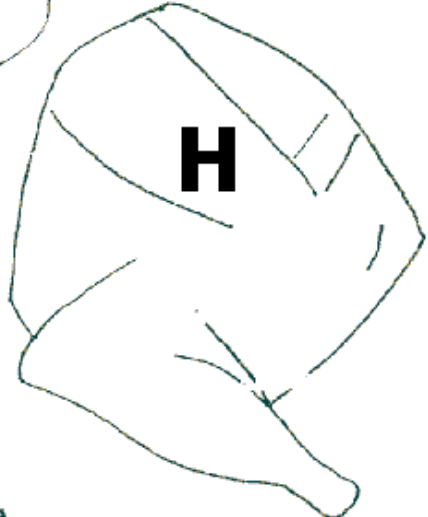
**F) Côte à manche**  
 Coupée dans le carré  
 Si 2 côtes (double) = mutton shop



**D) La selle.**  
 C.F. : Contre filets  
 F. : Filets.  
 P. : Panoufles 1 tranche épaisse = « lamp shop »



**H) Epaule**



**G) Côte au filet**



**G**

## 21.6. LE CHEVAL (viande rouge) :

### 21.6.1. GENERALITES :

Les premiers chevaux de boucherie provenaient principalement des charbonnages. C'étaient des chevaux accidentés ou usés. Ils provenaient aussi de l'armée où ils ne répondaient plus aux exigences. Cela pouvait être également des chevaux trop âgés. Ils pouvaient aussi venir des fermes qui avaient un surplus d'élevage ou enfin présenter une malformation.

Le marché de la viande chevaline prit son essor pendant la guerre 14-18. La viande était fournie par des chevaux ou mulets de l'armée anglaise qui étaient abattus dans notre pays. Cette viande était surtout, pour ne pas dire exclusivement, consommée par des familles ouvrières dont le budget leur permettait seulement d'acheter de la viande à prix réduit.

La viande de cheval a, tout comme la viande de mouton, un goût particulier que l'on aime ou que l'on n'aime pas. Il est cependant dommage de constater qu'elle ne figure presque jamais à la carte d'un restaurant.

La tête du cheval est plus longue et plus lourde que celle du bovin ; elle peut peser jusqu'à 30 kg et donner 10 kg de viande qui peuvent fournir de la viande pour filet américain ; la cervelle est également plus importante et est d'un goût fin.

Le cœur est très volumineux et fournit d'excellents beefsteaks de cœur.

Le péroné est cartilagineux chez le poulain, il s'ossifie petit à petit et n'est pas soudé au tibia.

Les rognons présentent un goût d'urine très prononcé et ne sont pas utilisés.

### 21.6.2. LES DIFFERENTES VIANDES CHEVALINES :

**Le poulain** est considéré comme " laitron " jusqu'à l'âge de 3 mois. Est considéré comme " poulain ", le cheval âgé de 4 mois à 36 mois.

Un poulain qui a eu froid (la neige sur le dos) aura tendance à donner une viande foncée et résistante. Un cheval âgé fournit une viande plus tendre qu'un animal âgé de 3 à 5 ans.

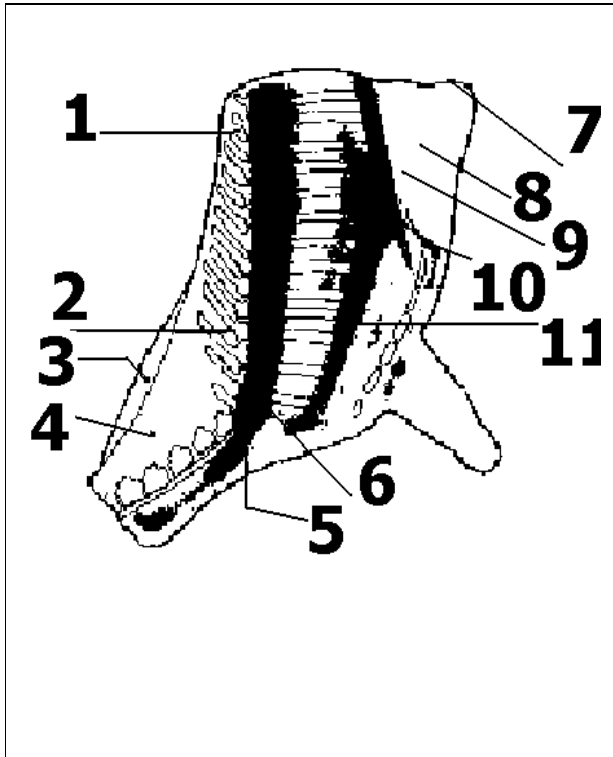
**Le hongre** (étalon castré par ablation des testicules)

**la jument** (femelle qui peut servir à la reproduction) donneront tous deux une viande sensiblement de même catégorie avec cependant une certaine préférence pour la viande de jument.

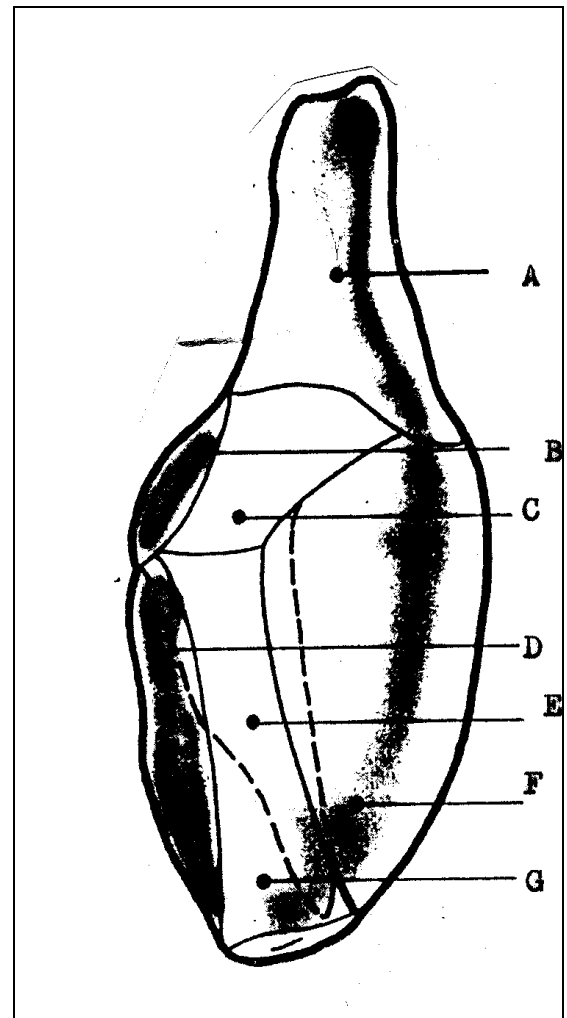
**L'étalon** (mâle qui peut servir à la reproduction) donne une viande plus sèche et avec moins de saveur, il n'est d'ailleurs pas recherché pour la consommation.

### 21.6.3. LA DECOUPE DU CHEVAL :

#### 21.6.3.1. QUARTIER AVANT DU CHEVAL :



FACE INTERNE DU QUARTIER AVANT



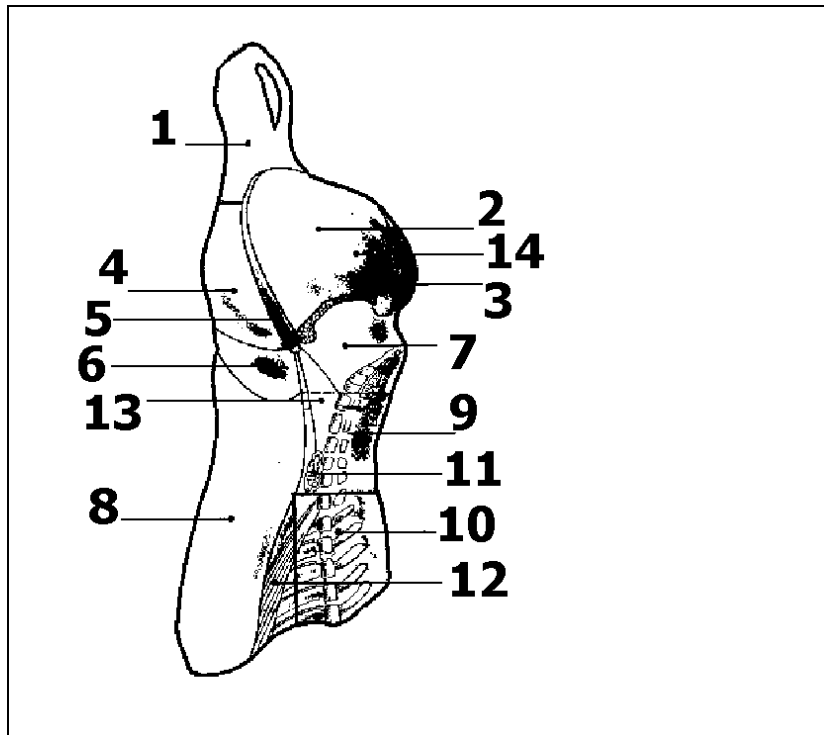
FACE EXTERNE DE L'EPAULE

1. Entrecôte
2. Avant cœur
3. Crinière
4. Collier
5. Saignée
6. Filet mignon
7. Flanchet
8. Panne
9. Fausse bavette
10. Diaphragme
11. Rame de bouilli ou raccourci des côtes

- A. Jarret
- B. Nerveux
- C. Côté nerveux
- D. Faux filet
- E. Pelé de l'omoplate
- F. Balle
- G. Petit nerf



**21.6.3.2. QUARTIER ARRIERE DU CHEVAL :**



- 1. Jarret
- 2. Grosse cuisse
- 3. Plate cuisse
- 4. Grosse tête
- 5. Maquereau
- 6. Aiguillette
- 7. Petite tête
- 8. Flanchet
- 9. Contre filet
- 10. Entrecôte
- 11. Rognon
- 12. Diaphragme

Tout comme le quartier avant, la découpe du quartier arrière de cheval se pratique de la même façon que le bœuf.

**21.6.4. UTILISATIONS CULINAIRES DES DIFFÉRENTS MORCEAUX DE CHEVAL :**

**21.6.4.1. QUARTIER AVANT :**

DÉNOMINATION	UTILISATIONS
A. Jarret avant	Filet américain
B. Nerveux	Filet américain
C. Côté nerveux	Carbonnades
D. Faux filet	Filet américain
E. Pelé de l'omoplate	Beefsteak pelé
F. Balle	Beefsteak
G. Petit nerf	Beefsteak pelé
1. Entrecôte avant.	Beefsteak
2. Avant-cœur.	Beefsteak
<u>4. Collier.</u>	Filet américain
7. Filet mignon.	Beefsteak pelé
9. Fausse bavette.	Beefsteak pelé
10. Diaphragme.	Beefsteak pelé
11. Rame de bouilli.	Filet américain

**21.6.4.2. QUARTIER ARRIÈRE DE CHEVAL :**

<b>DÉNOMINATION</b>	<b>UTILISATION</b>
1. Jarret arrière	Bouilli
2. Grosse cuisse	Rôtis, beefsteaks
3. Plate cuisse	Beefsteak
4. Grosse tête	Rôtis
5. Maquereau	Beefsteak pelé
6. Aiguillette	Beefsteak pelé
7. Aloyau (petite tête)	Rôtis
8. Flanchet	Filet américain, bouilli (plate côte du flanchet)
9. Contre filet	Beefsteak
10. Entrecôte (arrière)	Beefsteak
11. Rognon	A jeter (goût d'urine)
12. Diaphragme	Beefsteak pelé

## 21.7. CUISSON DES VIANDES ET DES VOLAILLES :

### 21.7.1. CUISSON PAR POCHAGE :

***Définition :*** Pocher, c'est cuire un aliment par immersion dans un liquide (eau, fonds, fumet, court-bouillon, lait , sirop).

Cette technique de cuisson s'applique à tous les aliments : seuls les liquides et la durée de cuisson varient en fonction des produits à pocher.

La température de mise en cuisson permet de distinguer deux types de pochage :

- **Départ dans un liquide froid.**
- **Départ dans un liquide bouillant.**

#### 21.7.1.1. CUISSON PAR POCHAGE DEPART DANS UN LIQUIDE FROID :

TYPE DE CUISSON → EXPANSION

##### 21.7.1.1.1. GENERALITES :

L'intérêt de cette technique est de provoquer un échange de saveur entre l'aliment à pocher et le liquide de cuisson tout en modifiant sa composition.

Par le phénomène d'osmose, les composés dissous vont de la solution la plus concentrée vers la solution la moins concentrée.

Le solvant, (liquide de cuisson) va de la solution la moins concentrée, vers la solution la plus concentrée.

Ce double mouvement se poursuit jusqu'à l'équilibre des deux concentrations.

Un liquide de cuisson concentré et riche en éléments dissous s'oppose à la sortie des substances sapides et aromatiques des aliments mis en cuisson.

Lors du pochage, il y a rapidement diffusion des substances solubles et sapides, des composés nutritifs hydrosolubles (vitamines, sels minéraux, certaines protéines, acides aminés, etc.) vers le liquide. Le liquide aromatique, salé ou sucré, a tendance à pénétrer à l'intérieur de l'aliment et à le parfumer.

Parallèlement à la cuisson de l'aliment, le liquide s'enrichit en substances aromatiques, en sels minéraux, vitamines, protéines solubles, acides aminés, etc. Il est donc intéressant de récupérer ce liquide pour accompagner la pièce, (poulet poché sauce suprême, blanquette de veau) soit tel quel (hoche pot).

Ces divers phénomènes ont une très grande importance en cuisine : ils modifient la structure de l'aliment, sa saveur et sa valeur nutritionnelle.

Il est souvent intéressant de blanchir les viandes et volailles avant pochage afin d'en éliminer les impuretés (protéines coagulées), l'écume et l'excédent de sel selon le cas ou d'écumer à fond lors de la montée du liquide en température.

Une volaille pochée est cuite lorsque la chair de l'articulation de la cuisse cède sous la pression des doigts.

Une viande blanche ou rouge pochée est cuite lorsqu'elle cède sous la pression des doigts ou vous ne rencontrez plus aucun effort lors de la mastication de celle-ci.

En analysant la technique de cuisson des viandes et volailles par pochage, on peut s'apercevoir qu'elle est identique à l'élaboration du fonds blanc de volaille et du fonds blanc de viande.

### **21.7.1.1.2. TECHNIQUE DE POCHAGE DES VIANDES ET VOLAILLES AU DEPART D'UN LIQUIDE FROID :**

Comme énoncé plus haut, il est souvent intéressant de blanchir les viandes et volaille avant la mise en cuisson avant le pochage, cependant il peut arriver qu'un manque de temps ne permette cette opération préliminaire, dans ce cas, il faudra écumer scrupuleusement le liquide de mouillement avant l'ajout du bouquet de marmite et du bouquet garni.

Il faut cependant distinguer 2 méthodes légèrement différentes de finalité de plat :

- A) La viande ou la volaille sera servie en sauce et le jus de cuisson servira à l'élaboration de celle-ci.
- B) La viande ou la volaille sera servie avec le jus de cuisson et sa garniture aromatique, comme par exemple le hoche-pot.

#### **Cuisson proprement dite :**

1. Placer viande ou volaille dans une marmite de grandeur appropriée, mouiller d'eau froide à hauteur et amener rapidement à ébullition.
2. Rafrâchir sous un courant d'eau froide ou si le temps vous est compté, écumer à fond.
3. Remettre les viandes rafraîchies dans une casserole propre, mouiller d'eau froide ou de fonds de même nature que la pièce en traitement.
4. Ramener à ébullition, écumer de nouveau si nécessaire et ajouter les légumes aromatiques, bouquet de marmite et bouquet garnis ou légumes d'accompagnement des viandes (dans ce cas, il seront ajoutés au fur et à mesure de leur temps de cuisson).
5. La cuisson devra être régulière et à découvert par frémissement.
6. Les viandes étant cuites, les décanter et les conserver à couvert avec quelques louches de jus de cuisson afin d'en empêcher le dessèchement.
7. Terminer ensuite suivant recette et appellation.

### **21.7.1.1.3. VIANDES ET VOLAILLES CUITES PAR POCHAGE AU DEPART D'UN LIQUIDE FROID :**

<b>ALIMENTS TRAITES</b>	<b>EXEMPLE</b>	<b>EXEMPLE RECETTES</b>
<b>VIANDES BOUCHERIES</b>	Bœuf	Pot au feu, fonds blanc, bouilli.
	Veau	Blanquette, fonds blanc de veau.
	Mouton	Blanquette
	Porc	Jambon, produits divers de salaison.

<b>VOLAILLES</b>	Carcasse et abattis	Fonds de volaille.
	Poulet	Poché sauce suprême, Waterzooï.
	Poule	Vol au vent, fonds de volaille, velouté Agnès Sorel, potage purée de volailles.
	Poularde	Farcie en chaud-froid

#### 21.7.1.1.4. EXEMPLE D'UNE VOLAILLE POCHEE :

##### POULET POCHE SAUCE SUPREME

#### A) INGREDIENTS : 4 couverts

3 l fonds blanc de volaille  
 80gr roux blanc  
 300gr carottes  
 300gr céleri blanc  
 300gr oignons  
 300gr poireaux  
 Clou de girofle  
 20cl crème fraîche 40%  
 Laurier  
 Thym  
 10 gr persil  
 Poivre blanc moulu  
 Sel fin  
 1 poulet (1.4kg.)

#### B) TRAITEMENT :

- 1 . Flamber, trusser, ficeler le poulet, le blanchir et rafraîchir aussitôt.
- 2.Le remettre en cuisson avec un excellent fonds de volaille - amener ébullition et écumer à fond.
- 3.Ajouter un beau bouquet de marmite, cuire doucement à découvert. (+/- 20 à 35 minutes suivant grosseur).
- 4.Sitôt cuit, (tester) le retirer et le tenir au chaud dans une cocotte avec une louche de fonds de volaille.
- 5.Bien dégraisser le fonds.
- 6.Faire un velouté, avec 1 litre de fonds de volaille dégraissé, lier, avec 80 gr de roux blanc. Faire dépouiller 1/2 heure (durant ce temps, débrider et enlever la peau du poulet).
- 7.Passer la sauce au chinois mousseline et relâcher avec 2 dl de crème.
- 8.Rectifier assaisonnement et consistance, tenir au chaud au bain-marie à couvert. Cette sauce doit être onctueuse, fine et blanche.

9.A l'envoi, s'assurer que le poulet est bien chaud.

10.Dresser sur plat, napper soigneusement de sauce + saucière à part.

**21.7.1.1.5. EXEMPLE D'UNE VIANDE ROUGE POCHEE :**

**HOCHE POT OU POT AU FEU :**

**A) INGREDIENTS :** 4 couverts

- 120 gr carottes (découper en gros bâtonnets)
- 120 gr céleri blanc (découper en gros bâtonnets)
- 50 gr choux Bruxelles (les blanchir préalablement).
- 120 gr navet (découper en gros bâtonnets).
- 120 gr oignons( émincés finement)
- 120 gr poireaux (découper en gros bâtonnets).
- 1400 gr jarret bœuf avec os

**B) TRAITEMENT :**

1. Blanchir la viande, la rafraîchir ou point 2 directement.
  2. Mettre les morceaux de viande dans une casserole et mouiller d'eau froide (environ 10 cm en plus que la viande) - saler.
  3. Amener rapidement à ,ébullition à découvert - écumer soigneusement à la louche - régler la source de chaleur afin d'obtenir une cuisson lente et régulière (ne pas couvrir) – vérifier l'assaisonnement en sel.
  4. Après environ 1 heure de cuisson (tester la viande), ajouter les légumes.  
en 1 : carottes, céleris et oignons.  
en 2 après 20 minutes : poireaux, navets et choux de bruxelles.
  5. Achever la cuisson jusqu'au moment où la viande cède sous la pression des doigts.
  6. Servir très chaud en bol, parsemer de persil haché,, pommes nature à part.
- N.B.: Cette cuisson demande une cuisson très longue, mettre au feu le plus tôt possible.

**TEMPS DE CUISSON APPROXIMATIF DES VIANDES ET VOLAILLES POCHEES**

Poulet de +/- 1.4 Kg	20 à 25 minutes
Blanquette de veau	1 heure 30 environ suivant grosseur
Bouilli de bœuf	1 heure 30 à 2 heures suivant morceaux

## **21.7.1.2. CUISSON PAR POCHAGE DANS UN LIQUIDE BOUILLANT :**

TYPE DE CUISSON → CONCENTRATION

### **21.7.1.2.1. GENERALITES :**

La cuisson prolongée des viandes dans un liquide bouillant entraîne le ramollissement des fibres musculaires (hydrolyse progressive) et laisse échapper les substances solubles et aromatiques. Le phénomène de concentration ne s'applique donc qu'aux cuissons de courte durée.

L'intérêt de cette technique réside dans le fait qu'une brusque immersion dans un liquide en ébullition provoque la coagulation immédiate des protéines superficielles. Il en résulte une plus grande difficulté de passage des substances solubles et aromatiques vers le liquide de cuisson.

Pocher une viande ou une volaille dans un liquide bouillant permet ainsi d'obtenir une viande plus sapidie et un liquide de cuisson moins savoureux.

L'utilisation d'un fonds corsé au départ et riche en éléments dissous limite avantageusement la sortie des substances hydrosolubles de la viande ou volaille en traitement.

Ce mode de cuisson n'est que très peu utilisé pour les viandes et volailles, car le laps de temps de cuisson très court, autorisé pour préserver l'intérêt de cette technique ne permet que d'utiliser des produits se consommant soit bleu ou saignant. Seuls le bœuf à la ficelle et le magret de canard en pot au feu sont concernés par cette technique.

### **21.7.1.2.2. : VIANDES ET VOLAILLES CUITES PAR CETTE TECHNIQUE :**

#### **Viandes de boucherie :**

- Bœuf : Filet de bœuf à la ficelle.
- Agneau : Gigot à l'anglaise.

#### **Volailles :**

- Magret de canard en pot au feu.

### **21.7.1.2.3. EXEMPLE D'UNE VIANDE ROUGE POCHEE AU DEPART D'UN LIQUIDE BOUILLANT :**

#### **FILET DE BŒUF A LA FICELLE :**

**A) INGREDIENTS :** 8 couverts.

1,5 L consomme double.

600 gr carottes.

200 gr haricots verts extra-fins.

500 gr navet.

10 gr persil.

500 gr poireaux.

1800 gr filet pur entier.

**B) TRAITEMENT :**

1. Parer le filet de bœuf et y tailler 8 tournedos. Les maintenir avec un croisillon de ficelle et la laisser dépasser d'une dizaine de cm.
2. Eplucher et laver les carottes, les navets, les poireaux et les haricots verts. Tailler les légumes de l'épaisseur des haricots verts et les cuire séparément à l'anglaise.
3. Ajouter les légumes dans 1,5 litre de consommé de bœuf clarifié et corsé, laisser bouillir 5 minutes.
4. Pocher les tournedos de 5 à 10 minutes suivant à point de cuisson désiré.
5. Disposer les tournedos dans des assiettes creuses en laissant dépasser la ficelle sur le bord.
6. Napper à mi-hauteur de consommé, et de légumes. Disposer une belle lamelle de moelle sur chaque tournedos. Accompagner de pommes nature.

**21.7.2. CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES A LA VAPEUR :****TYPE DE CUISSON → CONCENTRATION****21.7.2.1. GENERALITES :**

Cuire à la vapeur, c'est placer un aliment en présence d'eau chaude dont la chaleur permet de réaliser la cuisson de cet aliment.

Cette technique de cuisson s'applique à tous les aliments traditionnellement pochés ou cuits à l'anglaise.

Cette technique permet de cuire un aliment plus vite que s'il est poché et limite les transvasements.

Le phénomène d'osmose n'existe presque pas, car les aliments ne sont pas en contact avec une importante quantité d'eau liquide, donc les substances hydrosolubles sont mieux retenues, l'aliment étant plus sapide. On préserve donc de la sorte les qualités organoleptiques et nutritionnelles des aliments.

Dans ce domaine, la cuisson à la vapeur présente de nombreux avantages, elle évite l'utilisation de corps gras et maintient la saveur originelle des mets.

Pour les viandes et volaille, cette technique ne présente cependant que peu d'avantages, si ce n'est le blanchiment des viandes avant cuisson sous-vide. De plus, elle présente l'inconvénient de ne pas chauffer suffisamment les graisses de composition pour les faire fondre. Il faut donc choisir des viandes ou volailles dont la teneur en lipides est limitée et ne pas servir en accompagnement des sauces riches.

**21.7.2.2. : VIANDES ET VOLAILLES CUITES PAR CETTE TECHNIQUE :**

**Toutes les viandes et volailles pouvant être pochées.**

**21.7.2.3. EXEMPLE D'UNE VOLAILLE CUITE A LA VAPEUR :****JAMBONNETTE DE POULET A LA VAPEUR DE SAUGE :**



**A) INGREDIENTS :** 4 couverts

- 4 cuisses de poulet.
- 40 gr. d'échalotes hachées.
- 1 cuillère à café de sauge séchée.
- 4 champignons de Paris.
- 20 gr. de cerfeuil haché.
- 2 dl de crème.
- 50 gr. de beurre.

**B) TRAITEMENT :**

1. Désosser les cuisses en gardant l'os du pilon pour faire un manchon en leur donnant la forme d'une jambonnette.
2. Confectionner une caissette avec du papier aluminium, y placer une noisette de beurre, échalotes hachées, sauge hachée, champignons émincés, cerfeuil et jambonnette. Saler et poivrer.
3. Mettre du fonds de volaille parfumé à la sauge dans un cuit vapeur et placer la caissette dans le panier perforé.
4. Amener le fonds de volaille à ébullition, placer le panier perforé sur le cuit vapeur et mettre le couvercle.
5. Laisser cuire +/- 45 minutes (tester, voir cuisson des volailles pochées).
6. La cuisson terminée, décanter les jambonnette sur un plat de service, réserver.
7. Récupérer le jus de cuisson se trouvant dans la caissette dans une sauteuse, le faire réduire, crémer réduire à nouveau, vérifier l'assaisonnement, monter au beurre et napper les jambonnettes.

**21.7.3. CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES SOUS-VIDE :**

Comme pour la cuisson des poissons, cette technique de cuisson est fort complexe et ne sera pas développée ici.

Pour de plus amples renseignements, voir le manuel de l'école qui traite spécialement de ce mode de cuisson..

**21.7.4. CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES RÔTIES :**

TYPE DE CUISSON → CONCENTRATION

**21.7.4.1. GENERALITES :**

C'est à partir de cette cuisson, que nous allons faire la distinction entre la cuisson d'une viande blanche et d'une viande rouge.

Pour rappel :

<b>VIANDES BLANCHES</b>	<b>VIANDES ROUGES</b>
Les volailles	Le bœuf
Le porc	Le mouton
Le veau	Le cheval

Rôtir, c'est soumettre un aliment à l'action de la chaleur sèche produite par un four ou une rôtissoire.

Cette technique de cuisson s'applique plus particulièrement à des grosses pièces de viande, de volaille ou de gibier, provenant d'animaux jeunes et tendres, ou pour des morceaux d'excellente qualité de première catégorie.

L'intérêt de cette technique de cuisson est qu'elle provoque une coagulation superficielle des protéines dans le cas d'une viande blanche et complète dans le cas d'une viande rouge.

#### **21.7.4.2. LES VIANDES ET VOLAILLES CUITES PAR CETTE TECHNIQUE :**

##### **Viandes de boucherie :**

- **Bœuf : viande de 1<sup>ère</sup> catégorie : contre-filet, filet, rumpsteak.**
- **Veau : noix, sous-noix, longe, carré. (1<sup>ère</sup> catégorie)**
- **Porc : rôti dans le jambon, carré filet. (1<sup>ère</sup> catégorie).**
- **Agneau : gigot, selle, carré, épaule).**

#### **21.7.4.3. TECHNIQUE DE CUISSON DES VIANDES ET DES VOLAILLES RÔTIES :**

La cuisson d'une viande ou d'une volaille rôtie au four s'est effectuée normalement si l'on trouve dans le fond de l'ustensile de cuisson les sucs de viande légèrement caramélisés. Ils sont non seulement les témoins d'une cuisson bien conduite mais encore les éléments indispensables pour réaliser le jus accompagnant le rôti.

#### **DEUX GRANDS PRINCIPES POUR ATTEINDRE CE BUT :**

1. Le choix judicieux de l'ustensile.
2. Conduire la cuisson correctement.

##### **LE CHOIX JUDICIEUX DE L'USTENSILE :**

Le choisir de préférence à fond épais, mais **SURTOUT** de **GRANDEUR APPROPRIÉE** à la pièce de viande.

**A.** Si l'ustensile est trop grand par rapport à la pièce à rôtir, le beurre brûle au bout d'un moment aux endroits non couverts.

**B.** Dans l'ustensile trop petit, le rôti occupe entièrement le fond de l'ustensile, ou s'il y en a plusieurs, ils sont serrés les uns contre les autres. L'eau d'exsudation qu'il(s) libère(nt) ne se vaporise pas et se mélange au beurre.

##### **CONDUIRE LA CUISSON CORRECTEMENT :**

##### ***Même avec un ustensile correct :***

- A.** Si la source de chaleur est trop vive, le beurre peut encore brûler.

**B.** Si la source de chaleur est trop douce, l'eau d'exsudation ne s'évapore pas et se mélange au beurre.

La source de chaleur doit être réglée ou corrigée en cours de cuisson pour que le beurre "travaille" correctement. ON "**ECOUTE CUIRE**" un rôti.

En résumé dans les 2 cas "A" le beurre brûle

Dans les cas "B" l'eau d'exsudation se mélange au beurre.

### INCIDENCES SUR LA SAUCE ET LA VIANDE

Sauce:

**cas "A"** - beurre brûlé => pas de caramélisation des sucs de viande ou bien ils sont brûlés donc pas de sauce possible

**cas "B"**- l'eau se mélange au beurre =>les sucs de viande ne se fixent pas, ils se mélangent à l'eau d'exsudation - donc pas de sauce possible.

Viande:

**cas "A"** - formation d'une croûte sèche constituant un obstacle au passage de la chaleur - amertume - mauvaise cuisson.

**Cas "B"** - la viande bout, les fibres durcissent.

**Remarque:** On peut avantageusement employer un ustensile trop grand par rapport à la pièce à cuire; on comble ces espaces avec des parures, nerfs, peaux, petits os. Ceux-ci empêcheront non seulement le beurre de brûler, mais surtout procureront une plus grande quantité de jus en améliorant la qualité.

#### 21.7.4.3.1. CUISSON DES VIANDES ROUGES RÔTIES :

Cuisson proprement dite :

1. Assaisonner le rôti de poivre et les colorer légèrement sur toutes les faces, ainsi que les parures. De cette façon, les sucs et le sang se trouvent emprisonnés à l'intérieur; les rôtis de viandes rouges se servent de saignants à rosés, ils ne sont donc pas cuits jusqu'au cœur.
2. Enfourner dans un four de 250° à 300°. Saler à ce moment.
3. Arroser le rôti fréquemment et le retourner à mi-cuisson. **NE JAMAIS LE PIQUER AVEC UNE FOURCHETTE.**
4. A 3/4 cuisson, ajouter une mirepoix d'oignons et de carottes - bouquet garni (ils sont destinés à aromatiser le jus).
5. Le temps de cuisson est fonction non seulement du poids, mais aussi de la forme (épaisseur) de la pièce de viande, il est donc impossible de définir exactement le temps de cuisson. Cette évaluation est souvent empirique, car il faut tenir compte de la nature de la pièce à cuire, de sa couleur, conformation, épaisseur, poids du morceau et du résultat souhaité (bleu, saignant, à point, bien cuit). C'est donc à la consistance, au toucher, avec l'expérience et un sens

- développé de l'observation (odeurs, couleurs, bruits) que le rôti seur déterminera la cuisson désirée.
6. Au terme de la cuisson, retirer le rôti, les légumes peuvent, du moins s'ils ne sont pas brûlés, rester dans l'ustensile.
  7. Déglacer avec le fonds ou jus de veau brun.
  8. Faire frémir doucement sur le fourneau pendant 1/4 d'heure.  
Passer au chinois.

Remarque: Le rôti à tout à gagner en étant cuit à l'avance; le jus continuera à se diffuser dans ses fibres et uniformisera la couleur de la pièce; le laisser reposer 1/2 heure avant de le trancher. Cette attente favorise la détente des fibres musculaires. Le placer sur grille de manière à l'isoler de la plaque à débarrasser afin que la graisse et le jus s'écoulant du rôti ne ramollissent la surface de la pièce, le recouvrir d'un papier aluminium  
La graisse à beaucoup de saveur, il faut lui laisser communiquer son goût à la sauce, si celle-ci est trop grasse, il suffit de l'éliminer par la suite.  
Si la sauce se dissocie, ajouter un filet d'eau et faire bouillir quelques instants, il n'y paraîtra plus.

#### **21.7.4.3.2. CUISSON DES VIANDES BLANCHES RÔTIES :**

Cuisson proprement dite :

1. Une coloration préalable ne s'impose pas
2. Les pièces sont assaisonnées et directement enfournées dans un four chaud (225 ° C .) avec les parures.
3. Diminuer la température à 200 °C. après un moment.
4. Ces pièces sont cuites jusqu'au cœur, ce qui nécessite un temps de cuisson plus long. La coloration s'effectue parallèlement avec la cuisson. (on dit que la cuisson marche de pair avec la coloration, autrement dit, lorsque le rôti est coloré, il doit être cuit).
5. Un excès de cuisson dessèche les viandes. Elles doivent être bien cuites tout en restant moelleuses et juteuses.
6. Arroser le rôti fréquemment et le retourner à mi-cuisson. **NE JAMAIS LE PIQUER AVEC UNE FOURCHETTE.**
7. A 3/4 cuisson, ajouter une mirepoix d'oignons et de carottes - bouquet garni (ils sont destinés à aromatiser le jus).
8. Le temps de cuisson est fonction non seulement du poids, mais aussi de la forme (épaisseur) de la pièce de viande, il est donc impossible de définir exactement le temps de cuisson, seule l'expérience le permet.
9. Au terme de la cuisson, retirer le rôti, les légumes peuvent, du moins s'ils ne sont pas brûlés, rester dans l'ustensile.
10. Déglacer avec le fonds ou jus de veau brun.
11. Faire frémir doucement sur le fourneau pendant 1/4 d'heure.
12. Passer au chinois.

### **Remarques sur l'à point de cuisson des viandes rouges et blanches :**

Comme dit plus haut, seule l'expérience du « toucher » peut vous indiquer l'à point de cuisson d'une viande et cette évaluation est souvent empirique.

Une viande crue, si vous appuyer dessus fortement avec le doigt, montre lorsque vous retirer celui-ci l'empreinte où vous l'avez appliqué. Lors de la cuisson, appuyer votre doigt de la même manière (par exemple avant de l'arroser) vous allez constater que plus la cuisson avance, plus la viande rebondi et moins l'empreinte de votre doigt reste marquée. On peut donc dire que plus une viande à tendance à rebondir, plus la cuisson de la pièce en traitement est avancée.

Pour les rôtis de viande blanche, le four étant à chaleur chaude mais modérée, la couleur de la viande est un facteur souvent déterminant lors de l'appréciation du point de cuisson.

### **21.7.4.3.3. CUISSON DE LA VOLAILLE RÔTIE :**

#### **EXEMPLE : LE POULET RÔTI :**

- 1-Etirer, flamber et éliminer le reste des duvets.
- 2-Trousser et brider la volaille.
- 3-Trier les abattis et réserver les foies pour une utilisation ultérieure.
- 4-Saler, poivrer intérieurement et extérieurement le poulet.
- 5-Disposer le poulet sur le côté sur une plaque à rôtir de grandeur appropriée.
- 6-Placer tout autour les abattis concassés.
- 7-Arroser le poulet de beurre fondu.
- 8-Le rôtir au four à 200°C. pendant 40 à 45 minutes (15 minutes sur chaque cuisse et 15 minutes sur le dos). Pour retourner un poulet, on pique la fourchette entre cuisse et suprême au niveau des côtes du poulet. Terminer en l'arrosant souvent.
- 9-Eplucher carottes et oignons et les tailler en fine mirepoix.
- 10-Laver, trier et équeuter le cresson, le réserver dans l'eau glacée jusqu'au moment du service.
- 11-Sortir le poulet du four et s'assurer de sa cuisson (le jus qui s'écoule de l'intérieur doit être limpide et transparent).
- 12-Réserver le poulet sur une plaque et l'envelopper dans le papier aluminium.
- 13-Mettre la garniture aromatique dans la plaque de cuisson et faire pincer les sucs si nécessaire.
- 14-Dégraissier et déglacer avec de l'eau (ou du fond brun de volaille non lié). Ajouter un fragment de feuille de laurier et un brindille de thym. Laisser réduire, vérifier l'assaisonnement.
- 15-Verser un peu de sauce en fond de plat, dresser le poulet sur le dos, disposer un bouquet de cresson bien égoutté à l'arrière du poulet et dresser le reste de jus en saucière.

**Remarque :** Certains professionnels préconisent de blanchir rapidement la volaille, de la rafraîchir et de l'égoutter à fond. La mettre enfin au four comme décrit ci-dessus.

#### **21.7.4.4. DRESSAGE DES VIANDES ET VOLAILLES RÔTIES :**

Viandes rouges : Poser le rôti au centre du plat très chaud, napper du jus de déglçage, cresson en garniture. (Eventuellement, l'entourer des éléments justifiant son appellation { Dubarry par ex. }).

Viandes blanches et volailles : Idem rôti de viande rouge, SAUF que la viande blanche dressée sur assiette ne se sauce pas. Dans le cas du dressage d'un rôti de porc ou veau sur assiette, mettre tout d'abord la sauce sur celle-ci et la tranche sur la sauce.

Plutôt que de napper les pièces de leur jus de rôti, on peut également disposer celles-ci sur plat préalablement nappé de sauce et lustrer le rôti au pinceau avec beurre clarifié.

Placer le plat durant quelques secondes à l'entrée d'un four chaud avant le dressage.

L'entame des rôtis peut être enlevée.

#### **21.7.5.CUISSONS DES VIANDES ET VOLAILLES POÊLEES :** **(APPELES AUSSI RÔTIS SPECIAUX)**

TYPE DE CUISSON → CONCENTRATION

##### **21.7.5.1. GENERALITES :**

Poêler, c'est soumettre un aliment à l'action de la chaleur produite par un four en plaçant cet aliment dans un récipient creux, hermétiquement fermé, et en le posant sur une garniture aromatique.

Cette technique de cuisson s'applique principalement aux grosses pièces de viande blanche ou de volaille qui risqueraient de dessécher si elles étaient rôties. Hormis le gigot et l'épaule farcies de mouton, elle ne s'applique pas aux viandes rouges.

Cette cuisson est presque identique à la cuisson des viandes rôties et des « rôtis casseroles » chers aux ménagères. Il s'agit en fait du véritable rôti casserole ou en cocotte.

Anciennement ; les poêlés étaient classés dans les rôtis spéciaux et étaient réalisés en cocotte ou en casserole en terre cuite.

L'intérêt de cette technique est de limiter le dessèchement de l'aliment en évitant de l'exposer directement à la chaleur. Le récipient couvert permet de maintenir un certain degré d'humidité provenant de l'eau de végétation de la garniture aromatique.

##### **21.7.5.2. : LES VIANDES ET VOLAILLES CUITES PAR CETTE TECHNIQUE :**

###### **Viandes de boucherie :**

- **Veau : noix, sous-noix, longe, carré, selle farcie, rognonnade, filet, carré, épaule et poitrine farcie.**
- **Mouton : gigot et épaule farcis.**

**Volailles :**

- **Poularde, chapons, dinde, canard, pintades, rôti de dinde ou dindonneau.**

**21.7.5.3. TECHNIQUES DE CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES**  
**POÊLEES :**

**Cuisson proprement dite :**

1. Parer, dégraisser, dénervé, piquer, barder ou ficeler les pièces à poêler selon leur nature.
2. Choisir un ustensile bien adapté à la pièces à traiter, s'il est trop grand, les sucs et la garniture aromatique brûlent et la réalisation du fonds de poêlage devient impossible.
3. Foncer le récipient de Matignon crue, déposer la pièce assaisonnée et arroser de beurre fondu.
4. Couvrir et placer le récipient dans un four chaud (200°C.)
5. Arroser fréquemment.
6. Retirer le couvercle en fin de cuisson pour favoriser la coloration de la pièce (le jus sortant de la pièce doit être parfaitement clair).
7. Débarrasser la pièce sur une plaque comportant une grille ou une assiette retournée.
8. Clocher ou recouvrir de papier aluminium et réserver au chaud.

**Réalisation du fonds de poêlage :**

1. Faire pincer les sucs si nécessaire.
2. Déglacer (Madère, Porto, Cognac, vin blanc), selon le cas, faire réduire.
3. Mouiller avec fonds brun de veau, volaille (selon la pièce en traitement). Le fonds employé doit être corsé, gélatineux et légèrement lié.
4. Réduire doucement.
5. Passer le fonds de poêlage au chinois mousseline sans fouler.
6. Dégraisser soigneusement, rectifier l'assaisonnement, réserver au chaud au bain-marie.

**A l'envoi :**

Disposer la pièce sur un plat à l'entrée d'un four très chaud ou sous la salamandre et arroser sans arrêt avec le fonds de poêlage de façon à glacer la pièce.

**Remarques :** Cette technique de cuisson traditionnelle comporte souvent quelques variantes :

- la pièce peut être rissolée avant la mise en cuisson.

- La garniture peut être ajoutée en cours de cuisson.
- La coloration peut être évitée lorsque le fonds de poêlage comporte de la crème.
- Le fonds de poêlage peut être dégraissé avant le déglçage, cependant si cette technique est plus pratique et rapide, elle prive le fonds de poêlage des saveurs et des arômes liposolubles fixés par le beurre au cours de la cuisson.

### **21.7.6. CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES SAUTEES :**

TYPE DE CUISSON → CONCENTRATION

#### **21.7.6.1. GENERALITES :**

Sauter, c'est cuire un aliment à feu vif, généralement à découvert dans une petite quantité de corps gras.

L'intérêt de cette technique est la formation d'une croûte superficielle obtenue par la coagulation superficielle des protéines, ce qui maintient à l'intérieur de la pièce traitée un maximum de substances sapides et nutritives (sucs).

#### **21.7.6.2. LES VIANDES ET VOLAILLES CUITES PAR CETTE TECHNIQUE :**

##### **Viandes de boucherie :**

- **Bœuf : 1<sup>ère</sup> catégorie (tournedos, rumpsteak, entrecôte, pavé, steak)**
- **Veau : 1<sup>ère</sup> catégorie (côtes, médaillons de filet, escalopes, grenadins)**
- **Agneau : 1<sup>ère</sup> catégorie (côtes, noisettes, épigramme).**
- **Porc : 1<sup>ère</sup> catégorie (côtes, filet mignon, escalopes).**

##### **Volailles :**

- **Poulet : « quart », suprêmes, cuisses, escalopes.**
- **Dindonneau : escalopes, filets, steak, steak haché ou formé.**
- **Canard : filets, cuisses, magret, poitrine « façon tournedos »**

#### **21.7.6.3. TECHNIQUE DE CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES SAUTEES :**

Les viandes sont donc cuites avec le seul concours d'un corps gras ; beurre, huile ou moitié huile et moitié beurre (le mélange beurre clarifié – huile donne le meilleur résultat).

Utiliser un ustensile de préférence à fond épais.

Quelle qu'elle soit la viande ou la volaille, elle doit être déposée dans le beurre bien chaud (noisette) afin de former une couche légèrement rissolée capable de s'opposer à la sortie des sucs.

Tout comme pour la cuisson des viandes et volailles rôties, les choix de l'ustensile et de la température de cuisson sont essentiels pour effectuer un travail correct : Si on utilise un ustensile trop petit, les viandes sont serrées et ont tendance à



bouillir, si celui-ci est trop grand, les viandes ou volailles ne couvrant pas toute la surface de l'ustensile, le beurre brûle.

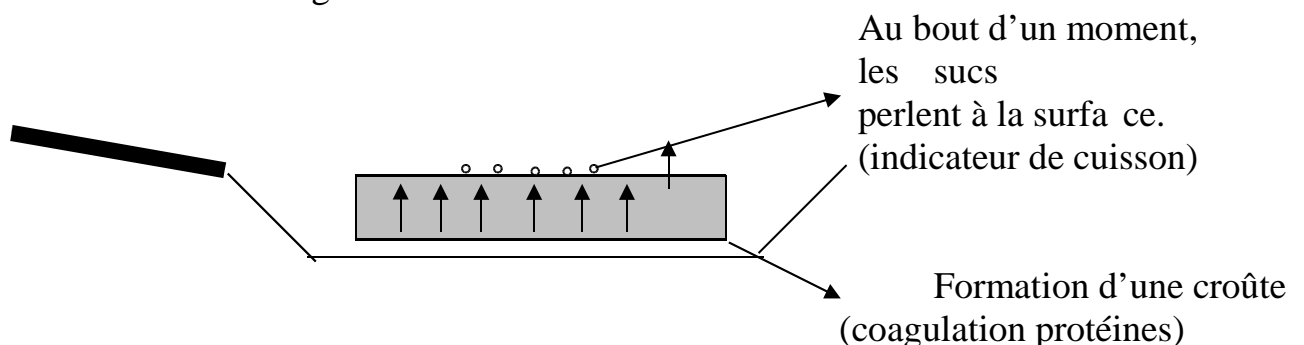
Le but est d'obtenir en fin de cuisson, au fond de l'ustensile, une caramélisation des sucs de viande non brûlés, donc comme pour la cuisson par rôtissage :

Feu trop vif	➔	beurre brûlé
Feu trop doux	➔	le jus de viande s'échappe, se mélange au beurre et se met à bouillir.

Il ne sert à rien lorsque l'on cuit une pièce sautée de retourner plusieurs fois la pièce, car non seulement le suc intérieur de celle-ci va effectuer de constant aller retour, mais de plus la cuisson sera difficilement contrôlable.

Que se passe-t-il à l'intérieur d'une pièce mise en cuisson ?

Lors du dépôt de la pièce dans la graisse de cuisson, il se produit donc la coagulation des protéines en surface de la pièce ; à l'intérieur, les sucs, sous l'effet de la chaleur remontent à la surface de la pièce mise en cuisson. Lorsque ceux-ci perlent en surface (ils sont alors rosés) de l'aliment il faut retourner la pièce. Les sucs, de nouveau sous l'influence de la chaleur effectuent alors le chemin inverse dans les fibres sauf que cette fois, ils s'échauffent en traversant des fibres chaudes. La myoglobine contenue dans le sang donne la couleur rouge à celle-ci, et lorsque la myoglobine atteint une température de 58°C. elle grisonne. Traversant les fibres chaudes, les sucs deviennent donc clairs et le jus qui va perler en surface dans cette deuxième phase de cuisson va être clair également.

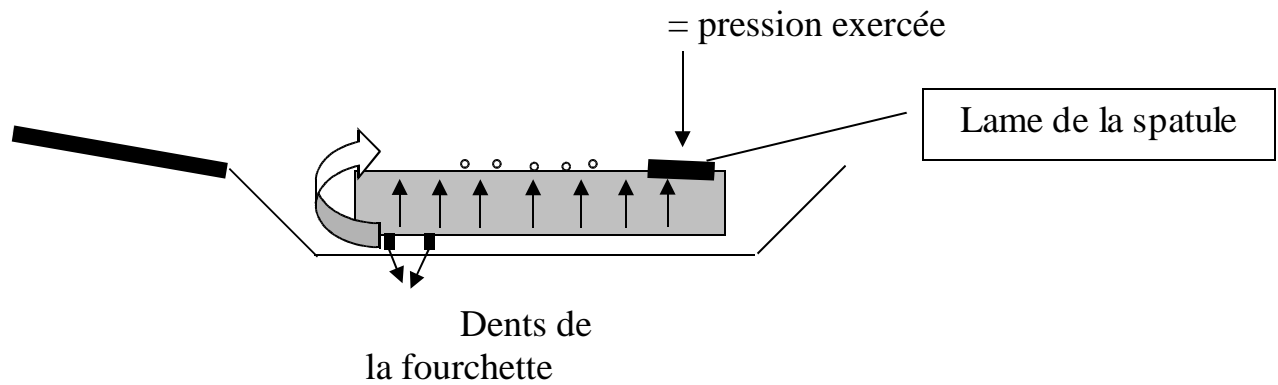


La première face que l'on va mettre dans la matière grasse est toujours la plus belle à la fin de la cuisson, lors de la présentation de la pièce au client c'est donc cette face que l'on va présenter.

Tout comme pour la cuisson des viandes rôties, il faut faire la distinction entre la cuisson des viandes rouges et des viandes blanches.

Lorsque l'on retourne la pièce à mi-cuisson, ne jamais la piquer avec la fourchette, mais la retourner à l'aide de la spatule et de la fourchette, celle-ci soulevant la pièce et la spatule faisant blocage.

Lors du déglacage, qui est absolument de rigueur pour tous les sautés, il est absolument nécessaire de retirer les morceaux de l'ustensile de cuisson. S'ils sont ensuite remis dans la sauce, ce ne peut être que pour quelques instants, c'est à dire juste le temps nécessaire pour les imprégner de la saveur de la sauce. Ce déglacage a pour but de verser dans l'ustensile de cuisson un liquide condimentaire que comporte la sauce d'accompagnement afin de dissoudre les sucs qui se sont caramélisés durant la cuisson.



### 21.7.6.3.1. CUISSON DES VIANDES ROUGES SAUTEES :

- Ne jamais assaisonner les viandes rouges avant de les cuire, les assaisonner plutôt en fin de cuisson.
- Déposer toujours les viandes dans la matière grasse chaude, on doit entendre la matière grasse grésiller.
- La cuisson doit s'effectuer rapidement en tenant toutefois compte de l'épaisseur de la pièce à cuire, plus celle-ci est mince, plus la cuisson sera rapide, et plus elle sera épaisse, plus elle sera lente. De même que pour les poissons, si la pièce est vraiment épaisse, rien n'interdit de terminer la cuisson au four.
- Retourner la pièce à mi cuisson et poursuivre jusqu'à l'à point de cuisson désiré.
- Retirer la viande de l'ustensile de cuisson avant de déglacer, faite de ceci une règle absolue.

L'à point de cuisson des viandes rouges sautées :

Tout comme pour la cuisson par rôtissage, l'expérience est indispensable.

Elle s'apprécie au toucher, une viande dite :

- « bleue » n'offre aucune résistance au toucher, elle reste flasque et molle, attention elle doit quand même être chaude à l'intérieur.
- « saignante » offre une certaine résistance au toucher, rebondit, répond sous la pression du doigt.
- « à point » résiste à la pression du doigt, l'intérieur est atteint, l'indice certains est l'apparition de petites gouttelettes de jus de viande rosé à la surface de l'enveloppe rissolée.
- « bien cuite » est résistante et ferme au toucher.

**Remarque :** Dans la classification des viandes rouges, on retrouve bien sûr les viandes de bœuf, cheval et mouton, mais également les suprêmes de certaines volailles à chair noire, telles magret de canard et suprême de pigeonneaux.

**21.7.6.3.2. CUISSON DES VIANDES BLANCHES ET VOLAILLES SAUTÉES :**

➤ Les viandes blanches et les volailles sèchent particulièrement vite à la cuisson, c'est pourquoi il est nécessaire de les protéger en les farinant préalablement à leur mise en cuisson.

➤ Certaines préparations exigent non seulement que les pièces soient farinées, mais également passée dans l'œuf battu (escalope jurassienne) voire carrément panées à l'anglaise (escalope viennoise).

➤ Avant de fariner les viandes et volailles, les assaisonner ; en effet si on assaisonne après le passage de la viande ou volaille dans la farine, on assaisonne celle-ci et non la viande ; de plus la caramélisation de l'amidon présent va empêcher le passage de l'assaisonnement vers la viande elle-même.

➤ Secouer les pièces farinées de façon à enlever l'excédent de farine.

➤ N'assaisonner et ne paner que juste avant la mise en cuisson car si vous effectuer cette opération à l'avance :

Sous l'action du sel, le jus de la viande va s'échapper, se mélanger à la farine et former des grumeaux qui en se caramélisant vont non seulement donner un aspect désagréable à la pièce ainsi traitée, mais ces petites boules de farine ne sont pas très appétissantes lors de la dégustation.

➤ Déposer les pièces dans le beurre bien chaud (noisette). Attention, pour les volailles mettre le côté peau en premier lieu dans le beurre, car c'est ce dernier qui sera présenté au client.

➤ La cuisson est ensuite poursuivie plus doucement, la coloration marchant de pair avec la cuisson puisque la viande blanche est servie bien cuite en évitant toutefois l'excès de cuisson.

➤ La viande est cuite lorsqu'elle est ferme au toucher, le jus perlant à la surface doit- être blanc et limpide.

➤ La cuisson d'une volaille sautée doit, lorsque le rissolage des morceaux est assuré, se finir à couvert sur le fourneau ou à découvert au four en arrosant les morceaux avec la graisse de cuisson tout comme un rôti. Elle sera alors moins sèche à la dégustation.

**21.7.6.4. DRESSAGE DES VIANDES ET VOLAILLES SAUTEES :**

Suivant leur forme, dresser les pièces sur une assiette individuelle ou sur plat rond ou long : les petites pièces rondes ( ¼ poulet, tournedos, noisettes) sont dressées sur plat rond et les pièces longues placées légèrement chevauchée et en diagonale sur plat long.

En cuisine traditionnelle, les pièces délicates (noisette, tournedos par exemple) sont généralement posées sur des croûtons de pain de mie, sautés ou frits au beurre clarifié, et légèrement lustrés à la glace de viande. Cette pratique devient cependant de plus en plus rare

Si l'appellation en comporte une, la petite garniture est incorporée à la sauce (champignons, morilles, juliennes diverses, etc.).

Le plat est placé à l'entrée du four durant quelques secondes et est nappé juste au moment de l'envoi.

**21.7.7. CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES GRILLEES :**

TYPE DE CUISSON → CONCENTRATION.

**21.7.7.1. GENERALITES :**

Griller, c'est soumettre un aliment à l'action directe de la chaleur rayonnante ou à la chaleur par contact, c'est dire par une salamandre ou un gril.

Cette technique de cuisson rapide (effectuée seulement à la commande) s'applique principalement aux petites pièces : viandes tendres d'excellente qualité de 1<sup>ère</sup> catégorie provenant d'animaux jeunes et volailles ou aux volailles découpées de façons particulières.

Cette technique permet de coaguler rapidement les protéines superficielles dans le but de préserver les sucs se trouvant à l'intérieur de la pièce. Cette caramélisation fait apparaître des composés ayant un goût fort apprécié. (goût de gril).

Différents modèles de grils peuvent être utilisés : à plaque lisse, à plaque nervurée, à plaques barreaudées. Si la technique du barbecue est très appréciée, elle reste néanmoins la plus dangereuse pour la santé si certaines précautions ne sont pas prises, (pas de flamme, charbon de bois épuré uniquement sur braises portées à incandescence) car il se forme rapidement des composés toxiques.

La température du gril doit être réglée avec précision : trop saisies, les grillades prennent un goût métallique de corne brûlée, on dit que la grillade est ferrée.

**21.7.7.2. LES VIANDES ET VOLAILLES CUITES PAR CETTE TECHNIQUE :****Viandes de boucherie :**

- **Bœuf : 1<sup>ère</sup> catégorie ( steak, entrecôte, contre-filet, pavés, tournedos, chateaubriands, côtes, etc.)**
- **Veau : 1<sup>ère</sup> catégorie (côtes, escalopes, noisettes, grenadins, etc.)**
- **Agneau : 1<sup>ère</sup> catégorie (rouelles de gigot, côtelettes, lampshops, muttonchops, noisettes, brochettes, etc.)**
- **Porc : côtes, grillades (brochettes).**

**Volailles :**

- **Coquelets, poulets (4/4) , pintadeaux, pigeonneaux, brochettes.**

**21.7.7.3. TECHNIQUE DE CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES GRILLEES :**

Il est impératif de nettoyer soigneusement le gril à l'aide d'une brosse métallique avant son utilisation.

Chauffer le gril en réglant l'intensité calorifique en fonction de la nature, de l'épaisseur et de la conformation des aliments à traiter.

Enduire les pièces à griller d'une fine couche d'huile ou les placer en marinade instantanée. La fine pellicule de graisse dont il sont enduits régularise la répartition de la chaleur et évite à l'aliment d'attacher sur le gril.

Disposer les pièces sur le gril et les faire pivoter d' $\frac{1}{4}$  de tour ( cette opération représente en fait  $\frac{1}{4}$  de la durée de cuisson, de la pièce).

Pour les grosses pièces, terminer la cuisson au four.

Une fois la cuisson terminée, débarrasser les grillades sur une plaque comportant une grille ou une assiette retournée.

#### **21.7.7.3.1. CUISSON DES VIANDES ROUGES GRILLEES :**

➤ Certaines préparations demandent à ce que les viandes soient préalablement marinées dans une marinade instantanée. (brochettes, côtes d'agneau). Ces mêmes pièces sont parfois saupoudrées d'herbes diverses (herbes de Provence).

➤ Tout comme pour les cuissons sautées, les viandes ne se piquent pas avec la fourchette, pour éviter ce fait , utiliser de préférence la spatule.

➤ Egalement, comme énoncé ci-dessus, ne saler qu'en fin de cuisson, car le sel a la propriété de faire sortir le sang et les sucs de la pièce en traitement.

➤ Les pièces de viandes rouges peu épaisses doivent être saisies sur un gril très chaud (steak, entrecôte minute, tournedos). Les pièces plus épaisses (chateaubriand, entrecôte 2 couverts, côte à l'os), si elles doivent être saisies au départ afin de favoriser le système de croûtage et empêcher la sortie des sucs, doivent ensuite être conduites avec une intensité calorique diminuée pour favoriser la pénétration de la chaleur dans la pièce.

➤ Les pièces épaisses sont réservées sur assiettes retournées ou sur une grille dans un endroit chaud 45 à 50°C. maximum durant quelques minutes afin de favoriser l'uniformisation de la couleur et la détente des fibres musculaires.

➤ Les « à points » de cuisson des viandes rouges sautées sont également de mise lors de la cuisson sur le gril et se vérifie suivant les mêmes méthodes.

#### **21.7.7.3.2. CUISSON DES VIANDES BLANCHES ET VOLAILLES GRILLEES :**

➤ Tout comme pour la cuisson sautées et pour les mêmes raisons, les viandes blanches et les volailles seront tout d'abord assaisonnées et farinées avant d'être légèrement huilées préalablement à la mise en cuisson sur le gril.

➤ La cuisson d'une viande blanche marchant de pair avec la coloration, la température du gril doit être réglée de façon à obtenir simultanément ce résultat. Si l'aliment est pané, la température du gril doit encore être plus modérée.

➤ Si les viandes blanches et les morceaux de volailles découpés (suprêmes) s'accoutument très bien de ce type de cuisson, il en va tout autrement des volailles entières, même si une découpe spécifique (crapaudine ou américaine) s'y applique. En effet l'épaisseur de la pièce ne permet pas une cuisson à cœur sans dommages pour les chairs extérieures de la pièce, c'est pourquoi, après avoir été assaisonné, fariné et légèrement huilé, le poulet sera simplement quadrillé sur les deux faces et sera ensuite mis au four (220°C) dans une plaque, une grille métallique le séparant du fond. A  $\frac{3}{4}$  cuisson, le poulet sera alors moutardé et chapeluré avant d'être repassé au four au moment de l'envoi pour non seulement colorer la chapelure enduite de beurre fondu mais également afin d'en terminer la cuisson.

#### **21.7.7.4. DRESSAGE DES VIANDES ET VOLAILLES GRILLEES :**

Les grillades sont dressées sur des plats chauds et beurrés, longs ou ronds (selon leur forme, ou sur assiette.

Dans le cas de grillade ayant un à point de cuisson différent, placer toujours la pièce la plus cuite à plat et en premier. Les autres sont ensuite disposées en se chevauchant par ordre de cuisson décroissant (bien cuit, à point, saignant, bleu) et ceci afin d'éviter tout risque de sur cuisson.

Lustrer la pièce au beurre clarifié.

Garder le plat à l'entrée du four afin d'éviter que les viandes ne refroidissent.

Au moment du départ, ajouter les éléments de finition ou de décor (bouquet de cresson, persil en branche, citrons historiés, etc.)

#### **21.7.8. CUISSONS DES VIANDES ET VOLAILLES EN FRITURE :**

TYPE DE CUISSON → CONCENTRATION.

##### **21.7.8.1. GENERALITES :**

Frيره, c'est cuire un aliment entièrement ou terminer sa cuisson par immersion dans un corps gras porté à haute température. Cette température varie en fonction de la nature et de la grosseur de l'aliment à traiter, et du résultat souhaité (cuisson avant coloration, cuisson et coloration, coloration et finition).

Il s'agit d'une technique de cuisson réalisée « à la commande » qui s'applique principalement à de petites pièces crues ou cuites, soigneusement éponnées ou séchées.

Hormis la fondue bourguignonne, la cuisson des viandes et volailles en friture n'est pas utilisée et est plutôt l'apanage des friteries et autres snacks, c'est pourquoi nous n'irons pas plus loin concernant ce type de cuisson pour ces aliments.

#### **21.7.9. CUISSONS DES VIANDES ET VOLAILLES BRAISEES :**

TYPE DE CUISSON → MIXTE

##### **21.7.9.1. GENERALITES :**

Braiser, c'est cuire à couvert, lentement et régulièrement dans un liquide lié et sur une garniture aromatique, des pièces entières préalablement rissolées.

Cette technique de cuisson s'applique principalement à de grosses pièces de viande fermes provenant d'animaux adultes et nécessitant une durée de cuisson longue.

Les braisés sont particulièrement difficile à réussir. Leur traitement exige des soins minutieux, de plus ils sont coûteux.

Selon la viande ou la volaille à traiter et le résultat escompté, apparaissent deux techniques de braisage.

- 1) Le braisage à brun : pour les viandes de boucherie, de volaille, de gibier ou certains abats ferme (la mise en marinade de la pièce est souvent nécessaire).

- 2) Le braisage à blanc : principalement pour les viandes blanches et les abats blancs.

Grâce au rissolage, une « croûte » superficielle va se former et sera plus ou moins colorée selon qu'il s'agisse d'un braisage à brun ou à blanc, et riche en substances sapides et aromatiques. Ensuite, lors du mouillement ces substances vont se solubiliser dans le fonds de braisage pour le parfumer et le colorer.

### **21.7.9.2. LES VIANDES ET VOLAILLES TRAITEES PAR CETTE TECHNIQUE :**

#### **Viandes de boucherie :**

- **Bœuf : aiguiette baronne, gîte à la noix, petit-nerf, basse côte, etc.**
- **Veau : épaule, épaule farcie, fricandeaux, grenadin, paupiette, longe, selle, tendrons, etc.**
- **Mouton : épaule farcie, gigot, etc.**
- **Porc : jambon, etc..**

#### **Volailles :**

- **Poulardes, chapons, dindes, canards.**

### **21.7.9.3. TECHNIQUE DE CUISSON DES VIANDES ROUGES BRAISEES :**

#### **Préparations préliminaires :**

- Parer, dégraisser, dénervé et désosser les pièces à braiser.
- Larder (dans le sens des fibres de la viande) ou piquer les petites pièces (grenadins, ris de veau) avec de petits bâtonnets de lard gras. Cette opération a pour but d'empêcher le dessèchement des viandes lors de la cuisson.
- Placer les grosses pièces de viande rouge ou de gibier en marinade en ayant pris la précaution de les assaisonner correctement de sel et poivre en les frottant fortement au préalable.
- Pour 1 kg de viande, 3 dl de vin rouge, 60 gr. d'oignons et 60 gr. de carottes, bouquet garni et une pointe d'ail.

#### **Cuisson proprement dite :**

- 1) Retirer les viandes de la marinade si besoin, bien les égoutter et les éponger.
- 2) Choisir un ustensile de dimension appropriée et bien faire rissoler les viandes sur toutes les faces – but → former une croûte autour de la viande qui empêchera les sucs de s'échapper (ce qui transformerai le braisé en bouilli). Cette coloration sera d'autant plus poussée que la viande est grasse.
- 3) Egoutter la viande, ajouter la garniture aromatique (légumes de marinade), faire suer, colorer et ensuite dégraisser à fond.
- 4) Déglacer l'ustensile avec la marinade si il y a lieu ou avec un fonds brun ou blanc corsé et gélatineux (de même nature que la pièce en traitement).
- 5) Placer viande et légumes dans une braisière de juste dimension et mouiller avec le déglçage et réduire rapidement au 2/3 (état sirupeux).

- 6) Mouiller à hauteur avec jus de veau, ajouter éventuellement les morceaux de pieds de veau et de couennes de porc blanchis, amener à ébullition couvrir et cuire au four par une ébullition lente et continue.

**A ce stade, commence la première phase de cuisson → LA CONCENTRATION.**

Sous l'influence de la chaleur du liquide qui baigne la viande, les fibres de celle-ci se contractent et forcent les sucs à progresser vers le centre de la pièce de viande. Au moment où, étant piquée profondément avec une fine aiguille à brider, il ne s'échappe plus de sang par la piqûre, la première phase de cuisson est terminée.

Si on désire une sauce comme accompagnement de la pièce, le fonds de braisage est réduit à ce moment de moitié ; on le ramène à sa quantité primitive par l'addition de 2/3 de demi-glace et 1/3 en purée de tomate ou tomates fraîches.

**2<sup>ème</sup> Phase de cuisson → L'EXPANSION**

On replace donc l'ustensile dans le four afin d'achever la cuisson

La dissociation des fibres musculaires commence au centre de la pièce de viande dès que la température y atteint une intensité suffisante pour vaporiser les sucs qui s'y trouvent rassemblés ; la tension de la vapeur dégagée par les sucs augmente d'autant plus qu'elle ne trouve pas d'issue pour s'échapper. Elle exerce donc une tension considérable sur les fibres, mais cette fois en sens contraire de la première, c'est à dire du centre à la périphérie.

A ce moment, les fibres cèdent à mesure que la cuisson s'opère et que la cuisson augmente, de sorte que, ce travail de dissociation ayant gagné petit à petit la couche extérieure préalablement rissolée, celle-ci est obligée à son tour et de livrer passage aux sucs intérieur qui se mêlent alors à la sauce, en même temps que celle-ci pénètre dans la viande, suivant le processus de capillarité.

Afin que cette 2<sup>ème</sup> phase se déroule correctement, il faut arroser et retourner la pièce de viande fréquemment durant la cuisson.

**Finition de la préparation :**

- Enlever la pièce de viande et la maintenir au chaud.
- Rectifier la consistance du fonds de braisage avec fonds brun, jus de veau lié et tomate, ou crème dans le cas d'un braisage à blanc.
- Passer au chinois mousseline sans fouler, dégraisser et rectifier l'assaisonnement, ajouter la garniture suivant l'appellation et laisser mijoter quelques minutes.
- Débarrasser le fonds de braisage dans un bain-marie à couvert.

Remarques : Si la pièce est présentée entière, la glacer à l'entrée du four très chaud en l'arrosant constamment avec le fonds de braisage.

- Lorsqu'une pièce doit être accompagnée de légumes, on peut à volonté cuire ces légumes avec la viande lors de la deuxième partie de cuisson ou les cuire à part avec une partie du fonds de braisage. Le premier procédé est meilleur mais se prête peu à un dressage correct.



#### **21.7.9.4. TECHNIQUE DE CUISSON DES VIANDES BLANCHES ET VOLAILLES BRAISEES :**

Les braisés de viandes blanches ne sont pas à proprement parler des braisés. En effet, la cuisson des viandes s'arrête à la fin de la première des deux phases successives qui caractérisent les braisés à brun.

On braise à blanc, les carrés, selles, longes et noix de veau ; les fricandeaux, tendrons et ris de veau ; les dindonneaux et les poulardes ; parfois aussi quoique plus rarement les barons et selles d'agneau.

Le procédé est le même pour toutes ces viandes, seul le temps de cuisson diffère selon le volume des pièces.

Le fonds de braise est le même que pour les braisés à brun, seulement les légumes sont simplement passés au beurre sans être colorés et le facteur de mouillement est toujours un fonds blanc.

A part les ris de veau qui sont toujours blanchis avant d'être braisés, les viandes ou volailles à braiser peuvent être légèrement raidies et colorées au beurre sous toutes leurs faces, de cette manière, les pièces sèchent moins.

##### Cuisson proprement dite :

- 1) Mettre dans un ustensile de grandeur appropriée les légumes préalablement sués constituant le fonds de braise.
- 2) Disposer la viande préalablement légèrement colorées et mouiller avec du fonds blanc que l'on fait tomber à glace, sur un feu modéré et à couvert.
- 3) On ajoute alors autant de fonds qui est de même réduit à glace, et on mouille enfin la pièce à moitié de sa hauteur.
- 4) Amener à ébullition et mettre l'ustensile au four à chaleur modérée, mais suffisante toutefois afin de maintenir une ébullition lente et régulière du liquide.
- 5) Arroser fréquemment la pièce au cours de la cuisson afin d'en éviter le dessèchement.
- 6) Le fonds étant très gélatineux forme à la surface un enduit qui s'oppose à l'évaporation des sucs de la viande, lesquels tendent à se vaporiser sous l'influence de la chaleur et ne sont contenus qu'insuffisamment par le léger rissolage que la pièce a subi. (Ceci explique pourquoi il est nécessaire de faire tomber à glace une certaine quantité de fonds avant de procéder au mouillement définitif de la pièce – Si on mouillait directement en mettant la pièce en marche, le fonds ne serait pas assez corsé pour constituer l'enduit dont il est question plus haut, ce qui provoquerait inévitablement le dessèchement de la pièce).
- 7) Une viande blanche est braisée à point lorsque, en la piquant avec une fine aiguille à brider le jus qui s'échappe par la piqûre un jus incolore.

Remarques : Les braisés de viande blanche sont presque des rôtis et ils ne peuvent être préparés qu'avec des viandes et volailles jeunes, grasses et tendres ; ils ne peuvent dépasser leur à-point de cuisson sous peine de perdre immédiatement toutes leurs qualités.

Les viandes blanches braisées sont généralement glacées.

## **21.7.10. CUISSONS DES VIANDES ET VOLAILLES EN SAUTES MIXTES (RAGOÛTS OU SAUTES EN SAUCE) :**

TYPE DE CUISSON → MIXTE.

### **21.7.10.1. GENERALITES :**

Réaliser un ragoût ou un sauté en sauce, c'est cuire à couvert, lentement et régulièrement dans un liquide lié, des aliments découpés en morceaux et préalablement colorés.

Cette technique de cuisson s'applique plus particulièrement à des morceaux de viandes fermes, riches en tissu conjonctifs gélatineux (riche en collagène), soit des morceaux de 2<sup>ème</sup> ou 3<sup>ème</sup> catégorie.

Cette cuisson mixte est caractérisée par l'union de le **concentration** par rissolage et de l'**expansion** pour mouillement.

Grâce au rissolage, on forme une « croûte » superficielle plus ou moins colorée suivant qu'il s'agisse d'un sauté mixte ou ragoût à blanc ou à brun, particulièrement riche en substances sapides et aromatiques.

Lors du mouillement, ces substances vont se solubiliser dans le liquide de cuisson, pour parfumer et colorer la sauce d'accompagnement.

### **21.7.10.2. LES VIANDES ET VOLAILLES CUITES PAR CETTE TECHNIQUE :**

#### **Viandes de boucherie :**

- Bœuf : estouffade, goulasch, carbonnade.
- Veau : veau marengo, osso-buco, jarret de veau bourgeoise, fricassée, etc.
- Porc : civet de porc, porc aux pruneaux, ragoût de porc aux 3 poivres, etc.
- Mouton : navarin, curry, haricots de mouton, couscous, Irish-stew, etc.

#### **Volailles :**

- Coq au vin, fricassée de volaille, gibelotte de lapin, etc.

### **21.7.10.3. TECHNIQUE DE CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLE EN SAUTE MIXTE :**

1. Parer, dégraisser, dénervé, désosser, découper la viande en morceaux régulier de +/- 100 gr./pièce, ou habiller et découper les volailles suivant méthode. Certaines préparations nécessitent une marinade (estouffades, civet, coq au vin par exemple).
2. Choisir un ustensile de grandeur appropriée et une matière grasse convenant bien au rissolage. Si l'ustensile est trop petit, le rissolage se fait mal et la viande risque de « bouillir » du fait de son exsudation. S'il est trop grand, la matière grasse brûle.
3. Tout comme pour les cuisson grillées et sautées, les viandes blanches et les volailles sont assaisonnées et farinées avant le rissolage ; de plus si les viandes

- ont fait l'objet d'une marinade préalable, il est très important de les égoutter et de les essuyer minutieusement avant toute autre opération.
- 4 . En fonction de la coloration désirée, rissoler vivement ou plus lentement les morceaux assaisonnés (le rissolage sera effectué de préférence dans une poêle). Mettre en braisière ou marmite.
  5. Dégraisser et ajouter la garniture aromatique (oignons, carottes en mirepoix ou légumes de marinade) ; suer sans coloration et ajouter sur les viandes.
  6. Singer (pour les ragoût brun, il est conseillé de torrifier la farine dans un four chaud), tomater si la préparation le requiert.
  7. Mouiller à hauteur des morceaux avec, selon la recette, de l'eau, du fonds de même nature que l'aliment traité, du vin blanc, rouge ou la marinade. Si on utilise un fonds lié, le singeage est alors superflu.
  8. Ajouter éventuellement l'ail et le bouquet garni.
  9. Amener à ébullition, assaisonner et cuire à couvert de préférence au four à 200°C.
  10. Après cuisson (tester ), décanter la viande, dégraisser, rectifier consistance (sang) et assaisonnement, faire dépouiller quelques instants.
  11. Ajouter la garniture sur la viande (suivant appellation).
  12. Passer la sauce au chinois mousseline sur viandes et garnitures, faire mijoter l'ensemble quelques minutes et débarrasser au bain-marie.
- Remarque : S'il s'agit d'une fricassée, la crème est ajoutée au moment de la finition et réduite si nécessaire, soit juste avant de la passer au chinois.
- Lors de certaines préparations, comme le navarin, la viande est décantée aux  $\frac{3}{4}$  de sa cuisson, on y ajoute alors carottes et navet tournés, voire même les oignons grelots, le jus de cuisson est alors passé au chinois mousseline sur viandes et garnitures et on poursuit la cuisson. De cette manière, les légumes communiquent pleinement leurs goûts à la viande et réciproquement.

**21.7.11. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES VIANDES ET DES VOLAILLES :**

**21.7.11.1. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES POCHEES :**

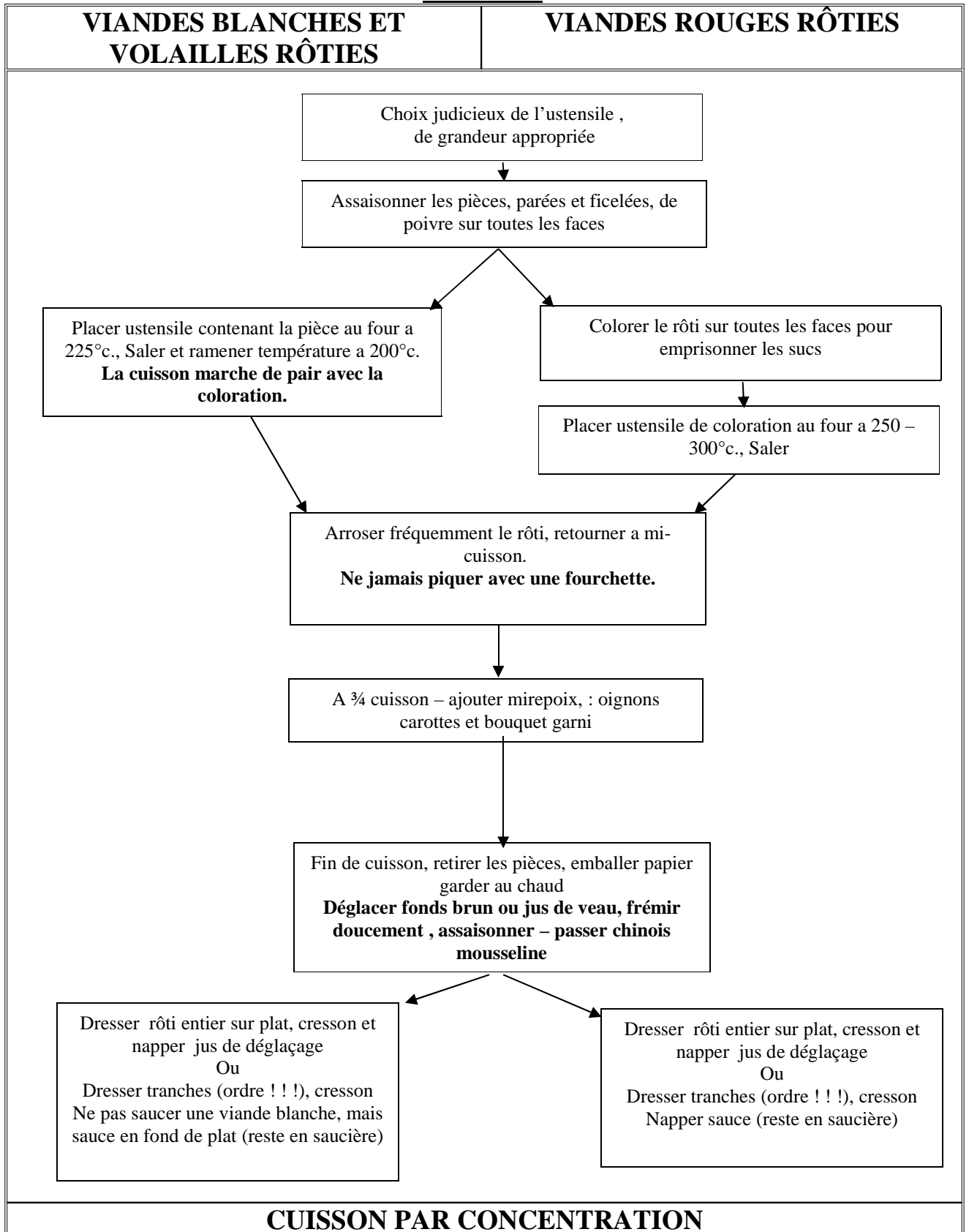
<p><b>VIANDES BLANCHES, VIANDES ROUGES ET VOLAILLES POCHEES AU DEPART D'UN LIQUIDE FROID</b></p>	<p><b>VIANDES ROUGES POCHEES OU VOLAILLE A CHAIR NOIRE AU DEPART D'UN LIQUIDE BOUILLANT</b></p>
<p>Elles sont servies en sauce, le jus de cuisson servant à réaliser celle-ci.</p> <p style="text-align: center;"><b>OU</b></p> <p>Elles sont servies avec le jus de cuisson et la garniture aromatique.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> <p>Blanchir, rafraîchir, mouiller fonds même nature, bouillir, écumer à fond</p> <p style="text-align: center;">Ou</p> <p>Mouiller eau froide à hauteur, écumer à fond.</p> </div> <p style="text-align: center;">↓</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> <p>Ajouter légumes aromatiques, (bouquet marmite, bouquet garni)</p> <p style="text-align: center;">Ou</p> <p>Légumes accompagnements des viandes au fur et à mesure de leur temps de cuisson</p> </div> <p style="text-align: center;">↓</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> <p>Cuisson lente, régulière et à DECOUVERT par frémissement</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>Si servies en sauce</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> <p>Décanter les viandes, garder au chaud avec un peu de jus de cuisson</p> </div> <p style="text-align: center;">↓</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> <p>Réaliser la sauce, servir avec viandes (napper)</p> </div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>Si servies avec jus de cuisson et garniture aromatique</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> <p>Rectifier assaisonnement et garder au chaud (bain-marie)</p> </div> </div> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> <p>Tailler les légumes de garniture et les cuire à l'anglaise suivant méthode.</p> </div> <p style="text-align: center;">↓</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> <p>Ajouter les légumes dans un consommé corsé, cuire +/- 5 minutes</p> </div> <p style="text-align: center;">↓</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> <p>Pocher viande ou volaille suivant à point de cuisson désiré</p> </div> <p style="text-align: center;">↓</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> <p>Disposer dans assiettes creuses, napper de consommé et de légumes.</p> </div>
<p><b>CUISSON PAR EXPANSION</b></p>	<p><b>CUISSON PAR CONCENTRATION</b></p>

**21.7.11.2. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES A LA VAPEUR ET SOUS-VIDE :**

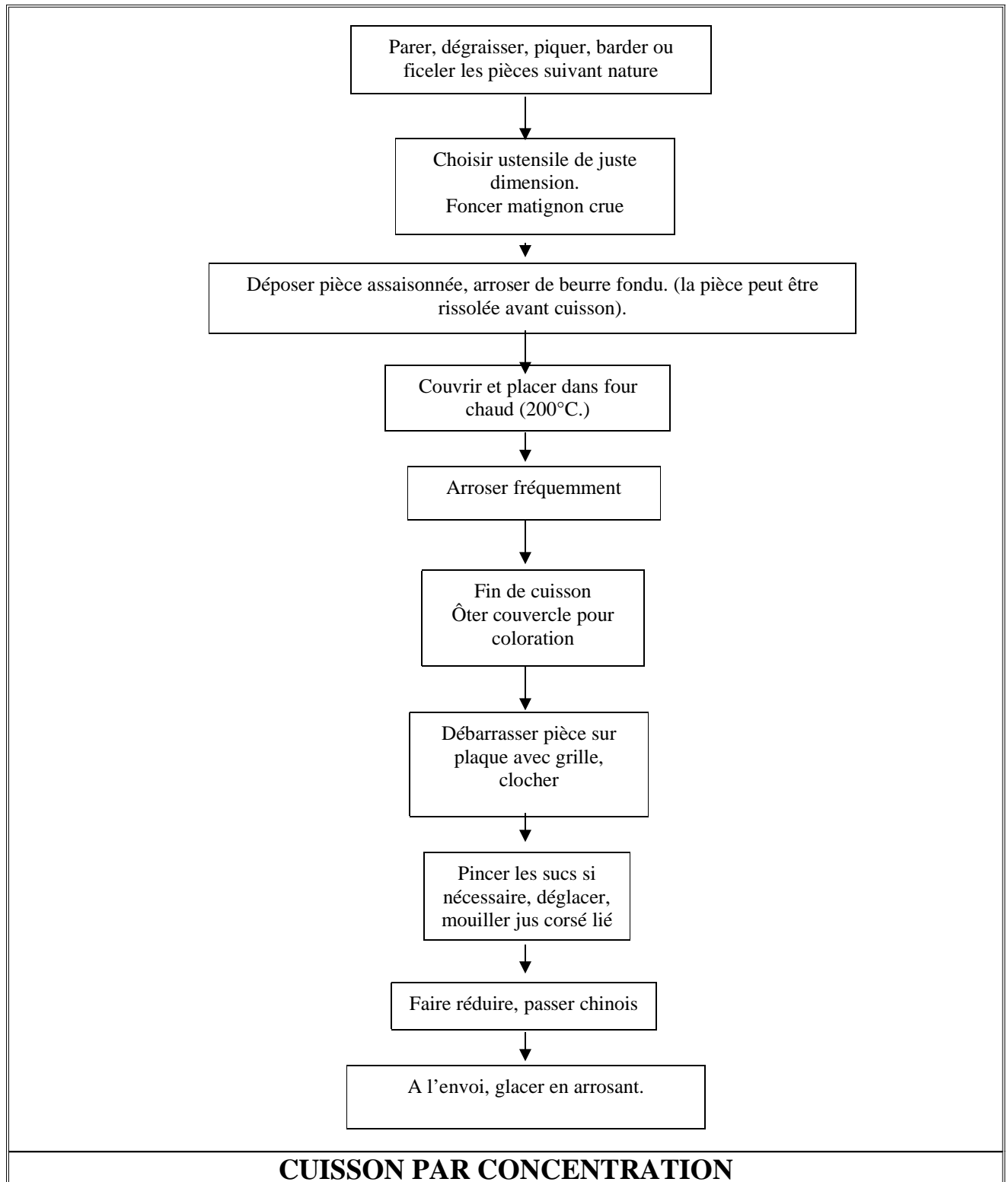
<b>CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES A LA VAPEUR</b>	<b>CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES SOUS-VIDE</b>
<p>Toutes les viandes et volailles pouvant être pochées, les choisir cependant pauvre en lipides</p>	<p>Toutes les viandes et volailles selon toutes les techniques. Sauf : frits</p>
<p>Placer les pièces a cuire dans panier marmite vapeur et celle-ci sur marmite contenant liquide en ébullition .</p>	<p>Suivant préparations les viandes et volailles subissent opérations préliminaires : ex : blanchiment, marquage sur gril, etc.</p>
<p>Cette cuisson n'offre que peu d'intérêt pour viandes et volailles</p>	<p>Voir cours traitant spécifiquement de cette technique</p>
<b>CUISSON PAR CONCENTRATION</b>	<b>CUISSON PAR CONCENTRATION</b>

**21.7.11.3. TABLEAU RECAPITULATIF DES VIANDES ET VOLAILLES**

**RÔTIES :**

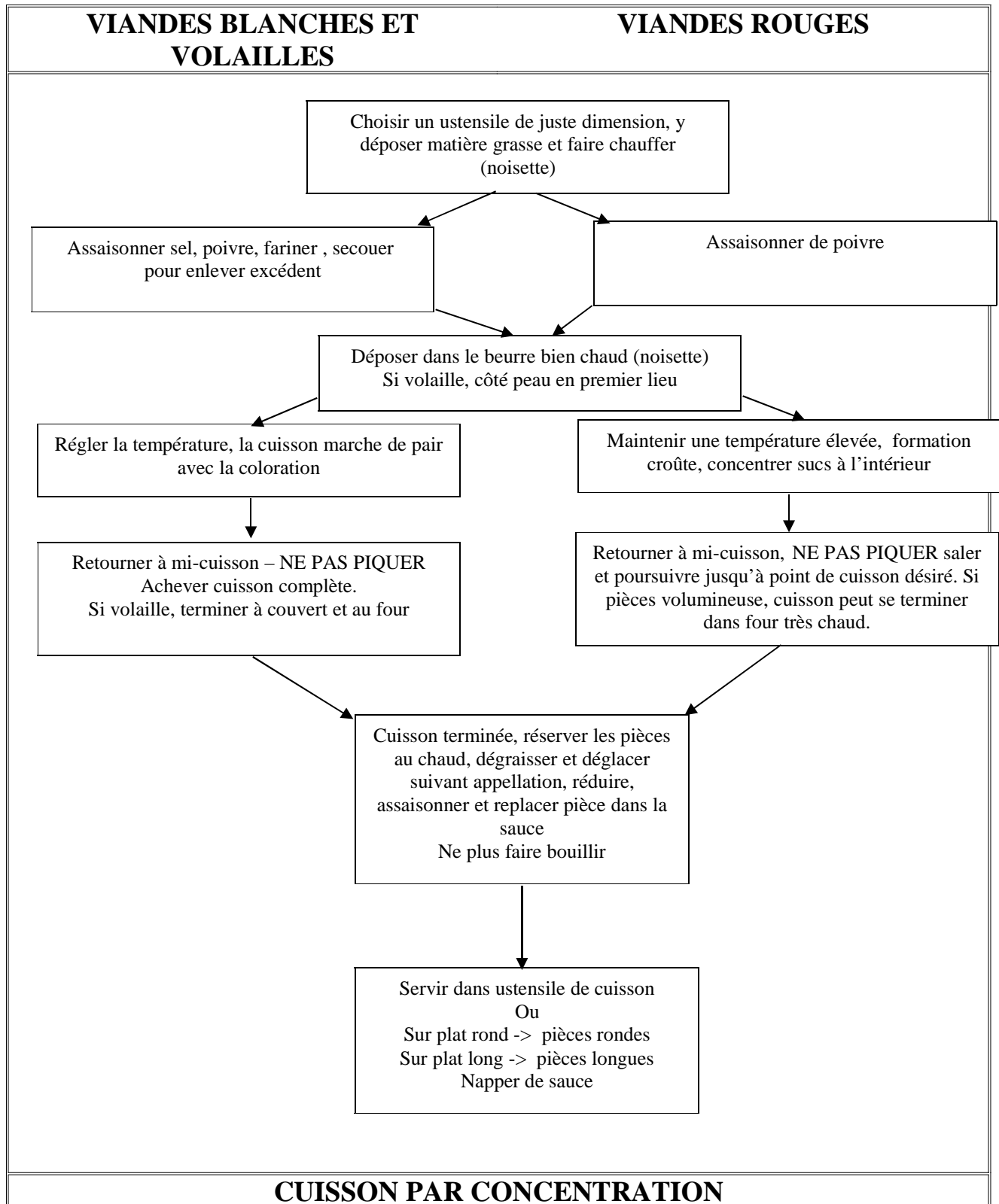


**21.7.11.4. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES VIANDES  
BLANCHES ET VOLAILLES POÊLEES :**



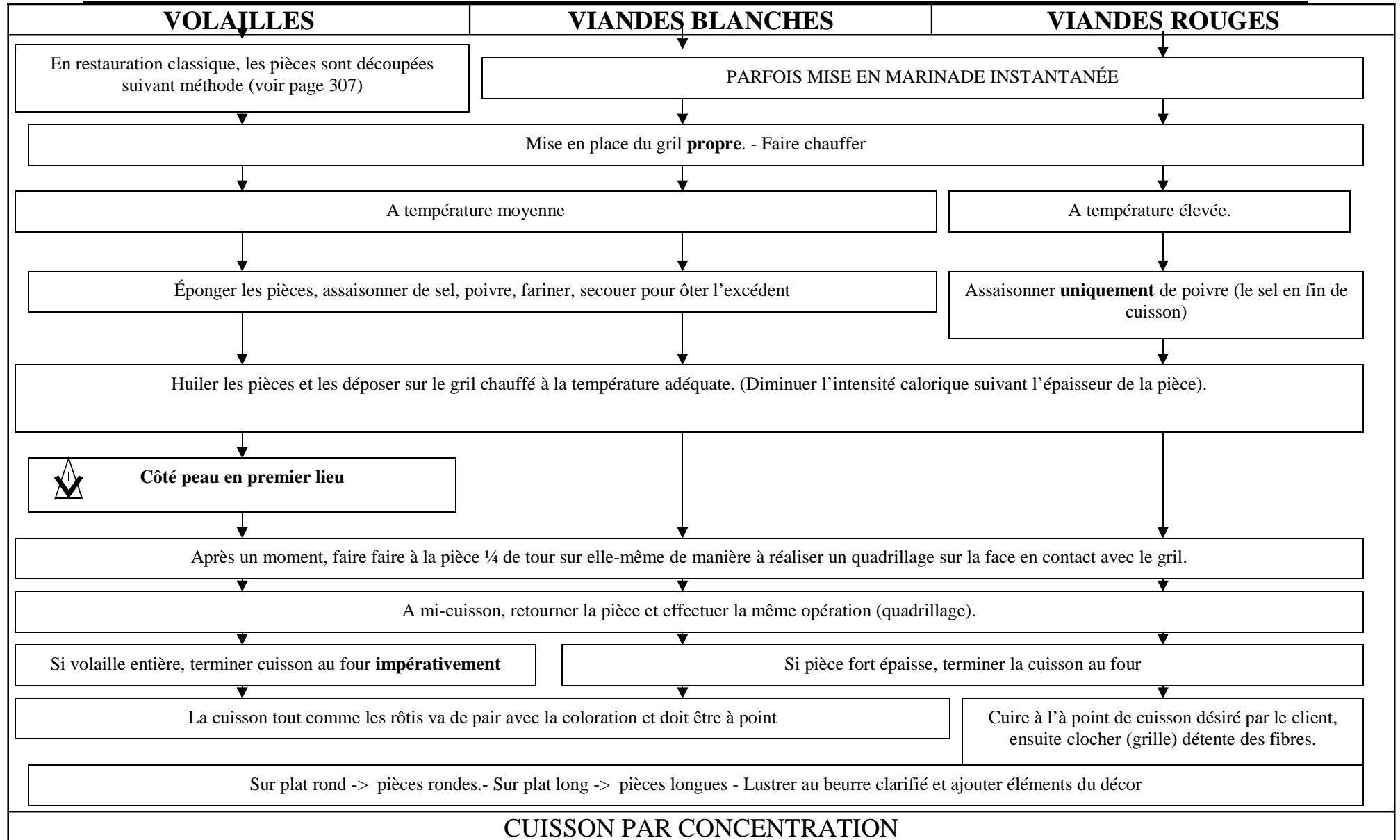
N.B. : Cette cuisson ne s'applique pas aux viandes rouges, sauf gigot et épaule farcie de mouton.

**21.7.11.5. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES SAUTEES :**



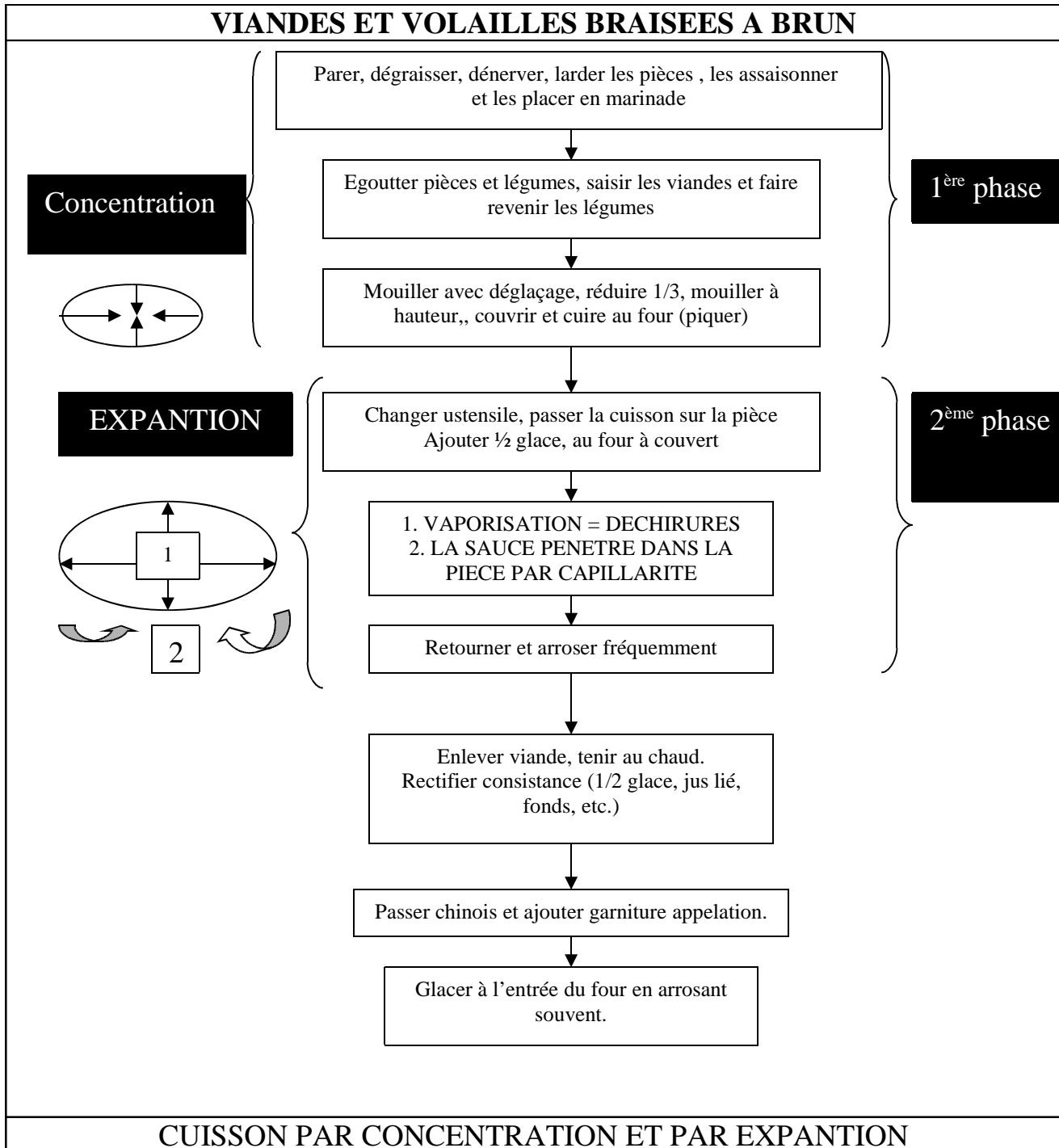


**21.7.11.6. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES GRILLEES :**

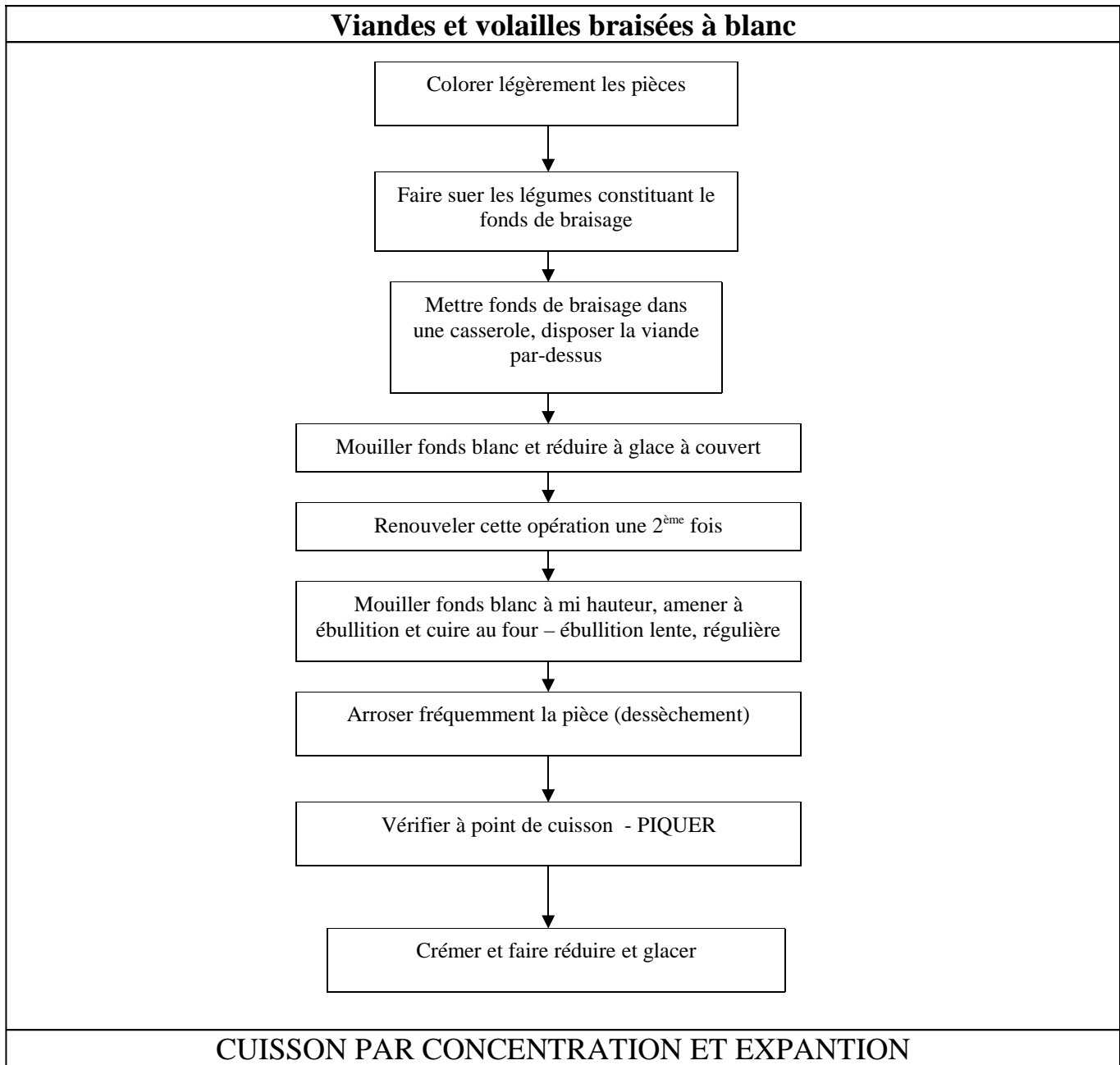


**21.7.11.7. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES BRAISEES :**

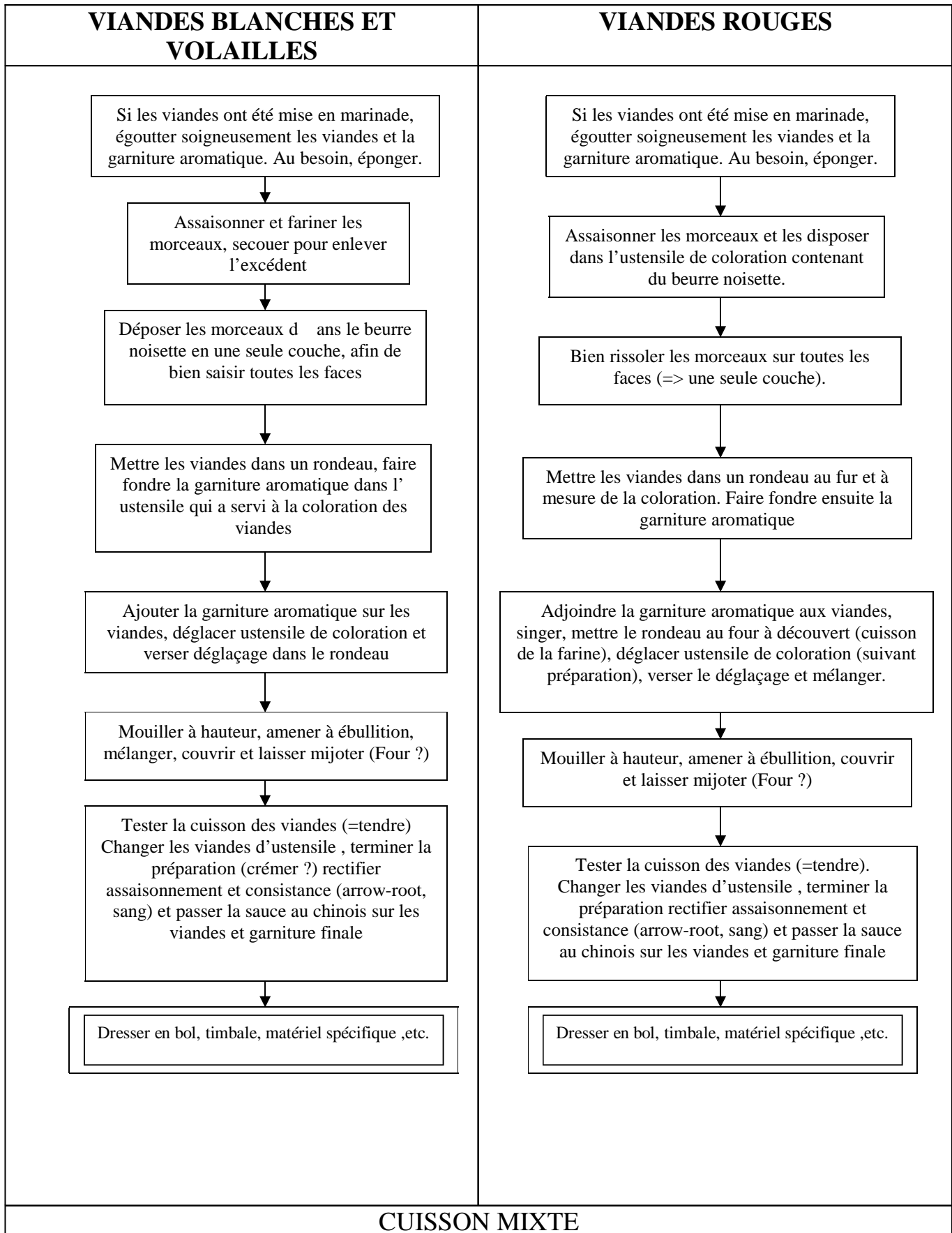
**21.7.11.7.1. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES BRAISEES A BRUN :**



**21.7.11.7.2. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES BRAISEES A BLANC :**



**21.7.11.8. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES CUITES EN SAUTES MIXTES OU SAUTES EN SAUCE :**



## 22. LES ABATS :

### 22.1. GENERALITES :

Les différentes phases constituant l'abattage des animaux de boucherie (saignée, éviscération, contrôles sanitaires, fente en demi ou en quartiers...) permettent d'obtenir d'une part la carcasse et d'autre part un ensemble de produits divers, consommables ou non auxquels les professionnels ont donné le nom de « cinquième quartier ».

Le cinquième quartier comprend les abats rouges et blancs (éléments comestibles), les issues, les glandes et les déchets (généralement non comestibles et réservés à des usages industriels).

#### *Exemples d'issues réservées à des usages industriels :*

- *le sang* : laboratoires (médicaux ou de recherche), engrais.
  - *La peau ou « cuir vert »* : tannerie.
  - *Les poils, soies de porc, toupillons de queue* : tapis, brosses, pinceaux, etc.
  - *Les os* : objet de toilette, colle, gélatine.
  - *Le suif* : savonnerie, parfumerie, cosmétique.
  - *Les pieds de bœufs* : fournissent une huile utilisée pour lubrifier les instruments de précision.
  - *Les cornes et les onglons* : objets de toilettes.
  - *Les produits opothérapiques* : ce sont les glandes à sécrétion interne (hormones par exemple) récupérées par les laboratoires pour la fabrication des médicaments.
- Exemples :** Thyroïdes, pancréas (insuline), hypophyse, ovaires, surrénales, testicules (considérés comme abats chez l'agneau et le veau et appelés rognons blancs, ou animelles, ou frivolités).
- *Les déchets divers* : vessie, œsophage, organes génitaux, etc.
  - *Le contenu du tube digestif* : matières fécales.

**Remarques :** Dans certains laboratoires, les épithéliums des langues sont récupérés en milieu stérile pour fabriquer le vaccin anti-aphteux.

Cette classification consacrée par l'usage n'est cependant pas satisfaisante. Les éléments comestibles varient selon les pays, les usages régionaux et les habitudes culinaires. Le sang, par exemple, peut être considéré comme abats lorsqu'il est consommé sous forme de boudin, ou comme issue lorsqu'il est destiné à un usage industriel. Les couennes de porc peuvent être incorporées à certaines préparations culinaires (charcuteries) ou servir à la fabrication de colle ou de gélatine. Les intestins peuvent servir en cuisine ou en charcuterie ou servir à la fabrication de cordes.

### 22.2. DEFINITION :

Sont considérés comme abats propres à la consommation humaine, toutes les parties consommables des animaux de boucherie, autres que la viande proprement dite, provenant de la carcasse, et autres que les issues. Dans les grands centres, les abats sont généralement

commercialisés ; soit par le tripier (d'où leur deuxième appellation de produit de « triperie »), soit par le charcutier dans le cas des abats de porc.

### **22.2.1. CLASSIFICATION :**

Deux types d'abats :

- Les abats blancs :
  - subissant une préparation à l'abattoir.
  - ne nécessitant aucune préparation
- Les abats rouges

#### **22.2.1.1. LES ABATS BLANCS :**

Certains ne sont livrés aux consommateurs qu'après avoir subi une préparation à l'abattoir (vidage, lavage, grattage, épilage, échaudage), selon leur nature et leur utilisation.

**Exemples :**

- *estomac de bovins : panse (rumen), bonnet (réseau), feuillet, caillette (franche mule).*

- *intestins (gros et grêle), correspondant à la fraise de veau ou au menu de porc*

- *pieds.*

- *têtes.*

- *mamelles.*

D'autres abats blancs ne subissent aucun traitement à l'abattoir et sont directement livrés en l'état.

**Exemples :**

- *ris.*

- *cervelles.*

- *amourette (moelle épinière).*

- *herbière (enveloppe charnue de l'œsophage).*

- *épiploon (crépine, coiffe ou voilette suivant les régions).*

#### **22.2.1.2. LES ABATS ROUGES :**

Ils sont collectés dans les abattoirs sans préparations particulières.

**Exemples :**

- *foies, rognons, cœur, rate (pancréas), joue, palais et museau de bœuf, langue, sang, queue.*

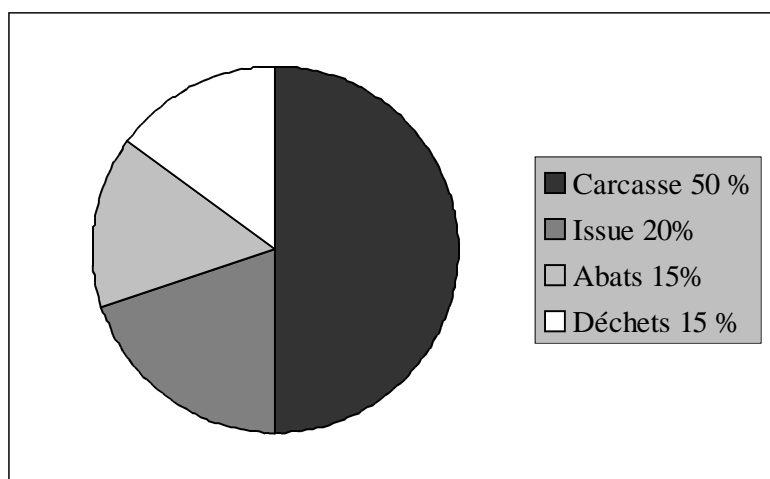
#### **Remarques :**

Chez le veau et le mouton, les poumons, le cœur, le foie, la rate et les ris enlevés en une seule pièce s'appellent la fréssure.

Dans la nouvelle réglementation de la CEE relative à l'entrée en Belgique de viandes fraîches en provenance des Etats Membres, la queue fait partie des abats.

Selon la conformation et l'état d'engraissement de l'animal, le poids du cinquième quartier représente approximativement 50% du poids de l'animal vivant.

Les abats représentent environ 15% du poids du cinquième quartier. Exemple de poids pour une carcasse de veau de 140 Kg.



Il est à remarquer que la classification entre les abats rouges et les abats blancs présentée ci-dessus est la classification française, la classification belge en est quelque peu différente. Culinairement parlant, la classification française est plus appropriée.

Abats rouges	Abats blancs
Tête	Mamelle
Cervelle	Pieds
Langue	Estomac
Ris	Intestins
Poumon	Crépine
Cœur	
Foie	
Rognons	
Rate	
Pancreas	
Sang	

### **22.2.2. LA CONSOMMATION DES ABATS :**

Certains clients ont un préjugé défavorable vis à vis des abats et refusent d'en consommer. Plusieurs raisons expliquent cette réticence : aspect souvent sanguinolent, doutes au niveau de la qualité et de la fraîcheur, crainte de résidus d'hormones et d'antibiotiques, etc.

La restauration classique propose généralement très peu d'abats, excepté quelques-uns d'entre eux considérés comme « nobles » ou de luxe, foie, ris, rognons de veau ou d'agneau, cervelle de veau, auxquels on peut ajouter la langue de veau ou de bœuf.

### **22.2.3. LA QUALITE DES ABATS :**

Les abats sont des produits extrêmement fragiles : ils doivent être consommés très frais et nécessitent des précautions d'hygiène très rigoureuses lors de leur préparation.

*La qualité des abats dépend de différents facteurs :*

- respect rigoureux des règles d'hygiène lors du prélèvement et des préparations à l'abattoir.
- rapidité d'application du froid.
- respect de la chaîne du froid et des durées d'entreposage tout au long du circuit de distribution.
- Soins apportés lors des manipulations et préparations.

### **22.2.3.1. PRECAUTIONS A PRENDRE A LA LIVRAISON :**

Vérification de la propreté et de la température du véhicule de livraison.

Vérification de la propreté et de l'intégrité des conditionnements.

Vérification des produits.

- ◆ Ils ne doivent baigner dans leur sang.
- ◆ Ils doivent être brillant, sans odeur particulière, légèrement humide au toucher, sans aucune trace de poissage.
- ◆ Ils doivent être propres et débarrassés de tout déchets (caillot de sang, gros vaisseaux, etc.)
- ◆ Ils doivent provenir d'abattoir ou d'atelier de découpe agréé.
- ◆ Les abats congelés ou surgelés doivent être livrés dans un véhicule frigorifique, dans leur emballage d'origine et portant la date de congélation.
- ◆ Refuser les produits dont la date de congélation est trop ancienne (3 mois maximum).
- ◆ Ils ne doivent présenter de trace de décongélation. Pour cela, examiner la présence de cristaux de glace, la forme des organes, l'intégrité des sachets de conditionnement et l'aspect des cartonnage.

### **22.2.3.2. PRECAUTIONS PARTICULIERES LORS DU STOCKAGE :**

Immédiatement après les vérifications d'usage, placer les abats en enceinte réfrigérée positive (+3°C. maximum) ou en enceinte réfrigérée négative (-18°C.) selon le procédé de conservation.

- Limiter la durée du stockage au strict minimum.
  - Effectuer une rotation rapide et logique (méthode F.I.F.O.).
  - Placer les abats frais réfrigérés sur grille, les maintenir enveloppés ou pelliculés jusqu'au moment de leur utilisation.
  - Maintenir les rognons dans leur graisse de couverture.
  - Supprimer la fine pellicule qui recouvre les lobes de foie au fur et à mesure du tranchage.
  - Dégorger, limoner et pocher les cervelles, les ris et les amourettes aussitôt après leur livraison. Les refroidir rapidement, puis les réserver en enceinte réfrigérée.
  - Utiliser les abats congelés ou surgelés après une semi-décongélation en enceinte réfrigérée.
  - Se faire livrer si possible le jour même de l'utilisation.
- Ne pas conserver les « restes » après le service.

### **Cas particulier des langues :**

Les langues, qu'elles soient fraîches ou congelées présentent un danger particulier. Elles ont été responsables de nombreuses toxi-infections alimentaires dont les causes étaient une mauvaise découpe des langues (l'arrière gorge est très riche en germes) et au mode de



cuisson (pochage la veille et maintien dans le bouillon toute la nuit à température ambiante). Cependant pour des raisons économiques et gastronomiques, les langues ne peuvent être exclues des menus. Pour les utiliser sans risques il faut veiller aux points suivants :

- Les langues doivent provenir exclusivement d'abattoirs agréés et être présentées avec la coupe dite « coupe suisse » ou « coupe short », c'est-à-dire débarrassée de l'arrière gorge : os hyoïdes, la majeure partie du gras adhérent, la partie musculaire constituant la racine, les glandes salivaires, le larynx dans sa totalité et les restes de la trachée. La langue ainsi désossée et dégraissée est formée uniquement du corps du muscle contenant approximativement 95 % de maigre.
- Dans le cas des langues congelées, il faut vérifier qu'elles soient bien livrées en état de congélation, sans aucune décongélation préalable.
- L'épluchage et la découpe en portions doivent s'effectuer dans le délai le plus rapproché du service (deux heures maximum).
- Les langues doivent être égouttées immédiatement après la cuisson : il n'est pas recommandé d'utiliser le fond de cuisson pour réaliser la sauce d'accompagnement ou toute autre utilisation (sauf si le processus de fabrication a été spécialement conçu pour éviter tout risque de multiplication microbienne).
- Les différentes opérations d'épluchage et de tranchage doivent être effectuées dans les conditions d'hygiène corporelle et matérielle les plus strictes.

#### **22.2.4.PREPARATION , CUISSON ET UTILISATION DES ABATS .**

##### **22.2.4.1.LES ABATS BLANCS :**

###### **22.2.4.1.1.AMOURETTE OU MOELLE EPINIERE (VEAU ET BŒUF) :**

###### **22.2.4.1.1.1.PREPARATION ET CUISSON :**

- Dégorger dans de l'eau froide vinaigrée.
- Limoner sous un filet d'eau, éliminer les membranes et les vaisseaux sanguins qui l'entourent.
- Pocher dans un court-bouillon brûlant et légèrement vinaigré (sans reprise d'ébullition).

###### **22.2.4.1.1.2.UTILISATION ET SUGGESTION DE GARNITURES :**

- Garniture de bouchées, croustades, vol au vent, rissoles,.....
- Fritots sauce tomate (Orly).
- Cromesquis et croquettes, etc.....

##### **22.2.4.1.2.RIS OU THYMUS :**

###### **22.2.4.1.2.1.PREPARATION ET CUISSON :**

- Dégorger dans de l'eau glacée.
- Blanchir quelques minutes sans ébullition.
- Rafraîchir rapidement.

- Placer sous presse en chambre froide : placer les ris recouvert d'un film plastique sur une planche, mettre une autre planche sur les ris et un poids).
- Parer (supprimer la peau,, le gras et les parties cartilagineuses).
- Ils peuvent ensuite (suivant recette) être piqués de lard gras ou cloutés e bâtonnets de truffe.
- Braiser à blanc ou à brun sur lit d'aromates.
- Sauter.
- Griller.
- Pocher dans un fonds blanc ou fonds de volaille.
- Pocher, mariner et frire.

#### 22.2.4.1.2.2.UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURES.

- **Braisés** : aux morilles, aux pleurotes, aux chanterelles, aux petits pois (clamart), aux pointes d'asperges, aux épinards (Florentine), aux reinettes et au calvados, au Madère, au Porto, au jus de truffes, zingara. En papillote, en chartreuse, des gourmets (terminé en cocotte lutée avec du foie gras et des truffes), garniture de bouchées et vol au vent (Régence, Financière), etc....
- **Grillés** : St-Germain (purée de petits pois et fonds d'artichauts), Gismonde (dresser en croustade avec champignons et fonds d'artichauts, sauce Chateaubriand).
- **Sautés** : à la crème, au basilic, aux champignons, Vallée d'Auge.
- **Pochés** : salade composées tiède. Excelsior (quenelles sauce Soubise additionnée de julienne de truffe, de langue et de champignons).
- **Frits** : fritots Orly, tartare, tyrolienne, etc.

#### 22.2.4.1.3.TRIPES.

Les tripes sont constituées par des morceaux provenant de toutes les parties de l'estomac des bovins (panse, bonnet, feuillet, caillet ou caillette) et de pieds désossés.

#### 22.2.4.1.3.1.PREPARATION ET CUISSON.

- Détailler l'estomac en morceaux de 5 cm de côté.
- Désosser les pieds.
- Laver l'ensemble à l'eau vinaigrée et laisser dégorger dans de l'eau glacée.
- Blanchir fortement (au moins deux fois).
- Braiser dans un fonds assaisonné avec une garniture aromatique composée de rondelles de carottes et d'oignons piqués, bouquet garni.

#### 22.2.4.1.3.2.UTILISATION ET SUGGESTION DE GARNITURES.

- **Tripes à la mode de Caen** : cuisinées dans un fonds comportant du cidre ou du calvados.
- **Tripes vendéennes** : idem, mais cuisinées au vin blanc et bien épicées.
- **Tripes à la lyonnaise** : pouvant comporter de l'estomac de veau, préparées à la sauce tomate et au vin blanc.

- **Tripes marseillaise** : composées de panse et de pieds de veau, préparées à la sauce tomate.

#### 22.2.4.1.4.GRAS DOUBLE.

Il est composé des quatre parties de l'estomac cuites sans être cuisinées et est utilisé sans cuisson complémentaires pour différentes garnitures.

#### 22.2.4.1.5.TRIPOUX D'Auvergne.

Ils sont préparés à partir de panse et de fraise de veau, de pieds, de caillette et de pansette de mouton. Les tripoux sont roulés et noués par un menu (intestin grêle).

Les tripoux peuvent être farcis (farce à base de panse de mouton et de veau, d'oignon, d'ail et de persil).

#### 22.2.4.1.6.LA TÊTE.

##### 22.2.4.1.6.1.PREPARATION ET CUISSON.

Seule la tête de veau est utilisée en cuisine.

- Désosser, dégorger, rouler, ficeler et blanchir fortement.
- Blanchir dans un blanc citronné.
- La langue est souvent conservée.

##### 22.2.4.1.6.2.UTILISATION ET SUGGESTION DE GARNITURE.

Servie tiède ou chaude avec de la sauce vinaigrette ou mayonnaise bien relevée (sauce fines herbes, gribiche, ravigotte, poulette,...)

- Tête de veau en tortue.
- Fritots de tête de veau avec sauce tomate ou sauce Madère. (voir chapitre des charcuteries).

La tête de porc est généralement utilisée en charcuterie.

- Fromage de tête ou tête pressée.
- Pâté de tête.
- Museaux de porc vinaigrette.
- Tête roulée.
- Hure.

#### 22.2.4.1.7.CERVELLE.

##### 22.2.4.1.7.1.PREPARATION ET CUISSON.

Les cervelles subissent les mêmes préparations que les amourettes

- Dégorger, limoner, pocher.
- Sauter.
- Mariner et frire.

#### 22.2.4.1.7.2.UTILISATION ET SUGGESTION DE GARNITURE.

- Cervelle meunière, grenobloise aux champignons sauvages,...
- Fritots de cervelle Orly, tartare.
- Subrics, mazzagrans,...
- Garniture de bouchées, vol au vent, rissoles,...
- Salades composées servies tièdes, etc...

#### 22.2.4.1.8. LES PIEDS.

##### ❖ PIEDS DE VEAU.

#### 22.2.4.1.8.1. PREPARATION ET CUISSON.

- Désosser, dégorger à l'eau glacée et blanchir fortement.
- Citronner et pocher dans un blanc.

Les pieds peuvent être braisés.

#### 22.2.4.1.8.2. UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURES.

Servis tièdes ou chauds avec de la sauce vinaigrette u une mayonnaise bien relevée (gribiche, ravigotte, etc....)

Les pieds sont utilisés pur leur propriétés gélifiantes (fabrication des gelées, des fnds, des fonds de braisage, des tripes (pièces de bœuf braisées, bœuf mode, etc.)

##### ❖ PIEDS DE PORC.

#### 22.2.4.1.8.3. PREPARATION ET CUISSON.

Désosser puis farcir d'une préparation à base de queue désossée, de jambonneau, de groin, le tout enveloppé dans une crépine.

#### 22.2.4.1.8.4. UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURES.

- Pieds de porc farcis et grillés : avec sauce charcutière, Robert, Moutarde, Bercy, etc...
- Panés et grillés
- A la Saint-Menehould.

##### ❖ PIEDS DE MOUTON.

22.2.4.1.8.5.PREPARATION ET CUISSON.

- Désosser, blanchir et farcir avec chair à saucisse pur porc à pâte fine, le pied reformé est pané à l'anglaise et frit.
- Farcir avec une préparation à base d'intestins ou de panse de mouton, éventuellement de fraise de veau et préparer à la sauce tomate.

22.2.4.1.8.6.UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURES.

- Pieds de mouton à la rouennaise : Pieds paquets.

22.2.4.1.9.LA FRAISE DE VEAU.

22.2.4.1.9.1.PREPARATION ET CUISSON.

Dégorger à l'eau glacée, blanchir, citronner et cuire dans un blanc.

22.2.4.1.9.2.UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURES.

Servie tiède ou chaude, comme la tête et les pieds de veau ; détaillée en morceaux panés et frits, sautée lyonnaise.

22.2.4.2. LES ABATS ROUGES.

22.2.4.2.1.LE CŒUR. (Agneau, veau, parfois bœuf et porc).

22.2.4.2.1.1.PREPARATION ET CUISSON.

- Ouvrir et supprimer les fibres dures, les gros vaisseaux et les caillots de sang.
  - Dégorger à l'eau glacée.
- Le cœur de bœuf longuement braisé constitue un plat très économique.

22.2.4.2.1.2.UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURE.

- **Braisé** : farci ou non (bourgeoise, aux carottes, bourguignonne, milanaise,...)
- **Poêlé** : en cocotte (Matignon, printanière, paysanne,...)
- **Sauté** : provençale, lyonnaise, chasseur, Madère,....
- **Grillé** : cœur d'agneau ou de veau en brochette, avec le foie et les rognons.

22.2.4.2.2.LE FOIE (Veau, agneau, porc, bœuf)

Le foie de veau est le plus estimé et le plus cher. Le foie de porc plus économique a un aspect granuleux et une couleur plus foncée, il a cependant la même valeur nutritionnelle que le foie de veau.

22.2.4.2.2.1.PREPARATION ET CUISSON.

- Supprimer la fine membrane protectrice au moment de l'utilisation.
- Couper en tranches, assaisonner et fariner juste au moment de la cuisson.

22.2.4.2.2.2.UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURES.

- **Sauté** : au beurre (sans saisir), à la lyonnaise (oignons), Bercy, au vinaigre de Xérès, aux raisins, bordelaise....
- **Grillé** : « à l'anglaise » (tranche de poitrine fumée grillée), à l'espagnole (tomates grillées, rondelles d'oignons et persil frits), en brochettes. Il permet aussi la réalisation des quenelles, des mousses, et des soufflés.
- **Braisé** : (pour les lobes entiers).

Le foie de porc est également utilisé pour la fabrication des pâtés et des terrines (mousse de foie).

22.2.4.2.3.LA LANGUE. (Bœuf, veau, agneau).22.2.4.2.3.1.PREPARATION ET CUISSON.

- Parer, dégorger à l'eau glacée.
- Blanchir, rafraîchir.
- Pocher ou braiser, ou pocher aux 2/3 et braiser pour finir la cuisson.
- Monder (éplucher).

22.2.4.2.3.2.UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURES.

Sauce piquante, tomate, Madère, Porto, Florentine.....

Avec diverses garnitures : bourgeoise, jardinière (Italienne, purées de pommes de terre, de choux fleurs ou de petits pois frais, etc..)

22.2.4.2.4.LA LANGUE ÉCARLATE :

22.2.4.2.4.1.PREPARATION ET CUISSON.

- Parer et dégorger à l'eau glacée.
- Saler par immersion durant 4 à 5 jours, dessaler ensuite durant 12 heures.
- Pocher dans un fonds bouillant.
- Monder, parer et assaisonner.
- Barder et envelopper dans une boudruche.
- Piquer et pocher.
- Colorer la boudruche avec du carmin.
- Sécher, refroidir et huiler légèrement.

Remarque : on peut également fumer légèrement la langue, ce qui lui confère un parfum très délicat.

22.2.4.2.4.2.UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURES.

Buffet froid, hors d'œuvre, garniture milanaise, zingara, garniture velouté Agnès Sorel, Elle sert également à piquer les ris de veau.

22.2.4.2.5.LES ROGNONS (Veau, génisse, porc, agneau).

22.2.4.2.5.1.PREPARATION ET CUISSON.

- Ne supprimer la graisse et la peau qu'au moment de l'utilisation.
- La gangue de graisse des rognons de veau peut être utilisée pour leur cuisson.
- Les rognons de porc et d'agneau sont ouverts en deux tandis que les rognons de veau ou de génisse sont traités entiers ou détailler en tranches de deux cm d'épaisseur.
- Supprimer les parties blanchâtres et graisseuses (le bassinnet).

Les rognons de veau sont les plus estimés.

22.2.4.2.5.2.UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURES.

Attention : les rognons grillés ou sautés cuisent très vite et doivent être conservés rosés.

- **Grillés** : Pour le mixed-gril ou les brochettes, Tyrolienne, Vert pré, Maître d'hôtel, à l'américaine, Henry IV.
- **Sautés** : sauce Madère, au champignons, Bercy, Berrichonne, Dijonnaise, bouchère, Turbigo.....
- **Braisés** : pour les plus fermes (génisse).

## 23. LES GIBIERS :

### 23.1. CLASSIFICATION :

Il existe deux familles bien distincte de gibier, ce sont les gibiers de/ou en poil et les gibiers de/ou en plume.

#### 23.1.1. LE GIBIER DE/OU EN POIL :

- **Le gros gibier** : appelé aussi venaison, sanglier, chevreuil, cerf.
- **Le petit gibier** : lièvre, lapin de garenne.

##### 23.1.1.1. LE GROS GIBIER.

###### 23.1.1.1.1. LE SANGLIER.

Le sanglier fait partie du sous-ordre des mammifères ongulés (où les animaux, reposent sur le sol par un nombre pair de doigts). Le sanglier fait partie des suidés.

C'est le seul de nos grands gibiers à être omnivores.

- Le petit du sanglier s'appelle *marcassin* jusqu'à l'âge de 6 mois. A ce moment son poids progresse de 4 à 7 Kg par mois.
- De 6 à 12 mois, le marcassin devient *bête rousse* et son poids varie entre 40 à 60 kg (augmentation de 2 à 5 kg par mois).
- De 12 à 24 mois, il prend le nom de *bête de compagnie* et son poids varie de 40 à 60 kg.
- De 2 à 3 ans, il prend le nom de *ragot* (sanglier) ou *ragote* (laie).
- De 3 à 4 ans, il prend le nom de *tiers ans*, ensuite de *quartanier*.

Un sanglier âgé de plus de 5 à 6 ans est très rare chez nous à cause de la chasse.

Le % des mâles de plus de 3 ans chez nous est inférieur à 5 %.

La chasse est responsable de la disparition de 80 % des mâles dès la 2<sup>ème</sup> et de 60 % des femelles.

Le poids vif d'un sanglier peut être estimé en prenant le poids de l'animal en peau + 20 %.

En Europe de l'est, certains verrats atteignent des poids record de plus de 300 Kg ; chez nous les verrats vont de 80 à très rarement 200 kg de poids vif. Les laies de 60 à 110 kg.

En cuisine on utilise le plus souvent *la bête rousse* ou la *bête de compagnie*, car au-delà l'animal devient coriace et nécessite un temps de marinade excessif.

###### 23.1.1.1.2. LE CHEVREUIL.

Le chevreuil fait partie de la famille des cervidés. Le chevreuil mesure 1,20 m pour 63 cm au garrot et pèse 24 kg (de 15 à 30 kg en moyenne), la femelle pèse environ 22 Kg.



Le pelage est brun-roux en été, gris foncé en hiver, et subit deux mues annuelles. Le miroir ou rose (tache blanche à l'arrière) est en forme de rein chez le mâle et en forme de cœur chez la femelle.

Le chevreuil est herbivore.

Le jeune chevreuil s'appelle **faon** jusqu'à 6 mois. Il pèse à la naissance +- 1,6 kg et gagne rapidement de 120 à 150 gr / jour. De ce fait, à l'âge de 6 mois il pèse les 2/3 de poids.

A 6 mois,, il s'appelle **chevillard** et **daguet** dans sa deuxième année.

Le chevreuil mâle est appelé le **brocard**. Lui seul porte des bois, mais il les perd à l'automne et ils repoussent aussitôt.

La femelle du chevreuil est la chevrette et ne porte pas de bois. Une vieille chevrette stérile est appelée **bréhaigne**.

En cuisine on utilise surtout la chair des jeunes daguets (elle ne nécessite aucune marinade). En revanche, la chair de vieux brocard demande une marinade d'autant plus poussée que l'animal est âgé.

A la cuisson, la chair de chevreuil doit être maintenue rosée. Trop cuite, elle perd de sa valeur gustative.

### 23.1.1.1.3.LE CERF.

Tout comme le chevreuil, le cerf fait partie de la famille des cervidés et est herbivore.

Le cerf mesure de 1,2 à 1,5 m au garrot, son poids varie de 80 à 100 Kg pour la femelle et 100 à 250 kg pour le mâle.

Le jeune cerf est appelé **faon**, jusqu'à six mois.

A partir de 6 mois et jusqu'à 1 an, il va prendre le nom de **hère**.

De 12 à 18 – 24 mois, (jusqu'à l'apparition des bois) il sera appelé **daguet** ou **jeune biche**.

Au fur et à mesure que les bois se forment, il prend le nom de **seconde tête**, **troisième tête**.

A 5, 6 ans la ramure de l'animal s'étant parée de superbes « andouillers » il porte le nom de **dix cors** et plus tard le nm prestigieux de vieux cerf.

Les même préparations que le chevreuil s'appliquent également au cerf.

**Remarque :** Daim, daine, chamois, bouquetin, mouflon subissent les mêmes apprêt que les gibiers de venaison.

### **23.1.1.2. LE PETIT GIBIER.**

#### **23.1.1.2.1. LE LIEVRE.**

Le lièvre de plaine pèse environ 3 kg, celui des montagnes jusqu'à 4 kg. Le lièvre allemand, qui est beaucoup moins estimé peut atteindre 10 kg..

Le petit du lièvre s'appelle le *levraut*. Vu sa petite taille, il n'est pas utilisé en cuisine. La femelle du lièvre se nomme la *hase* et est légèrement plus petite que le mâle. S'après les amateurs,, la chair du lièvre de montagne est supérieure à celle du lièvre de plaine. Cette qualité provient des plantes aromatiques qui constitue la base de sa nourriture. Le lièvre appelé *trois quarts* est vraiment digne d'intérêt en gastronomie. C'est un jeune lièvre de l'année de 6 à 8 mois et pesant environ 2,5 kg). La jeunesse de l'animal se reconnaît à la fragilité de ses oreilles, à la finesse de ses membres, à sa dentition courte et à ses ongles flexibles.

Le lièvre doit se manger frais, car il a tendance à s'altérer rapidement. Un lièvre récemment tué a le nez légèrement saignant et les yeux brillants.

Le sang, élément précieux pour la liaison des sauces doit être recueilli entièrement. Pour l'empêcher de coaguler, on lui ajoute quelques cuillers de vin et on le garde au frais (=3°C.). De même, on réserve également le cœur, le foie et les poumons.

La découpe du lièvre doit être très franche pour ne pas briser les os : il est donc recommandé de rechercher les articulations.

Les morceaux les plus appréciés sont le râble e les cuisses, qui sont généralement rôtis. Le râble est situé entre les premières côtes et le point de jonction des cuisses. Pour être rôti, l'arrière train est dénervés, piqué et mariné quelques heures avant l'emploi.

La chair du lièvre rôti doit être légèrement saignante.

Les pattes avants, de même que les vieux lièvres sont traités en civet ou permettent la réalisation des terrines, des mousses et farces diverses.

#### **23.1.1.2.2. LE LAPIN DE GARENNE.**

Le lapin de garenne pèse de 1 kg à 1,2 kg. Le meilleur lapin de garenne est celui de l'année.

Ce gibier peut recevoir les mêmes préparations que le lapin de clapier ou le lièvre. Le train arrière, c'est-à-dire les cuisses plus le râble réunis, peut être rôti, grillé après avoir été bardé ou piqué.

Le lapin de garenne se distingue dès le premier abord du jeune lièvre par la forme du bout de ses oreilles, pointues chez ce dernier, elles sont arrondies chez le lapin.

Le jeune animal se reconnaît à la fragilité de ses oreilles et à l'état de sa dentition et surtout (comme pour le jeune lièvre) à un osselet, gros comme une lentille et qui se trouve à la jointure des pattes de devant (cette particularité disparaît chez les vieux sujets).

### 23.1.2. LE GIBIER DE/OU EN PLUME :

Alouette, caille, pigeon, ramier, palombe, faisan, grive (interdites en Belgique, mais autorisées en France), canard col-vert, perdrix, bécasse (autorisée en Wallonie, mais interdite en Flandre et en région Bruxelloise).

#### 23.1.2.1. LE FAISAN.

Comme tous les gibiers, le faisan doit être consommé jeune. Sa jeunesse se reconnaît à l'extrémité des rémiges (dernières plumes de l'aile) qui doivent être pointues à la couleur grise de ses pattes et comme chez toutes les volatiles, à la flexibilité du bréchet. La caroncule entourant l'œil du jeune coq est de petite dimension, ainsi que les ergots des pattes.

La poule faisane bien que plus petite et moins belle que le coq est cependant beaucoup plus estimée.

Quelques jours d'attente dans la plume dans un lieu frais sont suffisant pour mortifier, attendrir les chair du faisan et développer l'arôme caractérisant le goût sauvage rechercher par certains amateurs. On appelait autrefois cette attente « **le faisandage** ».

Les mérites gastronomiques du faisan sont immenses, cependant il est des idées de l'ancienne cuisine qu'il ne faut pas partager, comme le faisandage. S'il est certain que le faisan doit attendre quelques jours avant son emploi, afin d'assurer la maturation des chairs et le développement du fumet, il est une hérésie de pousser le faisandage à l'excès

Remarque : Quelques mots à propos du faisandage :

Le faisandage a pour but de développer l'arôme et un attendrissement des chairs. Autrefois, on poussait le faisandage à l'excès au risque de mettre la santé des consommateurs en danger. Voici ce qu'en disaient certains. :

***Pour Brillat-Savarin :*** (gastronome français 1755-1826) :

Le faisan n'était jugé digne de la table d'un gastronome qu'à l'état de complète putréfaction ; cet auteur recommande en effet, de le conserver dans ses plumes, ***jusqu'au complet verdissement de l'abdomen***, qu'il fallait consolider avec une tranche de pain fixée par un ruban pour pouvoir le mettre en broche.

***Pour Grimod de La Reynière :***(gastronome célèbre 1758-1838)

Il déclarait le faisan à point, lorsque suspendu par la queue, il se détachait de lui-même. *Le faisan*, déclarait-il dans une phrase lapidaire, ***veut être attendu comme une pension du gouvernement par un homme de lettres qui n'a jamais su flatter personne*** et, précisant davantage sa pensée, il ajoutait ***qu'un faisan tué le mardi-gras est à point d'être mangé le jour de Pâques***.

Ce système de mortification d'une viande, s'il est approuvé par quelques rares amateurs, et cela par pur snobisme, est très justement réprouvé par les hygiénistes et aussi par les gastronomes véritables.

Les pattes d'un faisan ne se coupent pas, elles sont croquées puis arrachées par une traction et une torsion simultanée afin d'enlever les nerfs se trouvent dans le pilon.

### **23.1.2.2. LE PERDREAU, LA PERDRIX.**

Selon de dicton, « à la saint Remy » (1<sup>er</sup> octobre), le perdreau devient perdrix)

Comme pour le faisan, la jeunesse du perdreau se constate par l'extrémité pointue des rémiges (dernière plume de l'aile) et qui est arrondie chez les sujets plus âgés, la couleur grise des pattes, et aussi par la flexibilité de la pointe du bréchet et par la tendreté de la chair des ailerons.

La jeunesse d'un perdreau dit « de l'année » se reconnaît également à l'extrémité des rémiges tachées d'un point blanc, à la flexibilité du bec et aux pattes non écailleuses. Le liseré rouge entourant l'œil est un signe de vieillesse.

Le perdreau est le plus souvent grillé ou rôti à la broche ou au four avec la poitrine recouverte d'une feuille de vigne et d'une barde de lard.

La « bartavelle » est une grosse perdrix rouge vivant dans les montagnes et est protégée.

### **23.1.2.3. LE PIGEON RAMIER.**

La chair du pigeon ramier est plus serrée (dense) et plus parfumée que celle du pigeon domestique. Toutefois les préparations de ce dernier lui conviennent parfaitement. Malheureusement, cet oiseau a souvent plus de 6 mois, lorsque la chasse est ouverte et dans ce cas, par toujours tendre.

### **23.1.2.4. LA PALOMBE.**

La chasse à la palombe se fait dans le midi, notamment dans les Landes et au pays basque.

Ce gibier abonde en automne lors de leur migration vers l'Espagne et aux premiers jours du printemps à leur retour sur notre territoire.

Certains amateurs de palombes les consomment saignantes.

En cuisine il ne faut utiliser que les jeunes sujet ayant cependant atteint leur complet développement.

### **23.1.2.5. BÉCASSE, BÉCASSINE.**

La bécasse est un échassier et a deux passages : le premier en automne, et il est alors en pleine forme pour la cuisine ; le second en mars, quand il opère son mouvement rétrograde migrateur. A ce moment, la bécasse n'a plus le même fumet, la même délicatesse de chair que précédemment.

Avant son emploi, la bécasse doit être mortifiée, c'est-à-dire subir une attente assez longue pour que son fumet soit résorbé dans la chair.

La bécasse ne se vide pas, on retire simplement le gésier et on arrache les yeux qui, dans aucun cas, ne doivent être laissés. Pour trusser la bécasse, on retourne les pattes qui sont prises l'une dans l'autre à l'endroit de la jointure, et on passe le bec à travers le corps.

La bécassine est le diminutif de la bécasse. Elle lui ressemble par le plumage, ses passages ont lieu à la même époque, mais elle s'en différencie par les habitudes.

La bécasse habite les bois, tandis que la bécassine vit dans les terrains marécageux. Elle s'apprête comme la bécasse.

### **23.1.2.6. LA CAILLE, LA GRIVE, L'ALOUETTE.**

L'alouette ou Mauviette : L'alouette morte prend en cuisine le nom de Mauviette. Il faut leur supprimer têtes, pattes et gésiers.

La caille : Non seulement la caille tient une grande place dans l'estime des gourmets mais elle joue en plus un rôle considérable dans la haute cuisine. Malheureusement, la caille indigène de plaine a pratiquement disparu, et il faut avoir recours aux élevages spéciaux. La caille se vide et se trousse comme les volailles ordinaires.

Elles ne supportent pas d'être faisandées, elles au contraire se consomment dans leur extrême fraîcheur. Le dicton des gourmets « c'est au bout du canon du fusil que l'on consomme la caille ». Les choisir blanches et grasses. Se servent à raison de deux par couvert.

La grive est protégée en Belgique, il est donc interdit de la proposer sur une carte de restaurant.

#### **Remarques :**

La question du vidage du petit gibier est souvent controversée. Il est d'usage de ne pas vider les oiseaux à bec mince et effilé (alouette, bécasse, bécassine, becfigues, ortolan). Le jabot est éliminé, le gésier est extrait à l'aide d'une aiguille à brider piquée dans le flanc de l'oiseau.

Le transit intestinal de ces oiseaux étant très rapide, ils se vident naturellement en prenant leur vol.

Lorsque la tête subsiste, les yeux sont supprimés, le bec est passé à travers le corps à la hauteur des cuisses.

### **23.1.2.7.LE CANARD SAUVAGE.**

Les canards de surface (chipeau, souchet, pilet, sarcelle) et les canards plongeurs (milouin, morillon, milouinan, macreuse) font partie des espèces actuellement protégées.

Le col vert a donné naissance par des croisements à une variété domestique bien connue dans la région de Rouen.

Pour être appréciés, tous les canards doivent être jeunes, c'est-à-dire « de l'année ». Leur jeunesse se reconnaît à la flexibilité de leur bec, L'oiseau doit également être bien en chair, ce qui n'est pas le cas des vieux sujets.

Etant donné le goût sauvage (légèrement amer) de ces oiseaux, la préférence ira aux sauces qui ont une saveur aigre-douce (telle la sauce à l'orange ou aux griottes).

Beaucoup de fruits s'accommodent très bien avec le canard sauvage. Pour les préparations rôties, la chair doit être maintenue rosée à la cuisson.

Le canard sauvage peut être traité à la presse ou au sang dans les mêmes conditions que le canard rouennais.

Les canards sauvages, de même que les sarcelles sont considérés comme un aliment maigre par l'Eglise.

## 23.2. L'ACHAT DU GIBIER :

### 23.2.1. GENERALITES :

Depuis quelques années, l'achat des gibiers est beaucoup plus réglementé dans notre pays. En effet, auparavant, il n'était pas rare de voir des bêtes pendues à l'étal de certains bouchers depuis plusieurs jours sous le prétexte d'un faisandage qui était parfois poussé à l'excès.

Les gibiers sauvages, de part la méthode avec laquelle ils sont chassés tués, éviscérés offrent un terrain favorable aux micro-organismes.

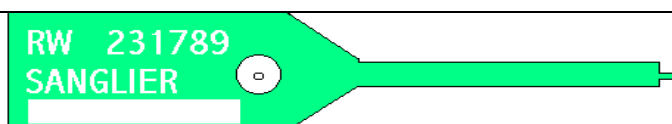
En effet, lors des battues, il n'est pas rare qu'ils subissent des morsures de chiens, les blessures par balles, salissures par la végétation, feuilles, terre, eau d'une marre stagnante, etc.. De plus, l'éviscération se fait au milieu des bois, avec des ustensiles contaminés (leur endroit d'utilisation ne permet pas en effet un nettoyage des plus rigoureux) et parfois plusieurs heures après avoir été tués ; toutes ces situations extrinsèques mettent en péril la salubrité des chairs de gibiers.

C'est pourquoi, le législateur a mis en place une série de mesures ne permettant plus d'acheter le gibier directement sur le terrain de chasse, mais il a décidé que tous les produits relevant de la chasse et destinés à la vente devaient faire l'objet d'un contrôle vétérinaire dans les installations d'un grossiste en gibiers dont les installations de découpe et de refroidissement ont été minutieusement inspectées et agréées. Ce dernier devant attendre le passage d'un vétérinaire agréé par le ministère de la santé publique. Ce vétérinaire est donc chargé de veiller à la salubrité des bêtes abattues.

N.B. : On peut aussi remarquer que précédemment, lors de l'achat des gibiers sur les terrains de chasse, aucune garantie n'était assurée quant à la salubrité intrinsèques des pièces qui étaient mises en vente, car aucun contrôle n'existait (animaux malades).

Actuellement, le flou règne encore sur la réglementation, cependant, le chasseur est tenu lors du « relevage » du gibier de baguer celui-ci à l'aide d'un collier tel celui repris ci-dessous.

Cette bague comprend le sigle {RW} qui signifie Région Wallonne, ainsi qu'un numéro permettant la traçabilité de l'animal, et une case vide permettant une inscription au feutre.



Cette bague doit être sertie au jarret de l'animal (tendon). Un double papier de cette plaquette doit être rempli par le chasseur, celui-ci reprend les caractéristiques de l'animal ainsi que son endroit d'abattage. Les agents de la division forêt nature sont chargés de la bonne exécution de cette disposition.

A l'heure actuelle, un particulier peut toujours acheter du gibier directement sur le terrain de chasse, sans que l'animal ne soit vérifié par le vétérinaire, mais il s'expose alors et à ses risques et péril de consommer la viande d'un animal qui présenterait un danger de toxicité.

### **23.2.2. ACHAT DES GIBIERS PROPREMENT DIT :**

L'achat des gibiers de poils est assez délicat, surtout s'il est en peau. En effet, si il est aisé de voir les impacts de balle sur un chevreuil, il en est tout autrement sur un sanglier qui présente des poils longs et drus. C'est pourquoi, il convient d'examiner l'animal sous toutes ses formes, afin de voir où le(s) projectile(s) est (sont) entrés et/ou surtout sont sortis.

Si actuellement les chasseurs n'utilisent plus des munitions impressionnantes (calibre) celles-ci font néanmoins énormément de dégâts. Lorsqu'elle pénètre dans l'animal, la balle provoque un trou de 1 à 2 cm de diamètre, par contre si elle rencontre un os, elle pulvérise celui-ci et abîme toutes les chairs environnantes. Si une balle pénètre par le cou de l'animal, traverse tout le carré pour aller se fragmenter sur un os de la gigue, il va faire énormément de dégâts, les pertes seront très importantes et le prix de revient de la pièce sera singulièrement plus élevé. C'est pourquoi, l'achat des gibiers demande une grande attention pour lequel un examen approfondis de la bête est nécessaire.

Mis à part les cailles et les pigeons d'élevage qui sont généralement plumés, les gibiers de plumes sont généralement présentés non plumés et non vidés.

Les achats de gibiers en plumes sont relativement plus aisés, car ils sont souvent tirés à u plombs, ceux-ci faisant beaucoup moins de dégâts.

## **23.3.LES PREPARATIONS DE BASE :**

### **23.3.1. LE FOND DE GIBIER :**

Voir page 42

### **23.3.2. SAUCE POIVRADE :**

Voir page 50

#### **23.3.2.1. SAUCES DERIVEES DE LA SAUCE POIVRADE :**

##### **23.3.2.1.1. SAUCE GRAND-VENEUR OU VENAISON :**

Sauce poivrade complétée par 2 cuillères de gelée de groseilles et 2dl de crème par litre de sauce.

##### **23.3.2.1.2. SAUCE CHEVREUIL :**

Mirepoix de légumes et parure de gibier revenus au beurre. Mouiller vin rouge, réduire et ajouter à la sauce poivrade, passer et finir avec pointe de Cayenne + pincée de sucre.

**23.3.2.1.3. SAUCE DIANE :**

Spéciale pour côtelettes et noisettes : sauce poivrade additionnée d'une quantité assez importante de crème fouettée + garniture de truffes et blanc d'œufs durs.



## 23.4. TABLEAU DES PRINCIPALES UTILISATIONS CULINAIRES DES GIBIERS :

ESPÈCES	ANIMAUX	MORCEAUX	TECHNIQUES DE CUISSON					SUGGESTIONS
			RÔTIR	POËLER	GRILLER	SAUTER	BRAISER ,RAGOÛT	
<b>GIBIER DE POIL</b>	LEVRAULT et LIEVERE 2,5 à 3 Kg âge : 6 à 8 mois	Arrière train (pour 3 à 4 personnes selon grosseur)  Râble (pour 2 cts)  Cuisses (1 par ct)  Avant et parties nobles abîmées.	X  X	X  X			X    X	Dénervé soigneusement. Le râble et les cuisses peuvent être piquées de lard. Placer en marinade (instantanée pour les jeunes pièces)  Crème, poivrade, Diane, au genièvre  En noisette, aux groseilles, aux cerises.  Civet à la royale, terrines, pâtés, mousses etc. (les avants ne sont pas servis en restauration classique)
	LAPIN DE GARENNE 1 à 1,2 Kg âge 4 à 6 mois	Arrière train (pour 3 cts).  Râble (pour 2 cts)  Cuisses (1 par ct)	X		X		X  X	À la crème et aux pâtes fraîches, aux graines de moutarde, au paprika, à la sarricette, aux herbes de Provence, etc  Chasseur, à l'estragon.  Blanquette, gibelotte, aux pruneaux, en rillettes.
	CHEVRETTE ou CHEVREUIL	Cuissot ou gigue Selle ou carré   Côtelettes Noisettes Filets mignons  Epaule Poitrine	X X				X  X X  X X	Doit être servi rosé. Dénervé soigneusement. La chair du chevreuil ne nécessite qu'une marinade instantanée. Les grosses pièces doivent être piquées de finement de lard gras . Sauce venaison, chevreuil, moscovite, romaine, poivrade, grand-veneur, Diane, ..... Ces garnitures s'appliquent plus spécialement aux gigues et selles de chevreuil. Pour les noisettes, les filets mignons et les côtelettes. - dresser sur croûtons de pain de mie frits au beurre clarifié : poivre vert, aux cerises, aux cèpes. Pour les morceaux (épaule, collet, poitrine) ; civet : les morceaux doivent être mis à mariner quelques heures à l'avance. La liaison finale est souvent effectuée avec du sang de lièvre ou avec du sang de porc.

ESPÈCES	ANIMAUX	MORCEAUX	TECHNIQUES DE CUISSON					SUGGESTIONS
			RÔTIR	POËLER	GRILLER	SAUTER	BRAISER ET RAGOÛT	
<b>GIBIER DE POIL</b>	FAON, BICHES ET CERF.	Cuissot ou gigue, Selle, Carré Côtelettes Noisettes Filets mignons  Epaule Collet Poitrine	X X X				X X X	Doit être servi rosé. Dénervé soigneusement. Les chairs de la biche et du cerf nécessitent une marinade +/- prolongée selon l'âge de l'animal et la grosseur des morceaux (de quelques heures à deux jours maximum). Les grosses pièces doivent être piquées de lard gras. Toutes les sauces et garnitures proposées pour le chevreuil s'appliquent également à la biche et au cerf.
	SANGLIER	Cuissot, gigue ou jambon.  Filet. Carré. Noisettes. Côtelettes.  Epaule Collet Gorge Poitrine Tête	X  X X	X  X X			X X	Dénervé. Piquer les gros morceaux et les larder intérieurement. Placer en marinade (48 h. maximum). La découpe du sanglier est identique à celle du porc. Les sauces et garnitures proposées pour le chevreuil s'appliquent également pour le sanglier. Exemple de garnitures : purées de pois cassés, de lentilles, de fèves, de marrons, de céleri, d'oignons. Les bas morceaux sont principalement traités en civet, en terrine, en pâtés, en crépinettes.  La tête sert à préparer la hure (en association avec de la tête de porc, pour un produit moins sec).
	CAILLES	Entières (1 à 2 par couvert selon grosseur)	X					Pendant la cuisson, protéger les suprêmes avec une feuille de vigne, une barde de lard ou une tranche de porc fumée (selon recette). Au nid (réalisé en pommes pailles) ; aux raisins de muscat, aux figues, aux pommes, aux cerises, en croûte. Désossées et grillées (barbecue) Salades composées servies tièdes. Farcie au foie gras, en cocotte ou en cassolette. Fumée, terrine, mousses, et,....
	PIGEON	Entier : 1 par ct., ½ si farci.						Pendant la cuisson, protéger les suprêmes avec une fine barde de lard ou une tranche de bacon. À la brioche Aux petits pois, aux pois gourmands, aux fèves fraîches,

**GIBIER DE POIL****GIBIER DE PLUME**

ESPÈCES	ANIMAUX	MORCEAUX	TECHNIQUES DE CUISSON					SUGGESTIONS
			RÔTIR	POËLER	GRILLER	SAUTER	BRAISER ET RAGOUT	
<b>GIBIER DE PLUME</b>								
	PERDREAU	1 par ct	X					Pendant la cuisson, protéger la poitrine avec une fine barde de lard ou une tranche de poitrine fumée. (idem pigeonneau) - normande, vigneronne, aux lentilles vertes,....
	PERDRIX	1 par ct ½ si farcie		X		X	X	Bourguignonne, aux olive, Souvaroff,... En crapaudine, à la diable. Chartreuse, salmis, aux choux,....
	FAISAN	1 pour 2 cts 1 pour 4 cts si farci	X				X	Pendant la cuisson, protéger les suprêmes avec une fine barde de lard Sur canapé, à la broche, aux pommes, à la fondue de choux, au cidre, brabançonne,.... En cocotte : aux pleurotes, aux chanterelles, grand-mère, brabançonne, Souvaroff,.... Suprême au jus de truffes, au vinaigre de fruits, aiguillettes aux figues, fine champagne,.... Chartreuse, salmis, aux chou, à la choucroute, ballottine, terrines, mousses,.... Salades composées servies tièdes.
	CANARD SAUVAGE	1 POUR 2 CTS	x					Généralement servi rosé Bigarade, à la presse, au sang ? Rouennaise, aux figues, aux pommes, à la lie de vin, aux navets confits, aux airelles, aux baies e cassis, etc,.... Aux navets, aux petits pois, à l'orange, aux olives,.... Pour le filet et les cuisses, pour la préparation à la rouennaise. Pour les filets seulement : au cidre, au vinaigre, et au miel, au poivre,.... Uniquement pour les sujets âgés : salmis, terrines, pâtés, ballottines, mousses diverses,....

## **23.5. LA CUISSON DES GIBIERS :**

### **23.5.1. LES GIBIERS RÔTIS :**

#### **23.5.1.1. LES GIBIERS DE POIL :**

##### **23.5.1.1.1. LES PETITS GIBIERS :**

###### **23.5.1.1.1.1. LE RÂBLE DE LIÈVRE :**

Il est généralement servi pour deux couverts comprend tout le dos du lièvre depuis les premières côtes jusqu'à l'attache des cuisses.

Il doit être paré, dénervé et piqué finement de lard gras. Il n'est pas indispensable de le faire mariner, si cependant on le fait, le temps de marinade sera très court.

###### **23.5.1.1.1.1.1. TECHNIQUE DE PRÉPARATION DU RÂBLE DE LIÈVRE CRÈME :**

1. Mettre en marinade pendant quelques heures avec vin blanc et retourner souvent le râble.
2. Egoutter, éponger et assaisonner.
3. Faire partir à feu vif dans la matière grasse bien chaude côté extérieur le 1<sup>er</sup> dans le beurre et cuire à four chaud pendant  $\pm$  15 minutes (retourner en cours de cuisson).
4. Arrivé presque au terme de cuisson, retirer le râble et le tenir au chaud.
5. Ajouter dans le beurre de cuisson une fine mirepoix d'échalote et carottes ( $\pm$  1 cuillère à potage par râble).
6. Dégraisser et déglacer avec un peu de vin blanc ou marinade et faire réduire.
7. Mouiller crème (poivrade), remettre le râble dans la sauce et le tenir en attente en l'arrosant de crème.
8. A l'envoi, repasser un petit moment au four et arroser.
9. Dresser le râble sur plat, rectifier épaisseur et assaisonnement (gouttes jus de citron), passer chinois mousseline et ajouter une noix de beurre.
10. Napper légèrement le râble et le reste de la sauce à part.

###### **Remarques et dressage :**

1. On peut dresser le râble sur socle en mie de pain frit, mais on le remplace souvent par des petits canapés en forme de cœur tartinés de gelées de groseilles.
2. Garnir le plat avec des tranches de citron cannellées et des tranches de betteraves rouges cannellées + un peu de cresson.
3. Le râble s'accompagne de pommes allumettes, pommes gaufrettes et de compotes diverses ou de purées de légumes diverses (marrons, carottes, céleri rave, etc..)

### **23.5.1.1.1.2. TECHNIQUE DE PRÉPARATION D'UN RÂBLE DE LIÈVRE SAUCE POIVRADE :**

1. Mariner très court mais au vin rouge.
2. Même traitement et cuisson que pour le râble sauce crème.
3. Après cuisson retirer et ajouter fine mirepoix, carottes, céleris, échalotes
4. .
5. Dégraisser, déglacer cognac, vin rouge ou marinade, réduire.
6. Ajouter sauce poivrade, rectifier épaisseur, assaisonnement et passer au chinois.
7. A l'envoi monter légèrement la sauce au beurre.

### **23.5.1.1.2. LES GRS GIBIERS PIECÉS :**

Cette préparation se rapporte aux gros gibiers, c'est-à-dire cuissots, gigues ou selles de chevreuil, marcassin, biche ou faon.

#### **23.5.1.1.2.1. PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES :**

Ces pièces sont dénervées, parées et piquées de lard gras, elles seront marinées ou non suivant l'âge de la bête, généralement on fera une marinade courte et l'on retournera les pièces le plus souvent possible.

#### **23.5.1.1.2.2. TECHNIQUE DE CUISSON :**

1. Egoutter, éponger, assaisonner.
2. Faire rôtir dans la matière grasse bien chaude et dans un ustensile de juste dimension.
3. Continuer la cuisson à four chaud en arrosant de matière grasse.
4. Tenir la pièce de viande rosée sauf marcassin et sanglier.
5. En fin de cuisson, ajouter un peu de légumes de la marinade bien égouttés.
6. Retirer la pièce de viande et la tenir au chaud.
7. Déglacer l'ustensile avec un peu de marinade et faire réduire.
8. A cette réduction ajouter sauce poivrade, passer au chinois mousseline et terminer la sauce suivant dénomination. Ces gibiers sont généralement accompagnés de purée de marrons, de purée de raves, de pommes fruits pochés...

### **23.5.1.2. LES GIBIERS DE PLUME :**

#### **23.5.1.2.1. LES CAILLES :**

##### **23.5.1.2.1.1. TECHNIQUE DE CUISSON DES CAILLES ROTIES A LA LIEGEOISE :**

1. Nettoyer, flamber, vider et brider les cailles.
2. Assaisonner, cuire en cocotte dans le beurre bien chaud.
3. Pendant la cuisson (environ 15 minutes), les retourner sur toutes les faces pour les colorer de façon uniforme.

4. A mi-cuisson, ajouter quelques baies de genévrier entières.
  5. Lorsque les cailles sont cuites, les flamber au genièvre ou au gin.
  6. Parsemer de baies finement hachées.
  7. Retirer les cailles et déglacer avec le jus de veau - rectifier assaisonnement.
  8. Terminer par un court filet de genièvre. Faire mijoter quelques instants avant de replacer les cailles dans l'ustensile.
- Ajouter les croûtons en forme de bâtonnets et servir dans l'ustensile.  
Elles s'accompagnent indifféremment de pommes noisettes, château, cocottes, etc.  
L'excès de baies de genévrier, surtout hachées, apporte de l'amertume à la préparation, soyez donc prudent.  
Il est indispensable de retirer les viandes lors d'un déglacage, faites-en une règle absolue.

### **23.5.1.2.2. LE PERDREAU :**

#### **23.5.1.2.2.1. TECHNIQUE DE PRÉPARATION D'UN PERDREAU RÔTI SUR CANAPÉ :**

1. Après avoir été plumé, flambé et vidé, le barder et l'envelopper dans une feuille de vigne.
  2. Assaisonner l'intérieur et le rôtir au four, en cocotte (au four).
  3. Après ± 20 minutes de cuisson, retirer la barde et feuille de vigne, assaisonner légèrement la poitrine, arroser de beurre et faire colorer.
  4. Dresser le perdreau sur canapé et recouvrir de la feuille de vigne, déglacer l'ustensile de cuisson avec 1 filet d'eau afin de garder la sauce la plus nature possible.
  5. Garnir de cresson.
- Tous les apprêts du faisan sont applicables au perdreau.

### **23.5.1.2.3. BECASSE ET BECASSINE :**

#### **23.5.1.2.3.1. TECHNIQUE DE PREPARATION D'UNE BECASSE FINE CHAMPAGNE :**

1. Rôtir la bécasse en cocotte ou casserole en terre, tenir bien rosé + 12 minutes.
2. Après cuisson, découper en quatre et disposer les morceaux dans une cocotte ronde avec la tête au-dessus, couvrir et tenir au chaud.
3. Déglacer l'ustensile avec fine champagne, flamber et ajouter la carcasse concassée.
4. Ajouter un peu de fumet de gibier ou à défaut un peu de jus de veau et faire mijoter quelques minutes, ajouter ensuite les intestins concassés.
5. Passer le tout au chinois en pressant la carcasse. Rectifiez l'assaisonnement.
6. Verser ce coulis sur les morceaux de bécasse et donner un coup de chaud sans faire bouillir. On peut servir un petit canapé tartiné soit au foie gras, soit avec une partie des intestins hachés.

### **23.5.1.2.4. LE FAISAN, LE CANARD SAUVAGE :**

#### **23.5.1.2.4.1. TECHNIQUE DE PREPARATION D'UN FAISAN CRÈME :**

1. Cuire le faisan en cocotte avec 1 oignon coupé en quatre ou 2 échalotes. ?
2. A ¾ cuisson, dégraissez si nécessaire et arrosez avec 1,5dl crème.
3. Finir la cuisson en arrosant souvent.

4. Après cuisson ajouter quelques gouttes de jus de citron, une pointe de glace de viande, rectifiez épaisseur et assaisonnement, passer au chinois et ajouter une noix de beurre.

#### 23.5.1.2.4.2. TECHNIQUE DE PREPARATION D'UN FAISANT FINE CHAMPAGNE :

1. Rôtir le faisant soit en cocotte, soit au four.
2. Après cuisson le retirer, faire tomber une fine mirepoix d'échalotes et carottes puis dégraissez.
3. Déglacez cognac + excellent jus de veau et réduire.
4. Mouiller crème, réduire et ajouter un peu de foie gras, passer au tamis (ou purée de foie gras).
5. Rectifiez épaisseur et assaisonnement, passez au chinois , beurrer et napper.
6. Garniture : lames de truffe et/ou tête de champignons cannellées + petit canapé.

### 23.5.2. LES GIBIERS POÊLES :

Ce mode de cuisson des gibiers sera surtout appliqué aux gibiers de plume. En ce qui concerne les gibiers de poil, les mêmes principes de cuisson que les viandes s'appliquent à ceux-ci.

De même, la cuisson des gibiers de plume par poêlage s'apparente à la cuisson des volailles poêlées. Voici néanmoins une recette particulière surtout applicable au faisane.

#### 23.5.2.1. TECHNIQUE DE PREPARATION D'UNE POULE FAISANE EN COCOTTE SOUWAROFF OU SOUVAROFF :

Cette recette provient du couvent d'Alcantara. On sait que, au début de la campagne de Napoléon au Portugal en 1807, la bibliothèque du couvent fut pillée par les soldats français et que les précieux manuscrits qui s'y trouvaient servirent à la préparation des cartouches.

Or, un commissaire des guerres assistant à cette opération, trouva, parmi un recueil de recette notées par les moines cette recette qui à l'époque était seulement réservée au perdreau.

Elle lui parut intéressante et l'introduit en France l'année suivante après l'avoir essayée.

1. Placer la veille de la préparation dans un récipient hermétique, ou mieux sous-vide : Un lobe de foie gras, des truffes fraîches, du madère, du Porto, de la glace de viande blonde pas trop réduite, ou mieux de gibier légèrement beurrée. Conserver en enceinte réfrigérée.
2. Retirer les truffes et le foie gras de la marinade. Pocher les truffes dans cette marinade 5 à 8 minutes suivant grosseur.
3. Les débarrasser et les conserver à couvert.
4. Pocher le lobe de foie gras dans la cuisson des truffes , l'égoutter.
5. Habiller la poule faisane, la farcir avec le foie gras, la brider et la barder.
6. La faire colorer dans une cocotte, l'ôter et ajouter la garniture aromatique.
7. Poêler la poule sur celle-ci, la tenir vert-cuit
8. La débrider, ôter la barde de lard et la disposer dans la cocotte avec les truffes réservées.
9. Réaliser le fond de poêlage en déglaçant le récipient de cuisson avec le jus de cuisson du foie gras et des truffes.

10. Compléter le mouillement avec du fonds de faisan brun lié (à défaut, fonds de gibier lié ou fonds de volaille brun également lié).
11. Verser le fond de poêlage dans la cocotte où se trouvent poule faisane et truffes.
12. Luter hermétiquement la cocotte au repère.
13. Placer la cocotte dans un four très chaud (240°C.) un quinzaine de minutes de manière à terminer simultanément les cuissons des truffes, du foie gras et de la poule faisane.
14. Ouvrir la cocotte devant le client, de manière à tout comme pour une papillote il puisse en humer tous les parfums.

Cette recette, sans le « décorum » de la cocotte lutée, pourrait également être réalisée sous-vide.

### **23.5.3. LES GIBIERS GRILLES :**

Ce mode de cuisson ne peut s'appliquer qu'à de très jeunes sujets pour les gibiers de poil (lapin de garenne).

Concernant les gibiers de plume, seuls les cailles et les perdrix peuvent se cuire selon cette méthode de cuisson.

### **23.5.4. LES GIBIERS SAUTES :**

#### **23.5.4.1. LES GIBIERS DE POIL :**

Cette préparation est spéciale aux petites pièces, c'est-à-dire noisettes et côtelettes et cuisses de lièvre détaillées, (suivant grosseur de celles-ci).

##### **23.5.4.1.1. PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES :**

On les pique généralement très finement de lard gras. Les petites pièces peuvent être légèrement marinées.

##### **23.5.4.1.2. TECHNIQUE DE PRÉPARATION :**

1. Les faire sauter vivement dans un ustensile à fond épais, assaisonner et bien les colorer sur les deux faces.
2. Après cuisson, les retirer et ajouter une fine mirepoix.
3. Dégraissez, déglacez marinade ou cognac.
4. Faire réduire, ajouter sauce poivrade ou crémer.
5. Réduire légèrement et passer au chinois, monter légèrement au beurre suivant préparation.

**Remarques :** Les tenir bien rosées, les noisettes se dressent sur plat rond et à raison de 2 pour 1 ct. Elles se dressent sur petits canapés ronds ou petits canapés en forme de cœur, disposés entre les noisettes (se tartine parfois de purée de foie gras).

#### **23.5.4.2. LES GIBIERS DE PLUME :**



Seuls les filets de faisan et de canard sauvage seront cuits selon cette technique et leur cuisson s'apparente aux volailles.

### **23.5.5. LES GIBIERS EN CIVET (ou ragoût):**

Cette technique de cuisson s'appliquera principalement aux gibiers de poils, dont on utilisera les morceaux de 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> catégorie, de même que les morceaux de première catégorie qui seraient éventuellement abîmés.

#### **23.5.5.1. PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES :**

1. Pour le lièvre, bien recueillir le sang en le vidant et le tenir en réserve avec un filet de vinaigre (empêcher la coagulation). Réserver également le foie dont on aura immédiatement enlevé le fiel et les parties contaminées.
2. Détailler en morceaux réguliers, poitrine, cou et épaule (ceci pour le gros gibier). Pour le lièvre on découpera principalement les avants mais on peut améliorer le civet en ajoutant les cuisses et parfois les râbles abîmés.
3. Mettre les morceaux en marinades. (voir point 16.1.2 ;16.1.3).

#### **23.5.5.2. TECHNIQUE DE PRÉPARATION :**

1. Egoutter les morceaux de viandes et bien égoutter.
2. Assaisonner en sel et poivre.
3. Les faire revenir à la poêle pour bien les colorer.
4. Faire revenir également à la poêle les légumes de la marinade bien égouttés.
5. Placer viandes et légumes en braisière, singer et passer au four pour colorer la farine et ajouter pointe d'ail.
6. Mouiller avec la marinade et compléter avec vin rouge et fonds (généralement avec fond de gibier ou de l'eau).
7. Assaisonner sel, poivre.
8. Amener à ébullition en remuant, couvrir et cuire au four.
9. Après cuisson décanter.
10. Rectifier en assaisonnement, éventuellement faire réduire, terminer en liant légèrement au sang (lièvre au porc).
11. Ramener à léger frémissement + filet de cognac.

#### **23.5.5.3. DRESSAGE :**

1. Ajouter aux morceaux de gibier, une garniture de lardons revenus, et champignons sautés dans la graisse des lardons et petits oignons cuits à brun.
2. Passer la sauce au chinois sur le tout.
3. A l'envoi, disposer petit canapé en forme de cœur cette sauce comme toutes les autres sauces gibier ne peut être trop liée.

### **23.5.6. LES GIBIERS BRAISES :**

### **23.5.6.1. LES GIBIERS BRAISES A BRUN :**

Cette technique de cuisson s'appliquent surtout au lapereau.

#### **23.5.6.1.1. TECHNIQUE DE CUISSON D'UN LAPEREAU SAUTE CHASSEUR ;**

- 1- Découper le lapereau suivant méthode.
- 2- Assaisonner et fariner les morceaux, secouer pour en enlever l'excédent.
- 3- Déposer dans le beurre bien chaud (noisette) et colorer légèrement de chaque côté.
- 4- Mouiller presque à hauteur et placer dans le four bien chaud. Couvrir, surveiller souvent la cuisson.
- 5- Au terme de celle-ci, retirer les morceaux de lapin et faire réduire le jus de cuisson restant.
- 6- Durant la cuisson du lapin, faire sauter les champignons coupés en quartier dans du beurre bien chaud (feu vif).
- 7- Ralentir la source de chaleur et ajouter les échalotes hachées. Les faire cuire sans les colorer.
- 8- Déglacer avec le vin blanc et réduire de moitié.
- 9- Ajouter le Cognac, flamber, la sauce demi-glace - cuire quelques minutes.
- 10- Remettre dans cette sauce dans la cuisson du lapin - ajouter les morceaux de viande.
- 11- Terminer en ajoutant les fines herbes hachées, tenir au chaud; rectifier assaisonnement et consistance.
- 12-A l'envoi, saupoudrer de persil haché.

### **23.5.6.2. LES GIBIERS BRAISES A BLANC :**

Cette technique de cuisson s'appliquera au gibiers de plumes

#### **23.5.6.2.1. TECHNIQUE DE CUISSON D'UNE PERDRIX EN CHARTREUSE :**

- 1-Vider, barder, assaisonner les perdrix.
- 2-Colorer les faisans au beurre et les cuire une vingtaine de minutes.
- 3-Déglacer avec un filet d'eau et tenir ce déglacage de côté.
- 4-Pendant ce temps, couper le chou vert en quatre, enlever le trognon et le laver.
- 5-Blanchir le chou quelques minutes à l'eau bouillante, ensuite l'égoutter.
- 6-Mettre 2 cuillères à potage de saindoux dans un ustensile à fond épais; y faire tomber l'oignon émincé.
- 7-Ajouter la moitié du chou pressé légèrement et concassé. Assaisonner de sel, poivre et muscade. Déposer les perdrix.
- 8-Recouvrir avec le restant du chou et y enfouir le morceau de lard, le saucisson, la carotte entière et cannelée, le bouquet garni.
- 9-Mouiller le tout au 3/4 de la hauteur avec du fonds blanc (ou eau), recouvrir d'un papier beurré et d'un couvercle.
- 10-Amener à ébullition et cuire au four à couvert (2 bonnes heures).
- 11-Le lard et le saucisson seront retirés avant la perdrix et tenus au chaud.

### **23.5.6.2.2. DRESSAGE :**

- 1-Beurrer grassement un légumier, bol ou autre récipient.
- 2-Garnir les parois du bol en alternant quelques rondelles de carottes, une tranche de saucisson, une tranche de lard par personne, le tout taillé assez finement.
- 3-Tapisser le tout d'une épaisse couche de chou.
- 4-Au centre placer les perdrix coupées en deux et débarrassées d'une partie des os. Recouvrir le tout de chou.
- 5-Bien tasser et retourner le bol sur un plat rond.
- 6-Egoutter le jus tombé du plat et démoluer, verser autour le déglacage réservé.
- 8-Servir avec pommes nature.

### **23.5.6.3. LES GIBIERS EN SALMIS :**

Le salmis est peut être la plus fine et la plus parfaite des préparations de gibier, que nous ait léguées l'ancienne cuisine. Cependant, cette préparation n'a plus tellement la faveur du client, ayant été dénaturée avec le temps (récupération du produit déjà cuit).

Cette technique s'applique aux jeunes sujets de plume dont la taille est suffisante pour être découpés.

#### **23.5.6.3.1. TECHNIQUE DE CUISSON D'UN SALMIS DE FAISAN :**

- 1) Rôtir le faisan en le tenant vert cuit sans excès et déglacer l'ustensile de cuisson.
- 2) Le découper vivement en morceaux en quart ou plus.
- 3) Enlever la peau et tenir au chaud dans l'ustensile dans lequel on aura fait sauter des têtes de champignons cannellées, ajouter lames de truffe et filet de cognac.
- 4) D'autre part, faire suer une fine mirepoix (carottes, échalotes, céleri), y ajouter les peaux, les parures, carcasses concassées et faire suer le tout.
- 5) Flamber cognac.
- 6) Mouiller vin blanc et faire réduire fortement.
- 7) A cette réduction, ajouter un peu d'excellent jus de veau lié ou fumet de gibier + le déglacage de l'ustensile de cuisson.
- 8) Faire cuire doucement une vingtaine de minutes.
- 9) Passer au chinois en foulant les carcasses.
- 10) Faire réduire légèrement, vérifier assaisonnement, beurrer et napper les morceaux.  
On peut servir des petits canapés tartinés de foie gras ou farce à gratin.

#### **Définition farce à gratin :**

Assaisonner foie de volaille, sel, poivre et épices.

Faire sauter légèrement avec un peu de lard gras. Passer à la fine plaque puis tamis.

Farce à gratin pour gibier.

Idem + chair de gibier.

## **24. LES CHARCUTERIES :**

## 24.1. LES SAUMURES :

### 24.1.1. INTRODUCTION:

La saumure est une solution d'eau et de sel, aromatisée par une infusion d'aromates. Elle contient en outre du nitrate de potassium (salpêtre) et du sucre, qui sont des adjuvants de coloration de la viande.

La quantité de sel varie suivant le genre de viande à saler (jambon d'Ardenne, jambon cuit, bacon ...) La densité d'une saumure se mesure en degré Baumé.

*Aréomètre Baumé ou pèse-sel:*

*(Antoine Baumé: Pharmacien et chimiste Français né à Senlis en 1728 et mort à Paris en 1804).*

*Le pèse sel est utilisé pour vérifier la teneur en sel des saumures. Sa graduation en degré varie de 0 à 30°B. Il est lesté de façon à être immergé presque complètement dans l'eau distillée et on marque le zéro au point d'affleurement; ensuite on le plonge dans 850 gr d'eau distillée et 150 gr de sel. Au point d'affleurement on indique 15, on partage l'intervalle de 0 à 15 en 15 parties égales, on continue les graduations ensuite.*

L'eau pure a donc une densité de 0°B. et l'eau saturée en sel atteint environ 26°B. La quantité de sel variera suivant si le produit doit être cuit, séché ou fumé, conservé longtemps, etc.

La durée du salage sera fonction de l'importance (volume) de la pièce à traiter.

### 24.1.2. LEGISLATION DU 8 JUIN 1983:

#### 24.1.2.1. EXIGENCES RELATIVES À LA SAUMURE ; DÉFINITION:

- Saumure de base : Une solution aqueuse de sel ou de sel nitrite.

- Saumure: saumure de base à laquelle une ou plusieurs substances ont été ajoutées :

- saccharoses, sucre intervertit, dextrose, sirop de glucose, miel;
- vinaigre;
- extraits de fumée naturelle;
- les additifs autorisés dans les produits de viande selon la réglementation les concernant;
- épices et leurs extraits et herbes aromatiques et leurs extraits;
- extraits de viandes;
- boissons alcoolisées.

- Le saumurage: L'imprégnation à l'aide de saumure de la viande, de la viande préparée ou de la préparation de viande avec comme conséquence une action conservatrice du sel.

#### 24.1.2.2. EXIGENCES RELATIVES AU SAUMURAGE:

- L'eau utilisée à la préparation d'une saumure doit être potable.
- Le sel et le sel nitrité, ainsi que les autres ingrédients et les additifs doivent satisfaire aux dispositions des réglementations existantes pour chacun d'eux.
- La saumure ne peut contenir de protéines d'origine non carnée.

- La technique, la durée du saumurage et la composition de la saumure doivent être tels qu'il soit satisfait aux conditions prescrites dans la réglementation fixant la liste des additifs autorisés dans les denrées alimentaires.
- Dans le local où s'effectue le saumurage, il est interdit de procéder à d'autres opérations et la température de ce local ne peut dépasser 10°C.
- Le saumurage des boyaux naturels ne peut s'effectuer qu'à l'aide d'une solution aqueuse de sel, à l'exclusion du sel nitrite.

### **24.1.2.3. LES SAUMURES :UTILISATION :**

#### **24.1.2.3.1. BUT D'UNE SAUMURE :**

Le but de l'élaboration d'une saumure est de saler des aliments pour en assurer la conservation.

#### **24.1.2.3.1.1. INGREDIENTS D'UNE SAUMURE :**

##### **24.1.2.3.1.1.1. LE SEL :**

L'addition de sel à la viande est le procédé le plus ancien pour augmenter la durée de conservation de la viande.

Il peut être considéré comme un antiseptique, mais très faible, car il ne détruit pas toutes les sortes de microbes.

Il permet une bonne conservation, il contrecarre le croûtage lors de la salaison et il permet la libération des albumines nécessaires à la liaison des produits.

##### **24.1.2.3.1.1.2. LES ADJUVANTS :**

#### **24.1.2.3.1.1.2.1 SORTES D'ADJUVANTS :**

- Les sortes d'adjuvants sont le salpêtre  $\text{KNO}_3$  ou nitrate de potassium
- Le nitrite,  $\text{NaNO}_2$  ou nitrite de sodium.
- Les sucres.
- Les aromates.

#### **24.1.2.3.1.1.2.2 BUTS D'UTILISATION :**

Ils sont utilisés en vue de maintenir la couleur de la viande en agissant sur la myoglobine (matière pigmentaire du muscle) que l'on trouve à la dose de 1,3 à 3 g. par kilo pour le bœuf et de 0,4 à 1,7 g. pour le porc ainsi que sur l'hémoglobine (matière pigmentaire se trouvant dans le sang).

Le rôle des adjuvants est de fixer et stabiliser chimiquement la couleur des salaisons ainsi que de réduire l'oxygène, afin d'empêcher l'oxydation rapide des produits exposés à la lumière.

#### **24.1.2.3.1.1.2.3 METHODE D'UTILISATION DU SALPETRE :**

Il agit très lentement et demande un présalage de 24 heures nécessaire en vue de sa transformation de salpêtre en nitrite est l'œuvre de bactérie aérobie dont l'action se situe entre 5° et 60° C. et est optimale à 35°.

La dose d'emploi est de 0,5 g. par kg dans la viande et en saumure de 8 gr par 10 L. d'eau.

Il stabilise très bien la coloration et est employé de préférence aux produits crus.

#### **24.1.2.3.1.1.2.4 METHODE D'UTILISATION DU NITRITE DE SODIUM :**

Il est employé sous forme de sel nitrité contenant maximum 6 g. de nitrite par kilo de sel.

La dose d'emploi dans la viande, sous forme de sel nitrité est fonction de la quantité de sel et en saumure selon le degré B.: Exemple: pour une saumure à 11 °B. pour 100 litres d'eau, on utilisera 12 kg 100 de sel nitrité.

L'avantage du nitrite est qu'il agit rapidement (dans les 30 minutes) et ne demande pas de présalage. Il est destiné aux produits cuits.

#### **24.1.2.3.1.1.2.5 LES SUCRES :**

Ils favorisent le développement rapide de la flore microbienne dans les saumures et les viandes.

Ils communiquent, en présence des nitrites, une belle couleur à la viande.

Leur dose d'emploi est de 1 g. par kilo de viande et de 10 g. par litre de saumure.

#### **24.1.2.3.1.1.2.6 LES AROMATES :**

Les aromates les plus diverses peuvent être employés, leur sélection et leur dosage permettront à chaque artisan de personifier ses préparations.

### **24.1.3. LES DIFFERENTES SAUMURES:**

Nous avons le choix entre 4 saumures:

- La saumure semi-bouillie.
- La saumure bouillie.
- La saumure non-bouillie.
- La saumure « sèche ».

#### **24.1.3.1. LA SAUMURE SEMI-BOUILLIE:**

1. Mettre dans 10 litres d'eau les aromates et porter 10 minutes à ébullition.
2. Verser le sel, les adjuvants et la décoction bouillante dans les 90 litres d'eau restants.
3. Cette formule est économique au point de vue combustible et dégradation de matériel.
4. Elle permet en outre, un prix de revient, une aromatisation et une conservation optima.
5. Cette saumure est employée pour la salaison des viandes cuites et crues.

**24.1.3.2. LA SAUMURE BOUILLIE:**

1. Mettre dans 100 litres d'eau: le sel, les aromates, les adjuvants de coloration et porter à ébullition 10 minutes.
2. Ecumer ; cette façon de procéder permet la destruction de la flore microbienne par ébullition, avantageant ainsi la pureté des produits tout en donnant une aromatisation parfaite.
3. Cette saumure est réservée pour les préparations crues.

**24.1.3.3. LA SAUMURE NON-BOUILLIE:**

1. Mettre dans un saloir 100 litres d'eau, les aromates et les adjuvants. C'est une formule simple et peu onéreuse. Les produits ont une saveur de sel et de viande, sans plus.
2. Actuellement beaucoup de salaisoniers utilisent la saumure non-bouillie pour la fabrication de jambons d'épaule cuites. Dans ce cas, on remplace les aromates par des arômes naturels, ce qui donne de très bons résultats et une aromatisation parfaitement dosée.

Dans notre métier, et afin de travailler de façon rationnelle, l'emploi de la saumure semi-bouillie est préférable.

**24.1.3.4. LA SAUMURE « SECHE »:**

La pièce à saler est parée, frictionnée de sel pour provoquer une déchirure superficielle des chairs qui facilitera la pénétration de la saumure par la suite.

Le lendemain, on recouvre la pièce d'une composition de gros sel et d'aromates

**24.1.4. PREPARATION D'UNE SAUMURE:****24.1.4.1. SAUMURE SEMI-BOUILLIE :**

Formule :  $\frac{100 \times \text{degré baumé}}{100 - \text{degré baumé}} = \text{gr de sel par dl d'eau}$

Exemple: Comment obtenir 50 L. de saumure titrant 16°B. ?

$$\frac{100 \times 16}{100 - 16} = \frac{1600}{84} = 19 \text{ g.} \times 500 = \mathbf{9500 \text{ g. de sel}}$$

Comment obtenir 1°B par litre d'eau ?

$$\frac{9500}{50} = 11,875 \text{ g. de sel}$$

$$\frac{50}{16}$$

Autre méthode de calcul:

850 g. d'eau + 150 g. de sel = 1 L à 15°B.

1 g. d'eau à 15 °B = 150

850

$$1000 \text{ g. d'eau à } 15 \text{ }^\circ\text{B} = \frac{1000 \times 150}{850} = 176 \text{ g.}$$

$$1000 \text{ g. d'eau à } 1^\circ\text{B} = \frac{176}{15} = 11,73 \text{ g. de sel}$$

Ces 2 calculs, bien que différents ne donnent qu'une différence de 0,145 g. de sel pour 1 litre d'eau titrant 1°B..

Etant donné, que de nombreuses particules se trouvent en suspension dans l'eau, on peut admettre sans se tromper 11 g. de sel par litre d'eau = 1°B.

Les adjuvants de coloration sont de: 8 g. de salpêtre par litre

10 g. de sucre par litre

### **Traitement:**

Faire une infusion avec les aromates suivants: (proportions pour 50 litres de saumure titrant 16 °B.).

- Poivre en grains 150 g.
- Thym en branches 25 g.
- Feuilles de laurier 10 g.
- Clous de girofle 10 g.
- Ail 5 gousses.
- Sauge 10 g.
- Baies de genévrier 10 g.
- Sarriette 10 g.

Mettre ces ingrédients dans 5 litres et porter cette composition à ébullition durant 5 minutes.

Verser le sel, (pour rappel 9500 g.), les adjuvants de coloration et la décoction bouillante dans 45 litres d'eau.

Laisser bien dissoudre le tout, mesurer la densité avec le pèse-sel (quand le sel est bien dissout) et rectifier suivant le cas.

La durée de conservation d'une saumure est fonction de sa densité, de son emplacement (frigo, cave) et de sa fréquence d'utilisation. Quand la saumure commence à mousser en surface et à présenter une odeur ammoniacale, il est nécessaire de la remplacer.

Bien nettoyer le bac devant recevoir la nouvelle saumure.

Saumure pour viande à cuire: 10 à 15°B..

Saumure pour viande à conserver et à sécher: 16 à 20 °B.

ou saler cette dernière dans du gros sel sec aromatisé.

### **24.1.4.2. SAUMURE « SECHE »:**

Mélange de gros sel et d'aromates divers

### **Composition:**



- 10 kg de gros sel marin.
- 0,150 kg de salpêtre.
- 0,400 kg de sucre fin.
- 50 g. de poivre en grains écrasés.
- 25 g de thym, laurier, baies de genévrier.
- 10 g. d'ail.

### **24.1.4.3. EXEMPLES D'UTILISATION DES SAUMURES:**

#### **24.1.4.3.1. LE JAMBON SEC:**

1. Choisir un jambon bien frais, parer l'excédent de graisse, enlever l'araignée et l'os du pubis en prenant bien soin de laisser l'extrémité cartilagineuse de l'os sur le jambon afin d'éviter d'avoir un trou dans la chair, ce qui serait néfaste à la conservation du jambon pendant son séchage.

2. Plier le jambonneau à l'articulation du genou et presser avec le poing le long du fémur pour comprimer les vaisseaux sanguins et exprimer ainsi le sang pouvant rester à l'intérieur.

3. Frictionner l'extérieur du jambon avec du sel afin de provoquer une déchirure superficielle des chairs qui facilitera la pénétration du sel par la suite.

4. Le lendemain, déposer le jambon sur un lit de saumure « sèche » (voir point 1.5.2.) et le recouvrir de la même composition.

Le jambon sera salé pendant 21 jours s'il pèse de 8 à 10 kg et 28 jours de 10 à 12 kg.

5. La salaison étant terminée, on le dessalé dans une grande quantité d'eau froide durant 12 heures.

6. Le suspendre ensuite dans un endroit frais; la température ambiante sera comprise entre 10 et 18°C. avec une préférence entre 12 et 15°C.

Une hygrométrie avoisinant les 75% sera souhaitable. Il subira ainsi une maturation de 6 à 9 mois.

Si au cours du séchage, le jambon se pigmente en surface d'une fine moisissure blanche, c'est qu'il se trouve dans des conditions de séchage favorables, par contre s'il se tache de moisissures vertes, l'humidité est trop forte. Il faudra alors le brosser à l'eau froide et le pendre dans un endroit plus sec.

Pour placer le jambon hors d'atteinte des mouches, on peut l'enfermer dans un sac.

Si l'on désire un jambon d'Ardennes, il sera en plus fumé pendant très longtemps dans une fumée légère et à l'abri d'une chaleur trop importante, jusqu'à ce qu'il obtienne une belle coloration brune (attention législation).

#### **24.1.4.3.2. LE JAMBON CUIT:**

1. Choisir un jambon bien frais, parer l'excédent de graisse, enlever l'araignée et l'os du pubis en prenant bien soin de laisser l'extrémité cartilagineuse de l'os sur le jambon afin d'éviter d'avoir un trou dans la chair.

2. Plier le jambonneau à l'articulation du genou et presser avec le poing le long du fémur pour comprimer les vaisseaux sanguins et exprimer ainsi le sang pouvant rester à l'intérieur; ce sang risquerait de laisser des taches brunes dans le jambon après la cuisson.
3. Frictionner l'extérieur du jambon avec du sel afin de provoquer une déchirure superficielle des chairs qui facilitera la pénétration du sel par la suite. Laisser reposer une nuit au frigo.
4. Le lendemain, plonger le jambon dans une saumure titrant 12°B. et le laisser saler pendant 21 jours. Il est possible d'écourter le temps de salage (3 à 4 jours) en injectant de la saumure directement dans le jambon à l'aide d'une seringue spéciale, mais cette opération demande des connaissances pratiques plus poussées.
5. Les 21 jours de salage étant écoulés, dessaler le jambon à grande eau durant 4 heures; ensuite le suspendre en frigo ou dans un endroit frais (cave) et le laisser en maturation pendant une semaine; Ensuite, on peut facultativement le fumer légèrement.
6. La fin du traitement peut se poursuivre de deux façons:
  - a) Désosser le jambon entièrement, ôter les aponévroses, le recoudre et le placer dans un moule pour jambon cuit, couennes en dessous et le garder au frais jusqu'au lendemain. Effectuer la cuisson en plongeant le moule contenant le jambon dans de l'eau ayant une température de 75 à 80°C.. Laisser cuire pendant un temps équivalent à 40 minutes par kilo de jambon désossé.
  - b) Emballer le jambon bien serré dans un linge et le cuire dans un fonds blanc. La température sera de 75 à 80°C. et la durée de cuisson sera de 45 minutes par kilo.
- 7- Après cuisson, retirer le jambon du fonds, le laisser refroidir et le garder au frais jusqu'au lendemain.
8. Le jambon en moule sera démoulé au plus tôt le lendemain, en le plongeant quelques instants dans de l'eau bouillante.  
Dans les deux cas, bien laver le jambon à l'eau chaude, l'éponger et le garder au frais.

## 24.2. LES PÂTÉS ET FARCES :

### 24.2.1. LES PÂTES :

#### 24.2.1.1. GENERALITES :

On distingue un bon produit de charcuterie d'après son apparence, sa couleur, son goût et sa texture.

On doit obtenir une pâte qui, à l'état cuit, doit présenter une parfaite tenue tout en ayant du moelleux.

La couleur est rose plus ou moins prononcée selon la nature de la viande.

#### **24.2.1.2. COMPOSANTS DE BASE :**

- Viande maigre.
- Gras durs.
- Liquide (glace, eau, lait, gelée, fonds, fumets).
- Assaisonnement.
- Liant (œufs, farine, protéines).

#### **24.2.1.3.LES VIANDES, LE GRAS:**

La viande de porc est celle qui donne de meilleurs résultats au point de vue saveur et couleur du produit fini. Suivant le genre de préparation, la viande de porc sera utilisée en mélange avec d'autres viandes, mais elle sera toujours présente dans les préparations de charcuterie.

ex.: - galantine de veau -> viande de porc et viande de veau.  
- galantine de faisan -> viande de porc et chair de faisan.  
- ballottine de volaille -> viande de porc et chair de volaille.

La viande de bœuf maigre est utilisée fréquemment après triage, mélangée à celle de porc, mais si elle provient d'animaux trop âgés, il vaut mieux l'éliminer car ayant une trop mauvaise rétention d'eau; cependant elle n'offre que peu de valeur gustative et donne des produits assez médiocres.

La viande de veau maigre est riche en protéines et présente une viande claire. Associée à la viande de porc, elle donne d'excellents résultats.

#### **Remarque:**

Les viandes seront soigneusement triées, débarrassées des aponévroses. Il faut en effet éviter un frottement des cellules qui provoquent un échauffement. De plus, les morceaux maigres seront parfaitement dégraissés, car la graisse n'est pas savoureuse, est difficile à digérer et son aptitude à graisser le palais contribue à diminuer la succulence des préparations.

Le gras de porc lui par contre est indispensable et est le seul utilisé car il contribue à la sapidité des produits.

#### **24.2.1.3.1. TRAITEMENT DE LA VIANDE:**

##### **24.2.1.3.1.1. LE REFROIDISSEMENT DE LA VIANDE:**

Cette opération est nécessaire pour la réussite des fabrications (la température idéale est de + 2 à + 4°C., c'est à dire la température du frigo).

- Si le refroidissement est insuffisant:

Il y a écrasement des fibres musculaires pendant le passage au hache-viande ou au cutter et par conséquent le pouvoir liant et d'absorption seront réduits, ainsi que la saveur.

- Si le refroidissement est trop conséquent:

La viande est congelée. La travailler si possible après décongélation préalable, car les matières protéiques étant fixées par le gel, elles n'absorbent pas et ne peuvent se lier entre elles. La température idéale pour l'extraction des protéines voisine avec 0°C.

24.2.1.3.1.2. CONSERVATION DES VIANDES:

Pour toutes les méthodes de traitement des viandes, la règle essentielle est de garder aussi faible que possible la teneur en germes. Par teneur initiale en germes, il faut entendre l'ensemble des agents de corruption qui se trouvaient dans la viande ou qui s'y étaient formés après l'abattage, par l'air, les instruments ou autre contacts. Cette teneur initiale en germes peut être contenue dans des limites acceptables si les règles suivantes sont respectées:

- choix de matières premières excellentes, saines, irréprochables;
- propreté scrupuleuse des locaux, outils, machines;
- fonctionnement irréprochable de toutes les machines;
- déroulement normal et sans frictions de toutes les phases de travail;
- ni abandon, ni échauffement de la marchandise à moitié traitée;
- pureté et propreté des ingrédients tels que les épices, sel, eau....;

**Une teneur initiale élevée en germes diminue l'action des méthodes de conservation ou même l'empêche.**

24.2.1.3.1.3. REFRIGERATION DES VIANDES :

Par conservation à basse température, la viande peut être conservée fraîche plus longtemps sans subir d'altérations notables.

Le développement des agents de décomposition est empêché et le progrès de mûrissement ralenti. Toutefois, les bactéries ne sont en aucun cas tuées.

Dés que les conditions de développement redeviennent favorables, elles reprennent leurs activités et par le fait même, poursuivent la décomposition de la viande. C'est pourquoi, il faut veiller avec beaucoup de soin à ce que les conditions convenables soient maintenues dans le frigo.

Dans le commerce habituel de la viande, la conservation est convenable à des températures de 0° à + 2°C. dans les locaux où l'air à une humidité relative de 85 à 90 %. Dans ces conditions, la viande se conserve intact environ 3 semaines suivant son état de graisse et en carcasse entière.

24.2.1.3.2. LE REFROIDISSEMENT DU GRAS:

Le gras se compose en majeure partie de trois matières grasses principales, que sont: *la stéarine, la palmitine, l'oléine.*

La stéarine et la palmitine sont assez ferme et se liquéfient à une température voisine de 4 °C.

L'oléine qui est une graisse plus fluide se transforme en huile à basse température, c'est à dire aux environs de 14 °C.

**Conséquences:**

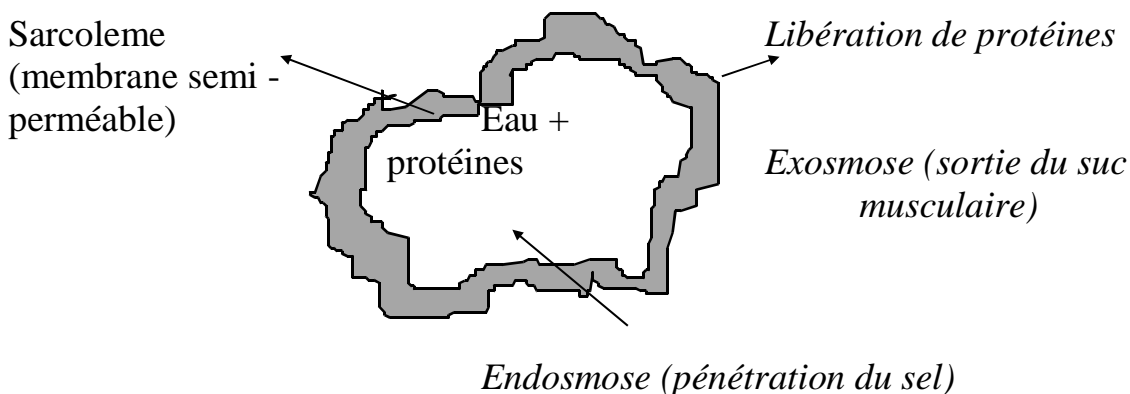
Une pâte étant composée de viande et de gras haché finement, la fonte de l'oléine du gras produit une huile qui enrobe les particules de viande, empêchant celles-ci de coller entre elles. Il faut alors redouter un écrasement de la viande et du gras qui peut également provenir de l'utilisation d'une machine (hache-viande, cutter) dont la coupe laisse à désirer. La viande et le gras seraient ainsi broyés alors qu'ils devraient être haché finement.

**24.2.1.3.3. LE PRE SALAGE DES VIANDES ET DU GRAS :****24.2.1.3.3.1. LE PRE SALAGE DES VIANDES :**

Le pré salage est l'opération qui consiste à mélanger à la viande une certaine quantité de sel (15 g./kg) et d'adjuvants de coloration (0,5 g. de salpêtre et 1 g. de sucre/kg) avant son utilisation (la veille).

Influence du sel sur la viande.

*Cellule de viande*



Lorsque le sel se trouve en présence de la viande, une partie de ce sel se dissout au contact de la viande, il se forme alors une saumure saturée. Par osmose, les cellules qui sont en contact avec cette saumure forte perdent de l'eau, s'imprègnent de sel et le processus se poursuit jusqu'à salaison complète de la viande.

En plus, il se produit une libération de protéines à l'extérieur de la viande et celle-ci devient collante.

**Buts:**

- Éliminer une partie d'humidité, ce qui rend la viande plus ferme.
- Provoquer une libération de protéines, ce qui provoque une meilleure absorption et une meilleure liaison de la viande.
- Amorcer la coloration (le salpêtre ne produit son effet qu'après un certain temps), ce qui produit une couleur plus vive de la viande.
- Augmenter la conservation de la viande.
- Il est souhaitable de présaler la veille et de garder les viandes en frigo.

24.2.1.3.3.2. LE PRESALAGE DU GRAS DE PORC:

Le gras de porc contient en moyenne 10 % d'eau, le présalage aura pour effet d'extraire une partie de cette humidité, rendant le gras plus ferme et par conséquent plus apte à être haché sans écrasement.

24.2.1.4. LES RECETTES :24.2.1.4.1. LES FARCES FINES :24.2.1.4.1.1. LA GALANTINE DE VEAU :A) INGREDIENTS :

- kg de viande de veau - blanquette.
- kg de viande de porc.- entrelardé.
- 3 kg de gras de gorge.
- 2,5 l de lait.
- 800 g. de viande de porc en dés (spiringue).
- 800 g. de dés de gras de porc (bardière).
- 800 g. de dés de langue de veau cuite.
- 800 g de jambon cuit également en dés.
- Truffes en morceaux (à volonté).
- 130 g. pistaches.
- 260 g. champignons cuits à blanc.(**Important**) !!!!!
- 13 cl de Cognac.
- 13 oeufs.

Assaisonnement par kg de masse (dans ce cas-ci 13 kg).

- ✓ 15 g. de sel.
- ✓ 0,5 g de salpêtre.
- ✓ 1 g. de sucre.
- ✓ g de poivre.
- ✓ 0,5 g de macis.
- ✓ 0,5 g de coriandre.
- ✓ 0,25 g. cardamome.

B) TRAITEMENT :

- 1- Hacher les viandes et les gras avec la plaque de 10 mm.
2. Les présaler avec le sel, le salpêtre et le sucre et les garder en frigo jusqu'au lendemain. (noter les quantités de sel, de salpêtre et de sucre utilisées).
3. Couper les dés et les présaler également sauf ceux de jambon qui sont déjà salés. (noter également les quantités utilisées à cette fin).
4. Concasser les truffes et les mettre à macérer dans le Cognac, (2900 € le kilo au 07/08/2006).
5. Le lendemain, passer les viandes et les gras présalés la veille, par la fine plaque.

- 6- Ajouter progressivement le lait froid, les oeufs, les dés de viandes, de jambon et de langue, les truffes, le Cognac, les champignons, les pistaches.
- 7- Peser la masse totale, calculer les assaisonnement et les incorporer (**ne pas oublier de soustraire les quantités de sel, sucre et salpêtre utilisés lors du présalage**).
8. Mélanger vigoureusement de façon à bien répartir l'assaisonnement et à obtenir une masse bien homogène.
9. Partager la pâte en quantité de 1,5 kg à 2 kg.
10. Etendre un essuie humide sur la table, étaler par dessus une toilette de veau (péritoine) ou des bardes de lard coupées aux dimensions voulues.
11. Désaérer la farce (le fait de désaérer la farce permettra d'en extraire le maximum d'air de façon à limiter, au maximum, la présence de « bulles » qui, lors de la cuisson, formeraient un trou dans la farce et donneraient une teinte grisâtre à la viande qui l'entoure → oxydation de la viande par l'air.).
12. Etendre la farce désaérée sur la toilette de veau ou sur les bardes ; soulever les deux extrémités de toilette ou de barde et les souder.
13. Rouler le tout dans l'essuie dont on attache les deux extrémités.
14. Ficeler la pièce en spirale en lui donnant une forme cylindrique.
15. Cuire le lendemain dans un bon fonds aromatisé.
16. Laisser refroidir la galantine dans le jus de cuisson.
18. Resserrer les ligatures s'il y a lieu.

### C) CUISSON :

Cette cuisson s'effectuera à une température de 75 °C. pendant 2 heures (1 min. par mm de diamètre de la pièce à cuire).

*Remarque : Cette galantine peut également être mise en terrine bardée et cuite au four dans un bain-marie à 150°C.*

### 24.2.1.4.1.2. LE COCHON DE LAIT FARCI EN GALANTINE :

#### A) TRAITEMENT PREPARATOIRE :

Choisir un porcelet de 3 à 8 semaines pesant environ 5 kg abattu. Il devra être saigné et assommé (si possible).

L'épiler en le plongeant dans de l'eau à 62°C., le brûler légèrement (peau tendre).

Enlever délicatement les viscères et rincer l'intérieur.

Le désossé complètement, excepté la tête et les pieds. Ceci est un travail très minutieux et ne peut être entrepris qu'avec une connaissance parfaite de l'anatomie de l'animal, car il ne faut trouer la peau en aucun cas.

Le placer dans une saumure légère (12°B.) pendant 3 jours.

**Saumure à 12 ° B (rappel) :** 1,425 kg sel.  
10 l. eau.  
80 g salpêtre.  
100 g. sucre.

Aromates divers : thym, laurier, genévrier, ..

Après salage, dessaler 2 à 3 heures en eau froide, ensuite le suspendre 2 à 3 jours (ou plus) pour le sécher et lui faire subir une maturation (meilleur goût).

### B) INGREDIENTS DE LA FARCE :

- 2 Kg de viande de porc (entrelardé maigre ou épaule)
- 1,5 kg de gras de gorge.
- 1,5 kg de dés de viande de porc (spiringue) qui peuvent être remplacés par le même poids de langue de porc saumurées et cuites.
- 1 l. de lait
- 6 oeufs en tiers + 6 blancs.
- 300 g de champignons cuits à blancs + le jus de cuisson de ceux-ci
- cl de Cognac.
- 15 g. ciboulette.
- 15 g. estragon.
- 15 g. de persil.
- 15 g. de cerfeuil.
- 200 g. de riz sec.
- Truffes - facultatif et à volontés (attention au prix de revient).
- Effectuer la préparation de la farce comme pour la galantine. La désaérer.

### Assaisonnement par kilo de masse : (dans ce cas +/- 6 kg).

15 gr. de sel.  
1 gr. de sucre  
0,5 gr. de salpêtre  
1 gr. de poivre.  
0,5 gr. de macis.  
0,25 gr. de cardamome.

} ne pas oublier de soustraire les quantités lors du présalage.

### MANIERES DE PROCEDER POUR FARCIR :

#### A la bourreuse :

Recoudre l'animal complètement en laissant un trou suffisant à l'anus pour y passer un gros cornet à saucissons.



Bourrer la farce mais sans excès. Achever de recoudre.

A la main :

Placer la farce à la main et recoudre au fur et à mesure.

Enrouler l'animal farci et recousu dans des bandes de linge de manière à lui donner une forme naturelle. Bien serrer les bandes.

C) CUISSON :

La cuisson s'effectuera dans un bon fonds blancs très aromatisé à 75 °C. en comptant 1 minute par mm de diamètre.

Rentrer en frigo jusqu'au lendemain.



24.2.1.4.1.3. LA BALLOTINE DE VOLAILLE AUX NOISETTES :

A) INGREDIENTS :

- 200 g noisettes.
- 4 Cl Cognac.
- 5 l fonds blanc de volaille.

- 60 g échalotes.
- 5 g beurre
- 15 cl crème fraîche
- 2 oeufs.
- 220 g. foie de poulet Agniez.ou similaire ou (foie gras !!!!!).
- 300 g. jambon blanc D D
- 2 poulets non troussés de +/- 1,4 Kg.
- 150 g gras de gorge
- 150 g entrelardé

## B) TRAITEMENT :

- 1- Trousser et désosser le poulet par le dos et en prenant soin de ne pas trouer la peau.
- 2- Prélever les suprêmes des deux poulets et le couper en lèches de 1,5 cm.
- 3- Replier les peaux sur elle-même, les emballer dans du papier film pour éviter leur dessèchement et les mettre en chambre froide, ainsi que les foies
- 4- Mettre les dés de suprême ainsi que la chair des cuisses désossées et la viande de porc dans une terrine, présaler le tout, verser le cognac et laisser macérer une nuit.
- 5- Tailler le jambon en lanières de 1/2 cm et les rouler dans du persil fraîchement haché. Couvrir d'un film et mettre au frigo.
- 6- Faire tomber les échalotes au beurre et à blanc, réserver.
- 7- Le lendemain, prendre les cuisses désossées et les passés au hachoir avec la viande de porc et les foies de volailles nettoyés. D'abord à la grosse plaque, ensuite à la fine.
- 8- Mélanger les hachis de porc et de volaille avec les échalotes, les oeufs battus légèrement dans la crème et les noisettes légèrement concassées.
- 9- Peser la masse et assaisonner de 15 g de sel/kg, 3 g de poivre /kg, 1 g de sucre et 0,5 g de salpêtre. Désaérer la farce.  
**Ne pas oublier de soustraire les quantites de sel, de sucre et de salpêtre déjà utilisées pour le presalage.**
- 10- Etendre un essuie humide sur la table, disposer par-dessus la peau du poulet, à l'aide d'une poche, injecter de la farce dans les cuisses, disposer la farce aux noisette sur la peau, ensuite et dans le sens de la longueur et en les alternant, une lanière de jambon, une lanière de suprême de volaille et ainsi de suite.
- 11- Sur cette couche de lanières, placer le cylindre de foie de poulet Agniez.où le lobe de foie gras.
- 12- Prendre la volaille à l'aide des deux mains et ramener la peau bords à bords de façon à pouvoir la recoudre. Commencer par le cou et recoudre délicatement tout en veillant à laisser la farce en place.
- 13- Brider le poulet comme un poulet rôti en veillant à lui rendre sa forme originale. L'envelopper dans l'essuie, et ligaturer de façon à obtenir une forme cylindrique.
- 14- Laisser reposer au frais jusqu'au lendemain.
- 15- Cuire dans un bon fonds de volaille. La durée de cuisson sera de +/- 2 heures (1 minute/mm de diamètre de la pièce à cuire) à une température voisine de 75°C.
- 16- La laisser refroidir dans l'ustensile de cuisson.

17- Le lendemain, ôter l'essuie, ôter les ficelles de bridage, laver la ballottine si nécessaire. Chaud-froitter la pièce ou la passer à la salamandre ou au chalumeau pour simuler une coloration; disposer un décor et gélifié la pièce.

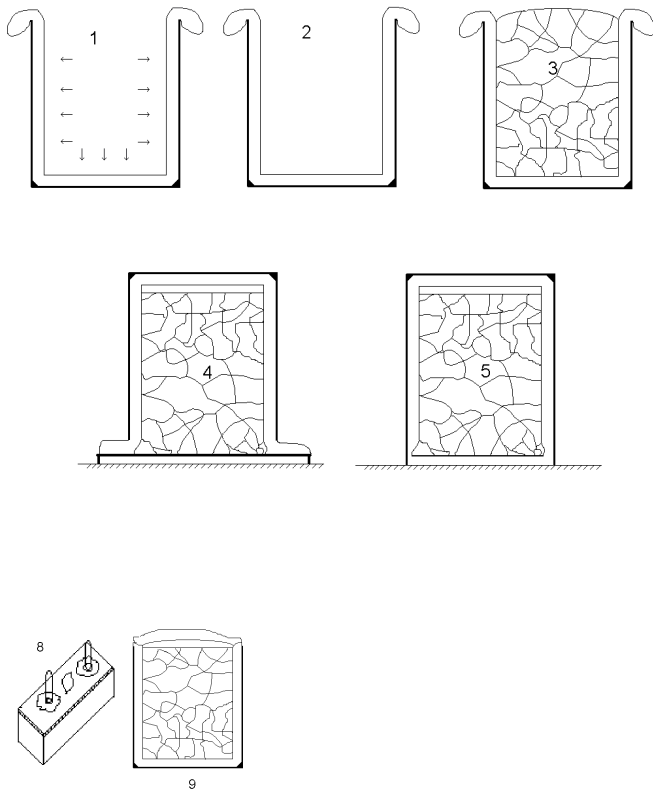
N.B. : On peut et avec beaucoup moins de risque effectuer cette cuisson sous-vide.

### 24.2.1.4.2. LES TERRINES :

#### 24.2.1.4.2.1. MONTAGE D'UN PATE EN CROUTE :

Tous les pâtés peuvent être mis en croûte, à condition qu'ils soient suffisamment fermes à la coupe.

Ces préparations présentent le plus souvent une texture très grosse.



- 1- La pâte à croûte sera abaissée à environ ½ cm d'épaisseur et disposée dans le moule graissé.
- 2- Couper les bords trop longs.
- 3- Remplir de pâte jusqu'à 1 cm du bord.
- 4- Retourner rapidement le moule sur une abaisse de pâte qui va servir de couvercle ; le bords de la pâte aura été préalablement passé à la dorure pour augmenter l'adhérence avec le couvercle.
- 5- Parer les bords

6- Le couvercle peut également être placé sans retourner le pâté, à condition de laisser une certaine aisance afin d'éviter que le couvercle ne cède sous la poussée du pâté de viande durant la cuisson.

7. Redresser le pâté et le paré.

8. Pincer les bords du couvercle et les parois pour augmenter la bonne adhérence ; décorer le dessus avec des motifs découpés dans une fine abaisse ; trouser le couvercle et disposer dans chaque orifice une cheminée faite avec une feuille d'aluminium pour l'évacuation des vapeurs pendant la cuisson. Bien dorer le dessus.

9- Lorsque le pâté est cuit et refroidi, couler une bonne gelée aromatisée à l'intérieur du pâté par une cheminée afin de combler le vide se situant entre le pâté et le couvercle.

On peut également lors du montage, disposer de fines bardes de lard entre l'abaisse et le pâté de viande.

Cette pratique a pour but de protéger la pâte à croûte de l'exsudation de la chair pendant la cuisson.

#### 24.2.1.4.2.2. PÂTÉ DE FOIE EN TERRINE .

##### A) INGREDIENTS :

- 1 kg de foie de porc (ou de volaille).
- 3 kg de viande entrelardée présalée. (1,5 kg de maigre, 1,5 kg de gras).
- 2 dl de jus de veau (clair) ou de lait.
- 100 g de farine.
- 4 oeufs.
- 150 g d'oignons blondis au saindoux.
- 60 g. de sel, 2 g. de salpêtre, 4 g. de sucre (*retirer les quantités employées lors du présalage*).
- 6 g. de poivre, 2 g de muscade, 1 g. de thym.

##### B) TRAITEMENT :

1. Choisir les foies les plus frais possible, bien dénervés et débarrassés des parties verdâtres ; éventuellement les faire dégorgés la veille dans un peu de lait salé.
2. Hacher le foie et les oignons avec la plus fine plaque.
3. Hacher les viandes entrelardées avec une plaque plus grosse (4 à 8 mm).
4. Mélanger la farine au jus ou au lait, ajouter les oeufs.
5. Réunir les foies, les oignons et les viandes hachées, ajouter l'assaisonnement ainsi que le mélange jus, farine, oeufs.
6. Bien mélanger afin d'obtenir une masse liée et homogène.
7. Barder ou graisser les terrines ; les remplir en veillant à bien tasser le pâté ; recouvrir le dessus avec une barde de lard ou une crépine de porc.
8. Cuire au four dans un bain-marie pendant 1 heure 30 à 2 heures suivant le volume, à une température de 170°C .
9. Après cuisson, vider l'excès de graisse fondue autour du pâté et la remplacer par un bon jus gélatineux.

24.2.1.4.2.3. PÂTE DE FOIE DE CAMPAGNE :

A) INGREDIENTS :

- 2 kg de foie de porc dénervés.
- 6 kg de viande entrelardée et présalée.
- 1 l. de fonds brun pas trop foncé
- 10 oeufs.

Assaisonnement par kg de masse (9 kg) :

- ✓ 15 g de sel.
- ✓ 0,5 g de salpêtre.
- ✓ 1 g. de sucre.
- ✓ g de poivre.
- ✓ 0,5 g de muscade.
- ✓ 0,5 g. ail (facultatif)
- ✓ 10 g. persil.
- ✓ 3% farine.

B) TRAITEMENT :

- 1- Hacher tous les ingrédients avec la plaque de 6 ou 8 mm.
- 2- Ajouter le jus et la farine et mélanger.
- 3- Mettre en terrine et cuire comme le pâté précédent.

24.2.1.4.2.4. PÂTE DE GIBIER (LIEVRE) :

A) INGREDIENTS :

- 45 % de chair de gibier
- 5 % de petits dés de lard.
- 50 % de gorge ou d'entrelardé présalé.
- 1 à 2 oeufs par kg.
- 5 cl de fumet de gibier par kg.
- 3 cl de Cognac par kg.

Assaisonnement par kg de masse :

- ✓ 15 g. de sel,
- ✓ 0,5 g. de salpêtre
- ✓ 1 g. de sucre.
- ✓ 1 g. de poivre.
- ✓ 1 g. de quatre épices ( ¼ g. de thym ou serpolet : lièvre et lapin).
- ✓ 1 échalote ( ½ g. ail : lièvre et lapin).
- ✓ (un peu de sang de lièvre ou de porc pour le pâté de lièvre).

B) TRAITEMENT :

- 1- Désosser le gibier, conserver les plus belles chairs entières (râble et noix des cuisses).
  - 2- Présaler le tout, ajouter en plus le Cognac, les épices, 1 branche de thym et une feuille de laurier.- Présaler également la gorge de porc. -Blanchir les dés de lard.
  - 3- Le lendemain, hacher à la fine plaque du hache-viande, les chairs les plus nerveuses, le foie de l'animal, la gorge de porc, (l'ail) et l'échalote.
  - 4- Ajouter les œufs, le reste des assaisonnements, le fumet, (le sang) et les dés de lard. Bien mélanger le tout sans écraser la pâte.
  - 5- Graisser ou barder une terrine, la remplir de moitié avec le hachis, déposer au centre les filets (suprêmes, râbles, noix) enrobés d'une fine barde de lard ; achever de remplir la terrine avec le hachis restant.
  - 6- Recouvrir le dessus d'une barde de lard.
- Les bardes de lard peuvent être remplacées par de la crépine de porc.

### C) CUISSON :

- Faire chauffer le four à 250°C
- Placer le pâté dans un bain-marie.
- Cuire environ 2 heures à 150°C.
- La cuisson terminée, sortir le pâté du four, verser l'excédent de graisse fondue pendant la cuisson et la remplacer par du fumet bien chaud.
- Laisser bien refroidir jusqu'au lendemain.

Remarques : Il existe une multitude d'autres recettes de pâtés et terrines. Les fiches techniques concernant le pâté de lapin, chevreuil, sanglier, faisan, canard, foie de volaille, terrine de pâté de foie, etc.. sont présentent dans le logiciel Orca. Il ne sert donc à rien de s'éterniser plus sur le sujet ici.

## 24.3. LES CHARCUTERIES A BASE DE GELEE :

### 24.3.1. LA TETE DE VEAU EN TORTUE :

#### A) INGREDIENTS :

- 1 tête de veau
- 1 langue de veau
- 500 gr. de petites boulettes de hachis de porc et veau
- 250 gr. champignons
- 100 gr. de saindoux
- 200 gr. d'oignons
- 200 gr. de carottes
- 50 gr. de farine
- 400 gr de purée de tomates
- 6 à 7 morceaux de sucre.
- 1 clou de girofle
- 1 cuiller à café d'herbes à tortue.
- 1.750 L. de gelée (fonds de cuisson).

- Sel, poivre de cayenne.
- Madère.

### B) TRAITEMENT :

- La tête de veau sera bien épilée, fendue en deux, débarrassée de sa cervelle, bien nettoyée et dégorgée, ainsi que la langue.
- Placer la tête ainsi que la langue dans une marmite, recouvrir d'eau froide salée, porter à ébullition, bien écumer, ajouter un bouquet de marmite et cuire par frémissement pendant +/- 2 heures trente.
- Préparer les boulettes avec le hachis assaisonné comme d'habitude et les pocher 10 minutes dans un peu de fonds de cuisson de la tête.
- Cuire les champignons à blanc.

### C) PREPARATION DE LA SAUCE TORTUE :

1- Emincer les carottes et les oignons et les faire revenir au saindoux  
2- Ajouter la farine, mélanger à la spatule en bois et bien dessécher sur le feu ; ajouter la purée de tomates et les sucres, les herbes à tortue, le clou de girofle, la gelée et l'assaisonnement. Si le fonds de cuisson est insuffisamment gélatineux, le renforcer par l'addition de feuilles de gélatine.

3- Cuire lentement la sauce pendant une heure environ ; la cuisson terminée, la filtrer au chinois.

La tête de veau aura été refroidie, dégraissée et détaillée en dés.

Ajouter à la sauce tortue, les dés de tête de veau, les dés de langue, les boulettes, les champignons et porter le tout à ébullition.

Rectifier l'assaisonnement et en dernier lieu ajouter le madère.

Verser à la louche la tête de veau dans les bols et laisser refroidir.

Lorsque la préparation est bien refroidie, verser un peu de gelée bien claire sur le dessus pour éviter le croûtage.

Cette de veau en tortue peut être consommée chaude ou froide.

### 24.3.2. TETE DE VEAU VINAIGRETTE :

La tête de veau est traitée et cuite comme une tête de veau en tortue.

Elle sera désossée, refroidie, dégraissée et détaillée en cubes ainsi que la langue.

Ajouter au fond de cuisson filtré additionné des dés de tête :

- cornichons hachés.
- oignons hachés.
- vinaigre.
- persil et cerfeuil hachés.
- sel, poivre, muscade.

Réunir le tout dans une casserole et donner un bouillon ; les fines herbes seront ajoutées après ébullition.

Débarrasser dans des bols. Ce produit se consomme froid.

### **24.3.3. TETE PRESSEE :**

Préparation semblable à la précédente.

Remplacer la tête de veau par la tête de porc et supprimer les cornichons et les échalotes.

## **24.4. LE FOIE GRAS :**

### **24.4.1. HISTOIRE ET GENERALITES :**

Le foie gras est l'un des grands produits de la gastronomie française, il symbolise les fêtes de fin d'année ou les grands repas.

Aujourd'hui, le foie gras n'est plus le monopole de la France ; on trouve en effet d'excellents foies gras belges aussi bien de canard que d'oie. Des pays comme la Hongrie ou Israël sont également de très gros producteurs de foie gras.

En France, la production de foie gras est essentiellement concentrée dans le Sud-Ouest, région traditionnellement productrice, l'Alsace et la Bretagne, représentant que 5 à 10 % de la production française.

Le foie gras est obtenu par le gavage ou la suralimentation forcée d'oies et de canards. Sa fabrication reste, pour la plus grande partie, artisanale.

Le foie gras est un produit très ancien : les égyptiens et les grecs le fabriquaient et les gaulois ont continué la tradition. Il existe une fresque datant de 2500 avant .C. sur laquelle on peut observer des égyptiens procédant au gavage des oies. Les oies gavées aux figues fraîches voyageaient depuis la Gaule jusqu'à Rome. Après plusieurs siècles, d'une disparition obscure, c'est au XVII<sup>ème</sup> siècle que le foie réapparaît grâce en particulier, aux populations juives et se répand dans le Sud-Ouest de la France et en Alsace.

L'introduction du maïs en France et les différentes manières de préparer le foie gras en ont fait petit à petit le mets de choix que nous pouvons déguster de nos jours d'une manière plus démocratique.

### **24.4.2. COMMENT BIEN CHOISIR LE FOIE GRAS :**

On trouve le foie gras cru chez les éleveurs-fermiers (UPIGNAC) à Upigny près d'Eghezée ainsi que dans toutes leurs succursales (dont Ciney), sur les marchés spécialisés (marché matinal, I.S.P.C.) en dehors des fêtes de fin d'année. Lors de celle-ci, on peut trouver du foie gras cru dans pratiquement toutes les grandes surfaces.

Le prix du foie gras, au cours des 5 dernières années s'est fortement démocratisé, avec toutes les dérives que cela peut impliquer, c'est pourquoi une grande attention doit être mise lors de l'achat.

En principe, sa couleur doit être ocre-jaune plus ou moins claire. En fait, la couleur varie quelque peu suivant la provenance. Dans le Sud-Ouest, les foies sont beiges roses ou gris rosés. Les foies très ocre sont souvent de moins bonne qualité. En principe, les foies gras doivent peser de 650g à 900 gr pour l'oie et de 450 à 600 g pour le canard. Il faut absolument veiller à ce que la chair soit ferme, non cassante, à ce qu'elle s'étire avant de se rompre et ne soit pas huileuse.



Le foie gras cru doit être préparé le jour même ou le lendemain de l'achat et doit recevoir une cuisson suffisante et rigoureusement contrôlée pour détruire les bactéries qu'il pourrait contenir.

### **24.4.3. LE FOIE GRAS PREPARE :**

Il faut distinguer deux catégories :

- Le foie gras mi-cuit.
- Le foie gras en conserve.

#### **24.4.3.1. LE FOIE GRAS MI-CUIT :**

En bocal de verre ou en terrine, ces foies ont été peu cuit et à une température peu élevée. Ils sont prêts à être consommés, bien moelleux, et très appréciés des amateurs car ils ne perdent rien de leur saveur.

En revanche ils ne se conservent que trois à quatre semaines au frais. Le foie gras mi-cuit, étuvé et emballé sous-vide, peut se conserver deux mois en enceinte réfrigérée.

#### **24.4.3.2. LE FOIE GRAS EN CONSERVE :**

Comme les vins, il est dit que les foies gras en conserve se bonifient en vieillissant. Leur conservation est pratiquement illimitée et point n'est besoin de les garder au frais. Il est simplement conseillé de les mettre en enceinte réfrigérée avant la dégustation pur les consommer frais.

*En semi-conserve*, le foie gras est pasteurisé et peut se conserver jusqu'à six mois en enceinte réfrigérée. Au moment de l'achat de foie gras en conserve, il est nécessaire de connaître les différentes dénominations et de pouvoir lire les étiquettes correctement.

<b>Conserves comportant 100% de foie gras</b>	<b>Conserves comportant 75% de foie gras</b>	<b>Conserves comportant 50% de foie gras</b>
Foie gras d'oie entier.	Parfait de foie gras d'oie.	Purée de foie d'oie.
Foie gras de canard entier.	Parfait de foie gras de canard.	Purée de foie de canard.
Foie gras d'oie.		Mousse de foie d'oie.
Foie gras de canard.	Parfait de foie gras d'oie et de canard.	Mousse de foie de canard..
Bloc de foie gras d'oie.		Galantine de foie d'oie.
Bloc de foie gras de canard.	Parfait de foie gras de canard et d'oie.	Galantine de foie de canard.

Seules les appellations « entier », « bloc » et « parfait » peuvent être accompagnées des mots « foie gras ».

#### **24.4.3.3. L'HYGIENE DU FOIE GRAS :**

La préparation et la manipulation du foie gras cru doivent être faites dans les règles d'hygiène les plus strictes. Le matériel, le linge, la table de cuisine, les mains, bien sûr, doivent être d'une propreté irréprochable.

#### **24.4.3.4. LE PARAGE DU FOIE GRAS :**

Le parage est une opération minutieuse et assez longue.

- 1- Mettre le foie à tremper durant une heure dans une eau à 37°C. Ce trempage à pour but de faire dégorger et ramollir le foie pour faciliter le parage.
- 2- Egoutter et séparer les deux lobes à la main (un gros et un petit).
- 3- Ouvrir chaque lobe en deux, à l'aide d'un couteau d'office ou à la main, pour faire apparaître les veines qui les irriguent : soulever celles-ci à partir du bout de chaque lobe en les décollant un peu avec la pointe du couteau pour les enlever en tirant dessus avec précaution.
- 4- Si des traces vertes laissées par la poche de fiel sont présentes, les gratter et ôter soigneusement les parties qui risquent d'être amères. Creuser s'il le faut.
- 5- Laver sous l'eau courante et essuyer aussitôt.
- 6- Enlever la fine pellicule transparente qui enveloppe le foie, si possible sans couper celle-ci.
- 7- Au moment de la marinade, les foies gras doivent être salés et poivrés.

Pour 1 Kg de foie gras :

- ✓ 15 g. de sel.
- ✓ 3 g. de poivre blanc.
- ✓ 0.5 gr de 4 épices.
- ✓ 1 gr de sucre S°.
- ✓ 5 Cl de Porto ou d'Armagnac.

## **25. LES MOUSSES, MOUSSELINES ET SOUFFLES FROIDS.**

### **25.1. GENERALITES :**

Soit en chaud, soit en froid, *la composition des mousses et des mousselines est la même.*

Ce qui différencie les deux préparations et qui donne donc un changement d'appellation, c'est que la mousse, chaude ou froide se fait en grand moule et généralement celui-ci contient

la quantité nécessaire pour un service ; les mousselines, elles sont moulées soit à la cuiller, soit à la poche, soit dans des moules spéciaux ayant la forme de grosses quenelles et dont le nombre est de une par convive.

## 25.2. COMPOSITION DE L'APPAREIL POUR MOUSSES ET MOUSSELINES FROIDES :

### A) INGREDIENTS :

- 1 litre de purée de l'élément principal (soit purée de volaille, de gibier, de foie gras, poissons ou crustacés).
- 2,5 dl de gelée fondue.
- dl de velouté
- dl de crème brute : montée à point, elle représentera 6 dl.

Ces proportions peuvent se trouver sujettes à de légères modifications selon la nature de l'élément employé ; de même que dans l'apprêt de certaines mousses on peut n'employer que la gelée ou le velouté (ou les feuilles de gélatine fondue dans le velouté).

### B° TRAITEMENT :

Additionner d'abord à la purée de base la gelée et le velouté (ou l'une ou l'autre si l'on n'emploie qu'un seul de ces éléments) en travaillant légèrement la composition sur glace.

Ajouter ensuite la crème fouettée. (attention, la crème ne doit être fouettée qu'à moitié ; si elle l'était complètement, la mousse serait moins fine et d'une saveur plus sèche).

Assaisonner soigneusement (l'assaisonnement à une grande importance dans les préparations froides).

### C) MOULAGE DES MOUSSES FROIDES :

1. Faire prendre une couche de gelée bien claire dans le fond d'une timbale.
  2. Entourer extérieurement le haut des parois d'une bande de papier blanc que l'on fixe à l'aide d'un peu de beurre frais et dépassant de 2 cm les bords de la timbale, de manière à ce que le papier étant enlevé les mousses figurent une sorte de soufflé.
  3. Garnir la timbale avec la mousse jusqu'à hauteur du bord de la bande de papier, la mettre ensuite au frais.
  4. A l'aide de la pointe d'un couteau, détacher délicatement la bande de papier (si besoin, tremper la pointe du couteau dans de l'eau bouillante).
  5. Si on est limité dans le temps, on peut aussi dresser les mousses (et notamment celle de gibier) en dôme, on lisse alors soigneusement celui-ci, on le laisse prendre au frais, puis le décor est appliqué directement sur la mousse qui est ensuite lustrée à la gelée.
- Quand il s'agit d'une mousse de gibier, on l'entoure des suprêmes glacés du gibier employé.

### D) MOULAGE DES MOUSSELINES FROIDES :

Pour le moulage des mousselines froides, on procède de deux façon selon qu'elles sont simplement chemisées de gelée ou chaud-froittées.

Dans un cas comme dans l'autre, elles se font en moules ovoïdes, ou autres du même genre affectant la forme d'une grosse quenelle.

Premier procédé :

Chemiser les moules de gelée bien claire ; les tapisser d'une couche d'appareil et garnir l'intérieur d'un salpicon composé du même élément que celui de l'appareil, soit de : volaille, gibier, chair de crustacés, etc...

Recouvrir d'appareil, lisser en forme de dôme et mettre au frais.

Deuxième procédé :

Tapisser les moules d'appareil ; garnir l'intérieur de salpicon ; recouvrir d'appareil et mettre au frais à raffermir.

Ensuite démouler, les napper d'une sauce chaud-froid en rapport avec la composition de l'appareil ; les décorer avec détails de truffe et autres, lustrer à la gelée pour assurer le décor.

Faire prendre une couche de gelée bien claire dans le fond d'un plat ; ranger les mousselines sur cette gelée et tenir ce plat au frais.

## 25.3.LES SOUFFLES FROIDS :

Les soufflés froids ne sont autre chose que des mousses, c'est à dire que leur composition en est la même ; mais la mousse, si comme expliqué ci-devant se fait en moule pour un service, les soufflés, se font en petites cassolettes (ramequin), à raison d'un par couvert.

Leur moulage se fait comme les mousses.

Remarque :

Le principe de ces 3 préparations, dont le fond est le même se trouve donc ainsi nettement différencié :

1° La *mousse*, bien que pouvant être servie sous le nom de soufflé doit conserver le seul nom de mousse afin d'éviter toute confusion et se fait en moule pour un service (c'est à dire plusieurs couverts).

2<sup>ème</sup> Les *mousselines* sont des grosses quenelles fourrées ou non d'un salpicon et se font à raison d'une par personne.

3<sup>ème</sup> Les *soufflés* sont des petites mousses, moulées en cassolettes (ramequin) ou autres ustensiles du même genre, et se font également à raison d'une par personne.

## 26.LES GELEES, LES ASPICS, LES CHAUDS-FROIDS :

### 26.1. LA GELEE :

La gelée est le jus résultant de la cuisson assez longue de viande, d'os, de couennes, de pieds de veau (pièce la plus gélatineuse), de légumes et d'aromates divers dans de l'eau.

Ce fonds est ensuite filtré, dégraissé et clarifié, pour obtenir une gelée claire et transparente.

L'utilisation de la gelée est suivant le cas occasionnelle, c'est la raison pour laquelle beaucoup utiliseront de la gelée préparée à partir de gélatine en feuilles ou en poudre, aromatisée ou non.

### **26.1.1. COMMENT OBTENIR UNE BONNE GELEE :**

Une gelée économique peut être obtenue par la cuisson d'os de veau, de couennes de porc, de pied de veau, et de légumes ; mais si parmi ces éléments se trouve en plus une quantité de viande plus ou moins importante, cela améliorera considérablement le goût de la gelée par l'apport du jus de viande.

Alors, logiquement, il serait souhaitable de cuire quelques têtes de porc, tête de veau, pieds de porcs, bouillis de bœuf... pour obtenir une bonne gelée. En même temps, les viandes de tête, jambonneaux de porc serviraient à confectionner de la tête pressée et la tête de veau serait accommodée en tortue ou à la vinaigrette.

Si la cuisson des viandes demande +/- 3 heures, et ce temps est suffisant pour extraire de la viande les sucs nutritifs qu'elle contient, ce temps est absolument insuffisant pour opérer la désagrégation des os et assurer l'extraction de leurs principes solubles. Pour obtenir ce résultat très important, une cuisson lente de 8 à 10 heures est nécessaire. C'est pourquoi la réalisation d'un fonds blanc avec des pieds de veau, serait indispensable afin d'obtenir un mouillement très riche pour une gelée.

Il faut remarquer que cette gelée peut également être obtenue à partir de poisson, il faut pour ce faire, réaliser un fumet de poisson avec des parures et des arêtes de poissons tels que turbots, soles, anguilles, raies, etc.

#### **A) INGREDIENTS :**

- 1 tête de porc ou (et) de veau fendues en deux.
- 500 gr de couennes de porc bien dégraissées
- 1 ou 2 jambonneaux de porc
- gros oignons piqués d'un clou de girofle.
- 1 kg de carottes
- 1 kg de vert de poireaux
- 400 gr de céleri blanc.
- Bouquet garni, baies de genévrier.
- gr de sel par litre de mouillement.
- 20 litres de fonds blanc réalisé en partie avec des pieds de veau.

#### **B) TRAITEMENT :**

Bien faire dégorger à l'eau claire, les têtes, les couennes et les jambonneaux.

Les disposer dans le fonds d'une grande marmite, couvrir avec le fonds blanc précédemment réalisé, saler, porter à ébullition, surveiller la formation d'écume et l'ôter au fur et à mesure.

Régler la source de chaleur de façon à maintenir un léger frémissement, ajouter légumes et aromates et laisser cuire à découvert pendant minimum 3 heures.

Après cuisson, retirer les viandes et légumes, désosser les chair et les réserver pur l'usage prévu.

Passer le jus obtenu au chinois, le laisser refroidir et le dégraisser à fond.

Clarifier le jus de cuisson comme pour un consommé.

### **26.1.2. LE DÉCOR À LA GELÉE : (AVEC GÉLATINE INDUSTRIELLE).**

Si on travaille une petite quantité de gelée et que l'on utilise de la gelée en poudre aromatisée ou de la gélatine en feuilles, voici les proportions à utiliser :

<u>Eau :</u>	<u>Gélatine :</u>
A) 1 L.	50 gr.
B) 1 L	60 gr.
C) 1 L	70 gr.

A) Gelée normale, prise pour la décoration.

B) Gelée ferme pouvant être coupée en dés ou hachée.

C) Gelée très forte pour glacer les pièces par nappage.

La gélatine en feuilles sera préalablement trempée dans l'eau froide afin de les gonfler. Les égoutter ensuite dans la main afin d'exprimer l'eau et les mettre dans le liquide chaud et fouetter jusqu'à complète dissolution.

La gélatine en poudre sera versée en pluie dans l'eau bouillante. Bien fouetter afin d'éviter les grumeaux. Redonner un bouillon et retirer du feu. Après un instant de repos, la gélatine sera claire. Eviter toute ébullition prolongée.

#### **26.1.2.1. SUBSTANCES UTILISEES POUR LA DECORATION :**

##### **26.1.2.1.1.LE BLANC :**

Blanc d'œuf cuit :

Placer le ou les blancs dans un moule à dariole et cuire au bain-marie.

Un autre procédé consiste à introduire le blanc d'œuf dans un boyau. Cuit à l'eau voisinant l'ébullition pendant ½ heure ; il sera refroidi et coupé en tranches minces.

##### **26.1.2.1.2.LE JAUNE :**

Le jaune est déposé sur une assiette. Celle-ci est placée sur un poêlon contenant de l'eau portée à ébullition. L'œuf cuit grâce à la chaleur absorbée par l'assiette et se décolle facilement au racloir en plastique. La même méthode que pour les blancs (boyau) peut être également utilisée.

##### **26.1.2.1.3. LE ROUGE :**

Peau de tomate à laquelle adhère un peu de chair.  
Carotte en fines tranches très minces.  
Poivron rouge.  
Betterave rouge.

#### **26.1.2.1.4. LE VERT :**

Vert de poireaux : celui-ci est blanchi rapidement, rafraîchi et dédoublé en deux dans le sens de l'épaisseur.

Feuille d'estragon (blanchie).  
Pistache.  
Cornichon..  
Poivron vert.  
Cresson (Blanchir).  
Cerfeuil.

#### **26.1.2.1.5. LE NOIR :**

Truffe artificielle.  
Polypores.  
Truffes naturelles.  
Papier noir mat pour les parties non comestibles.  
Motifs pré-découpés vendus par les marchands d'épices.

#### **26.1.2.1.6. LE MOULAGE EN GELEE :**

Le principe reste toujours le même :

Chemiser le moule de gelée en le trempant dans de la glace additionnée d'eau.

Déposer le motif décoratif dessus en ayant soin de tremper chaque petit morceau dans de la gelée afin qu'il adhère parfaitement à la première couche. Laisser durcir.

Verser à nouveau une couche de gelée.

Introduire l'élément de garniture.

Comblent de gelée progressivement jusqu'au bord du moule. Laisser durcir chaque couche.

Démouler à l'eau très chaude.

Il est évident que plus la gelée est ferme, plus le travail est aisé. Une gelée molle ne peut entraîner que des ennuis et une perte de temps.

### **26.1.3. LES ASPICS :**

#### **26.1.3.1. DEFINITION :**

On désigne communément sous le nom « d'aspic », des préparations servies froides, constituées par des tranches, filets, lanières, dés de viande ; mousse froide ou tout autre appareil, moulées dans la gelée.

La préparation des aspics est simple et repose toujours sur le même principe. Ils peuvent être réalisés dans des récipients de formes diverses.

L'emploi de moule à douille centrale est plutôt réservé aux aspics avec une garniture placée au centre de la pièce (salade russe, macédoine).

On distingue principalement :

- Les aspics de foie gras.
- Les aspics de poissons et crustacés.
- Les aspics de volailles.
- Les aspics de gibier.
- Les aspics de légumes.

### **26.1.4. LES CHAUDS-FROIDS :**

Les éléments destinés à être enveloppés de sauce chaud-froid sont généralement cuits par pochage, et une fois refroidis, parés et placés sur grille, ils en suite nappés de sauce chaud-froids en rapport avec la marchandise employée.

Une sauce chaud-froid est une sauce mère ( suprême, vin blanc, allemande etc.) additionnée de feuilles de gélatine pour la coller.

#### **A) INGREDIENTS :**

- 1 litre de fonds de base.
- 150 gr de roux.
- 30 gr de feuilles de gélatine.
- dl de crème.
- Sel, poivre.

#### **B) METHODE :**

- Faire tremper les feuilles de gélatine dans de l'eau froide afin de les faire gonfler.
- Préparer un velouté avec le fonds et le roux : laisser dépouiller 15 minutes.
- Ajouter la crème, porter à ébullition ; rectifier l'assaisonnement et additionner la gélatine bien égouttée ; terminer en passant au chinois mousseline.
- Laisser refroidir en mélangeant souvent pour éviter le croûtage en surface de la sauce. Elle devra toutefois rester liquide pour pouvoir ensuite napper la pièce en traitement.
- Lorsque la sauce est à point (tester), napper la pièce et le remettre directement en froid positif (de façon à ce que la sauce « prenne » directement, mettre au préalable la pièce à napper



en chambre froide de façon à figer la sauce dès qu'elle rentre en contact avec la pièce à travailler).

- Napper une seconde fois la pièce de façon à obtenir un nappage régulier, bien recouvrir la pièce de seul trait.

- Décorer la pièce tout comme pour les aspics.

- Lustrer le chaud froid avec si possible une gelée obtenue à partir du jus de cuisson de la pièce en traitement. (cette gelée aura été bien entendu clarifiée selon méthode).

## **27. LES PÂTES :**

### **27.1.CLASSIFICATION :**

Les pâtes utilisées en cuisine peuvent être classées comme suit :

***Les pâtes sèches :***

- à croûte ou brisée.
- grasse
- sablée.
- feuilletée.

Dans leur majorité, elles ont la particularité commune d'être friable et croustillante après cuisson.

***Les pâtes molles :***

- appareil à crêpes.
- pâte à choux.

Leur consistance est onctueuse ou souple.

***Les pâtes montées :***

- génoise. (biscuit duchesse)
- biscuit (cuiller, à charlottes).
- à frire.

Leur augmentation de volume est due à la mousse (incorporation d'air) obtenue grâce à un fouettage intensif, où à l'addition de blanc en neige.

***Les pâtes levées :***

- brioche ordinaire.
- savarin (baba).
- tarte, pain.
- kougloph.

L'augmentation de volume est due à une fermentation de type panaire (formation de gaz carbonique) réalisée par une levure bactériologique vivante (levure de bière ou SACCHAROMYCES CEREVISIAE)

***Les pâtes poussées :***

- cake.
- Quatre-quart.
- Marbré.

Leur augmentation de volume (pousse) est obtenue grâce à l'addition de levure chimique (avec fermentation de gaz carbonique)

## 27.2. LES PATES SECHES :

Les pâtes sèches se distinguent des autres pâtes en ce sens, qu'elles n'ont dans leur composition aucun agent fermentant ou ingrédients qui leur permettent de se développer avant ou en cours de cuisson.

### 27.2.1.LA PATE A CROUTE OU PATE BRISEE:

Elle est utilisée par exemple pour les pâtés. ou pour les quiches.

#### A) INGREDIENTS :

- 2 Kg de farine de gruau 000
- 1 Kg de beurre.
- 8 jaunes d'œufs
- 8 dl d'eau tiède.
- 1 pointe de sel.

#### B).METHODE DE FABRICATION :

1.Réunir le beurre, ramolli, la farine et le sel. Sabler l'ensemble en pratiquant comme suit : prendre une quantité de farine et de beurre entre la paume des deux mains, imprimer à celles-ci un mouvement de va-et-vient de façon à incorporer la matière grasse à la farine; continuer ainsi jusqu'à ce que tout le mélange présente une granulation rappelant celle du sable.

2.En faire un bassin fontaine, au centre ajouter les jaunes d'œufs délayés dans l'eau.

3.Mélanger progressivement et du bout des doigts de manière à obtenir une pâte lisse ne collant plus aux mains.

4.Rassembler le tout et fraiser.

5.Emballer le pâton dans une feuille en matière plastique et conserver au frais. Cette pâte sera avantageusement préparée la veille, le repos lui fait perdre son élasticité. Cette pâte mal ou trop travaillée devient gommeuse et élastique. Pour éviter ces inconvénients, il suffit de la frapper avec force sur la table. Tous les composants sont ainsi intimement mélangés avec un minimum de fraisage.

#### C) UTILISATION :

EN CUISINE	EN PÂTISSERIE
- Tartelettes	-Tartelettes
- Barquettes	-Barquettes
-Quiches	-Tartes aux fruits
-Tartes a l'oignon	- Fond de flan.
-Flamiches	Fonds de Saint-Honoré
-Tourtes	-« Pies »
-Croustades	
-Timbales	

<b>-Rissoles</b>	
<b>-Pâtés en croûtes ou petits pâtés.</b>	
<b>-« Pies »</b>	

### 27.2.2. LA PATE GRASSE :

La pâte grasse est directement dérivée de la pâte brisée.

#### A) INGREDIENTS :

- 1 Kg de farine tamisée.
- 800 gr de sucre S°.
- 600 gr de beurre.
- œufs entiers.
- jaunes d'œufs.
- 1 pincée de sel.
- 1 pointe de vanilline.
- 2 gr de bicarbonate de soude.

#### B) METHODE DE FABRICATION :

1. Travailler le beurre en pommade (crème).
  2. Ajouter le sucre, le sel, vanilline et mélanger soigneusement.
  3. Incorporer les œufs et les jaunes en plusieurs fois ; rendre la composition bien lisse.
  4. Ajouter la farine et le bicarbonate de soude en une seule fois. Eviter de donner du corps à la pâte (la travailler en fraisant).
  5. Envelopper la pâte d'une feuille de plastique, la rentrer au frigo jusqu'au lendemain.
  6. Etendre une abaisse, et la détailler.
  7. Cuire à four doux (200°C.).
- Cette pâte doit obligatoirement avoir quelques heures de frigo avant de pouvoir être abaissée (de préférence sur un marbre).
  - Parce qu'elle est fragile et cassante, on prélève le morceau nécessaire à l'aide d'emporte pièces pour, entre autres, tapisser le fond de petites tartelettes ; celles-ci sont après cuisson garnies de fruits tels fraises, framboises, myrtilles, etc. Servir de fond aux bavarois, gâteau poulet, etc.
  - Le mélange de tous les ingrédients se fait à la main, du bout des doigts sur un plan de travail : marbre, table, etc.

### 27.2.3. LA PATE SABLEE :

La pâte sablée est directement dérivée de la pâte brisée. Elle se réalise uniquement par sablage à la main. Sa composition très riche en sucre, beurre et œufs lui confère une texture particulièrement friable et cassante.

La pâte sablée est particulièrement utilisée nature pour la réalisation de divers petits sablés, de fonds de barquettes, de tartelettes et de petits fours frais.

#### A) INGREDIENTS :

- 1 Kg de farine 000
- ½ kg de beurre sans sel
- ½ kg de sucre glace ou semoule
- 10 gr de sel
- œufs
- *Parfums facultatifs selon utilisation :*
- Vanille, café, cacao .....
- 20 gr levure chimique (facultatif).

#### B) METHODE DE FABRICATION :

1. Tamiser la farine directement sur le marbre. Si le sucre glace est préféré au sucre semoule, le tamiser avec la farine.
2. Ajouter la levure chimique (facultatif) tout en sachant qu'elle accentue la friabilité de la pâte.
3. Assouplir le beurre et le disposer en petites parcelles sur la farine et le sucre.
4. Mélanger délicatement l'ensemble de façon que tous les morceaux de beurre se trouvent enrobés de farine.
5. Les écraser rapidement afin de préparer le sablage.
6. Sabler le mélange entre les deux mains pour obtenir une poudre fine proche du sable.
7. Mettre le sablage en fontaine, saupoudrer le sel sur les bords, les œufs battus en omelette au centre.
8. Incorporer progressivement le sablage de l'intérieur de la fontaine, à l'élément liquide.
9. Ecraser ensuite rapidement et à pleine mains, mais sans pétrir. La pâte se forme et ressort entre les doigts.
10. Former les boules de pâte et les fariner légèrement. Si nécessaire, fraiser la pâte en une seule fois et énergiquement à l'aide d'un coupe pâte.
11. Reformuler les boules, les fariner, les aplatir légèrement à l'aide du rouleau; les envelopper dans un sac en film alimentaire avant de les réserver en enceinte réfrigérée.

#### C) UTILISATION :

<b>PÂTE GRASSE</b>	<b>PÂTE SABLEE</b>
<b>PAS D'UTILISATION EN CUISINE</b>	
<b>EN PÂTISSERIE</b>	<b>EN PÂTISSERIE</b>
- Fond de tartes et d'entremets.	- Fonds de tartes
- Fonds de tartelettes.	- Fonds de tartelettes
- Fonds de petits fours.	- Fonds de petits fours frais.
- Tartelettes types amandines	- Sablés et petits fours secs.
	- Sablés à la confiture
	- Sablés aux amandes, chocolat, etc.

### **27.2.4. LA PÂTE FEUILLETÉE :**

#### **A) INGREDIENTS :**

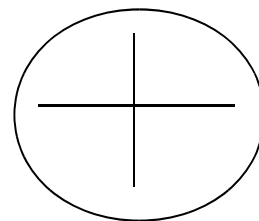
- 1 Litre d'eau
- 2 Kg de farine
- 300 gr de beurre sans sel
- 40 gr de sel fin
- 1,7 Kg de beurre de feuilletage (Ixis ou Proba).

#### **B) METHODE DE FABRICATION :**

1. Faire un bassin fontaine sur le tour avec 2 kg de farine tamisée et placer au centre le beurre en dés, le sel et sabler le tout.

2. Incorporer ensuite l'eau froide, en 2 ou 3 fois. La détrempe étant terminée, la pâte doit être assez ferme. Former ensuite 2 pâtons de 1 kg 600 et laisser reposer 20 minutes sous un essuie légèrement humide.

3. Abaisser la pâte en forme de croix et y placer au centre 850 gr de matière grasse (par pâton), (proba ou ixis) en une seule motte.



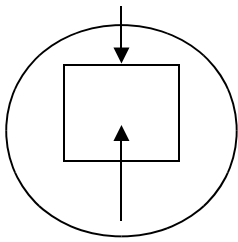
Pour ce faire mettre le pâton en boule et inciser la pâte en croix, de façon à obtenir une étoile à quatre branches.

Autres méthode pour abaisser une détrempe :

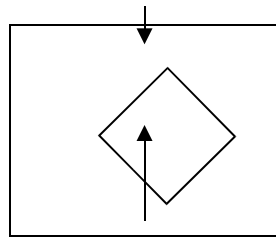
Détrempe ronde

Détrempe carrée

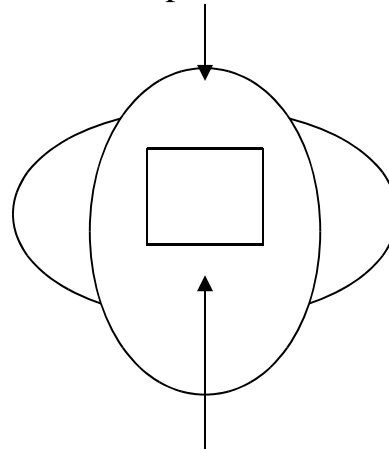
Détrempe en étoile



Matière grasse

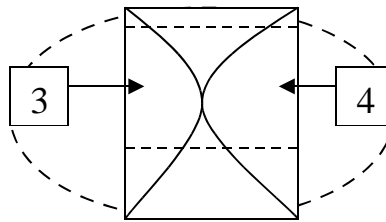
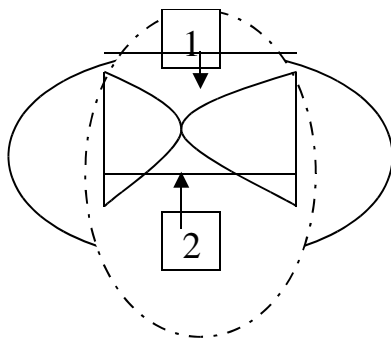


Matière grasse

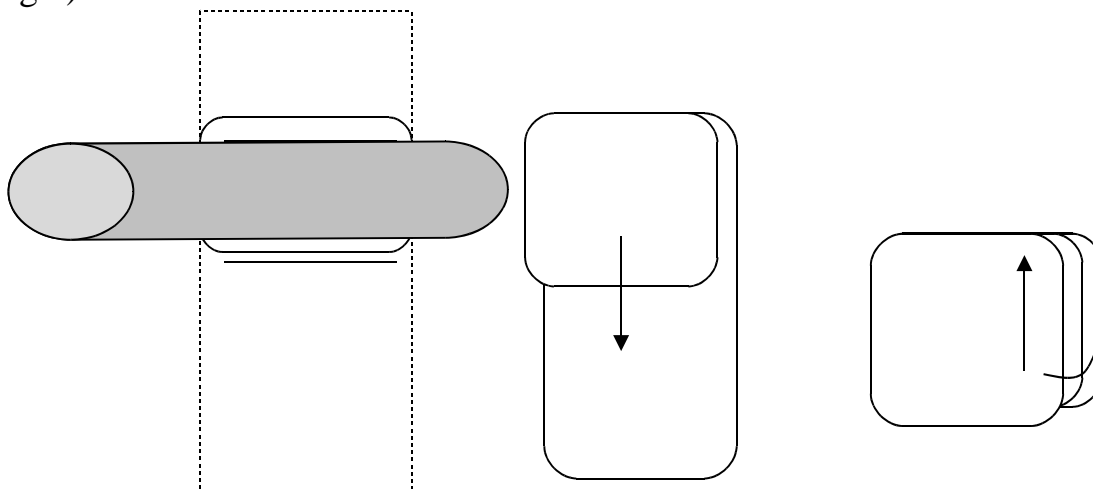


Matière grasse

4. Disposer la matière grasse au centre de la figure retenue, puis l'envelopper en repliant les bords de la détrempe sans trop les superposer.



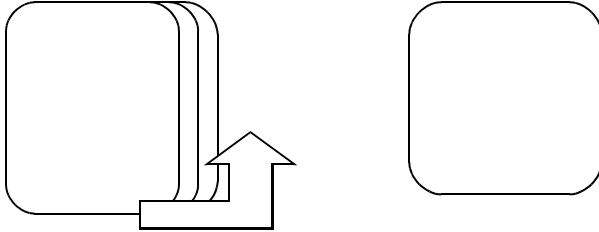
5. Donner quelques coups de rouleaux pour opérer la soudure de la pâte. Abaisser le pâton toujours dans le même sens de façon à obtenir un rectangle trois fois plus long que large. (fig.6)



S'assurer que le pâton n'adhère pas au marbre et fleurir fréquemment de petites quantités de farine. L'épaisseur de l'abaisse doit être régulière et les angles du rectangle parfaitement droit. Eliminer l'excédent de farine à l'aide de la brosse et plier l'abaisse en trois.

6. Ramener le tiers de l'abaisse sur celui du milieu puis replier le tiers inférieur sur les deux autres (figures 7 et 8).

7. Donner le deuxième tour. Faire faire à la pâte 1/4 de tour de façon à ce qu'elle se présente à soit dans l'autre sens que celui qui a été tourné (fig.9). L'abaisser de nouveau sur une longueur de 80 cm et la replier de nouveau sur elle-même en trois; bien souder la pâte en appuyant bien avec le rouleau. On a ainsi donné les 2 premiers tours.



8. Etant donné que le feuilletage demande à être employé après 6 tours, il faut recommencer 4 fois cette opération en ayant soin de laisser reposer la pâte 1 heure environ chaque fois après deux tours. La pâte feuilletée n'exige aucun agent de fermentation, son développement n'est dû qu'à la constitution même de la pâte. Celle-ci se compose en effet d'une série de pâtes séparées entre elles par autant de couches de graisse, résultat qui obtenu en pliant la pâte sur elle-même chaque fois.

En effet après le premier tour, on obtient 3 zones de beurre et 3 zones de pâte.

Après le 2 <sup>ème</sup> tour :	3 zones de beurre }	
	3 zones de pâte }	X 3
Après le 3 <sup>ème</sup> tour:	9 zones de beurre }	
	9 zones de pâte }	X 3
Après le 4 <sup>ème</sup> tour:	27 zones de beurre }	
	27 zones de pâte }	X 3
Après le 5 <sup>ème</sup> tour:	81 zones de beurre }	
	81 zones de pâte }	X 3
Après le 6 <sup>ème</sup> tour:	243 Zones de beurre }	
	243 Zones de pâte }	X 3

**Soit au total 729 zones de beurre alternées avec 729 zones de pâte.**

**Remarque:** Il est conseillé pour le feuilletage, de n'utiliser qu'une farine riche en gluten, c'est pourquoi la farine de gruau qui est la plus riche en gluten est de mise.

Cuisson: 1<sup>er</sup> four, 230°C., 2<sup>e</sup> four 200°C.

### C) UTILISATION :

EN CUISINE	EN PÂTISSERIE
- Allumettes.	- Allumettes glacées.
- Bouchées.	- Cornet à la crème.
- Cassolettes feuilletées.	- Chaussons aux pommes
- Cannelons.	- Conversation.
- Dartois.	- Galettes diverses.



- Feuilletés.	- Jalousies
- Fleurons.	- Pithiviers.
-- Friands.	- Petits fours secs.
- Petits pâtés.	- Eventails, palmiers, sacristains, etc.
- Pomponnettes.	- Tartes feuilletées.
- Paillettes au fromage	- Tartes à l'anglaise.
- Rissoles.	
- Talmouse en tricorne.	

## 27.3.LES PÂTES MOLLES :

### 27.3.1. LA PÂTE À CRÊPES :

Est une pâte semi-liquide réalisée à partir d'un mélange de farine, œufs, lait ou bière, sel éventuellement sucre. La farine de froment peut-être remplacée entièrement ou partiellement par de la farine de blé noir.

**La pâte à galettes** est une variante beaucoup moins élaborée. Composée uniquement de farine, lait écrémé, éventuellement d'œufs, les galettes remplacent le pain dans certaines spécialités régionales (galettes aux saucisses grillées).

**Les blinis** accompagnent traditionnellement le caviar, les poissons marinés et fumés. Ils sont réalisés, tout comme les crêpes, dans de petites poêles rondes à bords droits. La pâte est composée d'un mélange de farine, froment et blé noir, crème, blancs d'œufs en neige et levure de bière.

#### A) INGREDIENTS :

- 1 L. de lait
- 8 œufs
- 30 gr de sucre semoule (vanillé) sauf si destinée à crêpes salée.
- 1 pincée de sel
- 500 gr farine tamisée.
- 50 gr de beurre noisette ou 1 filet d'huile.

#### B) METHODE DE FABRICATION :

- 1.Disposer la farine tamisée en bassin fontaine.
- 2.Mettre le sucre et le sel sur les bords (attention, pour un appareil à crêpes salées, supprimer le sel)
- 3.Au centre, ajouter les œufs préalablement battus en omelette.
- 4.Incorporer le lait petit à petit dans le bassin fontaine. Mélanger au fouet jusqu'au moment où l'on obtient une pâte lisse.
- 5.Rectifier éventuellement la consistance.
- 6.Pour terminer, ajouter le beurre ou le filet d'huile.
- 7.Passer le tout au chinois.

-Ces crêpes doivent être légères à souhait. C'est leur minceur qui leur confère cette qualité.

-La première face d'une crêpe cuite dans la poêle est toujours plus présentable que la seconde.

### C) UTILISATION :

<b>EN CUISINE</b>	<b>EN PÂTISSERIE</b>
- Pliées ou roulées avec garnitures diverses, nappées de sauce et parfois gratinées (au jambon, aux fruits de mer, aux champignons, à la volaille, etc.)	- Au sucre, flambées (alcools ou liqueurs)
- Garnitures pour consommés (taillées en julienne)	- Fourrées (pannequets)
- Cromesquis à la polonaise.	- Soufflées (appareil à soufflé)
	- Suzette
	- Normande, du couvent, etc.

### 27.3.2. LA PÂTE À CHOUX :

#### A).INGREDIENTS :

- ½ litre d'eau.
- 200 gr de beurre.
- +/- 300 gr de farine tamisée.
- 1 pincée de sel.
- 25 gr de sucre S°.
- ½ litre d'œufs soit entre 10 et 12 œufs.

#### B) METHODE DE FABRICATION :

- 1.Mettre l'eau, le beurre, le sel, le sucre dans un ustensile assez large.
- 2.Amener le liquide à ébullition. Veiller à ce que le beurre soit entièrement fondu lorsque l'ébullition est atteinte, pour ce faire le couper dès le départ en petits dés.
- 3.Retirer l'ustensile du feu et verser la farine en une seule fois dans le liquide en ébullition.
- 4.Travailler le mélange à la spatule en bois.
- 5.Remettre sur le feu pour dessécher la pâte ainsi obtenue, en la travaillant vivement jusqu'au moment où elle ne colle plus au récipient et forme une pellicule dans le fond de l'ustensile..
- 6.Retirer l'ustensile du feu et incorporer les œufs (1 à 1) au fur et à mesure de leur intégration dans la masse. Travailler constamment avec la spatule jusqu'à la quantité d'œufs nécessaire. Au terme de ce travail, la pâte devient collante.
- 7.Remplir une poche munie d'une douille n°16 et dresser les choux ou éclairs sur une platine très peu graissée et légèrement farinée.
- 8.A l'aide d'un pinceau, dorer légèrement le dessus, passer à la fourchette pour égaliser.

9. Enfourner à four chaud 200°C. Le temps de cuisson entre 20 et 30 minutes.

- Lors du dressage sur plaque, laisser une distance suffisante entre les choux pour ne pas nuire à leur développement à la cuisson.

- Aussitôt dresser, ne pas tarder à les enfourner.

- Au terme de la cuisson, vérifier si la paroi du chou est bien sèche; dans le cas contraire, laisser sécher en laissant le four entr'ouvert, sous peine de les voir s'affaisser à la sortie du four.

- Les ingrédients de cette recette vont permettre la réalisation d'une trentaine de choux. une boule bien homogène (aspect satiné de la pâte) de plus, une fine pellicule se dépose au fond de l'ustensile.

- La consistance de la pâte est une condition de réussite; si elle est trop liquide, on aura des difficultés pour travailler à la poche; de plus les choux vont s'étaler lors du dressage sur plaque.

- Des choux lourds se développeront mal, c'est la conséquence d'une pâte trop épaisse. Le remède à cet inconvénient n'est pas bien grave, il suffit d'y incorporer quelques œufs de plus.

- Lors du dressage sur plaque, laisser une distance suffisante entre les choux pour ne pas nuire à leur développement à la cuisson.

- Aussitôt dresser, ne pas tarder à les enfourner.

- Au terme de la cuisson, vérifier si la paroi du chou est bien sèche; dans le cas contraire, laisser sécher en laissant le four entr'ouvert, sous peine de les voir s'affaisser à la sortie du four.

- Les ingrédients de cette recette vont permettre la réalisation d'une trentaine de choux.

### C) UTILISATION :

EN CUISINE	EN PÂTISSERIE
- Beignets au fromage.	- Beignets
- Beignets Pignatelli.	- Beignets soufflés (pets de nonne).
- Carolines.	- Choux.
- Gougères.	- Croquembouche.
- Gnocchi à la parisienne.	- Eclairs.
- Pommes dauphines.	- Glands.
- Pommes Lorette.	- Polkas.
- Ramequins au fromage.	- Paris-Brest.
- Talmouses « Pont Neuf » à la Bagration.	- Petits fours frais.
	- Profiteroles.
	- Religieuses.
	- Saint-Honoré.
	- Salambos.

## 27.4. LES PATES MONTEES :

L'augmentation du volume des pâtes montées est due aux œufs dont les protéines ont la propriété de retenir l'air après un fouettage intense (incorporation d'innombrables petites bulles d'air dans les alvéoles). A la cuisson, ces bulles d'air augmentent encore de volume et font monter la pâte. La farine et les œufs sont responsable de la tenue, la coloration et la saveur.

### 27.4.1.. LA GENOISE OU BISCUIT DUCHESSSE :

#### A) INGREDIENTS :

- 6 Œufs.
- 150 gr S<sup>3</sup>.
- 130 gr Farine.
- 20 gr Fécule.
- 15 gr Beurre fondu tiède.

#### B) METHODE DE FABRICATION :

1.Casser les œufs dans le bol du batteur, ajouter le sucre et battre le tout d'abord à petite vitesse, ensuite à vitesse maximum. En principe ce travail devrait s'effectuer au bain-marie, mais certains cul de poule de batteur mélangeur possède une couronne à gaz chauffant sous l'appareil ( attention des ce cas de ne pas le régler trop fort).

2.Durant ce travail, le mélange doit au moins tripler de volume et atteindre une certaine consistance.

3.La farine et la fécule de maïs ayant été tamisée, les incorporer en pluie petit à petit à la composition en mélangeant délicatement à la spatule. ce mélange s'effectue en soulevant la pâte.

4.Terminer le mélange en ajoutant le beurre.

5.Remplir au 3/4 le moule à biscuit préalablement beurré et fariné.

6.Enfourner ensuite dans un four à 180°C. à 200°C. pendant +/- 20 minutes.

7.Aussitôt cuit, décercler et retourner sur grille pour démouler.

#### C) UTILISATION :

<b>EN PÂTISSERIE SEULEMENT</b>
- Base pour entremets (gâteau ambassadeur, Singapour, ananas couché, Danicheff, Fromage de Brie, Fraisier, etc.)
- Mokas.
- Gâteaux au chocolat.
- Génoise meringuée.
- Bûches de Noël
- Puddings
- Garniture omelette norvégienne.

### **27.4.2. LA PÂTE À BISCUITS :**

Cet appareil convient très bien pour chemiser les charlottes .

#### **A) INGREDIENTS :**

- 20 Œufs
- 400 gr Sucre semoule + 100 gr
- 400 à 500 gr de farine + 50 gr pour chemisage des plaques.
- 50 gr de beurre (pour chemisage des plaques).
- sel fin (P.M.).

#### **B) METHODE DE FABRICATION :**

- 1.Faire un ruban avec les jaunes d'œufs et le sucre.
  - 2.Monter les blancs en neige, les meringuer lorsqu'ils sont montés aux 3/4 pour bien les serrer.
  - 3.Verser délicatement les jaunes blanchis et la farine tamisée sur les blancs meringués. Mélangés délicatement à l'aide d'une spatule en bois afin de ne pas "casser" le biscuit.
  - 4.Mettre l'appareil à biscuit dans une poche munie d'une douille plate et coucher l'appareil sur une plaque beurrée et farinée.
  - 5.Marquer immédiatement le biscuit en cuisson à 180°/200°C. durant 10 à 12 minutes. Ouvrir le clapet de vapeur vers la moitié de la cuisson.
  - 6.Débarrasser sur grille dès leur sortie du four.
- Remarque: si un colorant est utilisé, l'ajouter lorsque les jaunes sont blanchis.

### **27.4.3. LA PATE A BISCUIT CUILLER :**

#### **A) INGREDIENTS :**

- 5 jaunes d'œufs
- 5 blancs d'œufs
- 125 g de sucre semoule
- 110 g de farine tamisée
- 20 g de fécule tamisée
- 40 g de sucre glace

#### **B) METHODE DE FABRICATION :**

- 1.Montez les blancs en neige en incorporant au fur et à mesure le sucre semoule,
- 2.jusqu'à ce qu'ils soient bien montés.
- 3.Cassez les jaunes en les fouettant un peu puis, à l'aide d'une cuillère en bois, incorporez les soigneusement aux blancs montés pour ne pas les faire retomber.
- 4.Tamisez ensemble la farine et la fécule, puis versez doucement ces deux ingrédients en pluie sur votre préparation sans cesser de remuer à l'aide d'une corne.

5. Sur une feuille de papier sulfurisé l'aide d'une poche à douille de 2 cm de diamètre, formez immédiatement des bâtonnets de pâte et saupoudrez de sucre glace.

6. Faites cuire au four à 200° C pendant environ 5 à 7 mn (cette recette peut être faite avec d'autres quantités suivant les recettes).

7. En ajoutant 50 g de cacao en poudre non-sucré à la farine, on obtient des biscuits cuillère au chocolat.

C) UTILISATION :

<b>UNIQUEMENT EN PATISSERIE</b>
- Biscuit à la cuiller (charlotte, russe, plombières, chantilly, etc.)
- Biscuit roulés et garnis, masqués de crèmes diverses (charlottes royales, chemisages des entremets à base de mousse de fruits, soufflés, liqueur, etc.)
- Biscuit de Savoie.

**27.4.4. LA PÂTE A BISCUIT JOCONDE :**

A) INGREDIENTS :

- 5 œufs entiers
- 6 blancs d'œufs
- 200 g de sucre glace tamisé
- 230 g d'amandes en poudre
- 60 g de farine tamisée
- 30 g de sucre semoule

B) METHODE DE FABRICATION :

1. Fouetter au batteur le sucre glace, les amandes en poudre et 2 œufs jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Toujours en fouettant, incorporer, à 5 mn d'intervalle, les 3 œufs restants.

2. Monter les blancs d'œufs en neige en versant le sucre semoule petit à petit.

3. Lorsque les blancs sont bien fermes, les incorporez au mélange œufs-sucre glace amandes.

4. Ajouter enfin la farine tamisée, en remuant délicatement avec une spatule pour ne pas faire retomber l'ensemble.

5. Étaler la pâte à l'aide d'une palette sur une feuille de papier sulfurisé (pas plus de 1 cm d'épaisseur). Faire cuire au four (220 à 230°C) pendant 4 à 5 mn.

6. À la sortie du four, glisser la feuille de papier sulfurisé sur une grille à tarte et laisser le biscuit refroidir.

C) UTILISATION :

<b>UNIQUEMENT EN PÂTISSERIE</b>
- Idem biscuit duchesse.
- Fraisier, framboisier

**27.4.5. BISCUIT SACHER :****A) INGREDIENTS :**

- 100 g de chocolat noir
- 225 g de beurre
- 35 g de cacao en poudre non sucré
- 6 jaunes d'œufs
- 6 blancs d'œufs
- 75 g de farine
- 150 g d'amandes en poudre

**B) METHODE DE FABRICATION :**

1. Travailler le beurre au bain-marie afin qu'il prenne l'apparence d'une pommade et le réserver.

2. Fouetter les jaunes, l'œuf entier et 150 g de sucre semoule jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

3. Faire fondre le chocolat au bain-marie (maintenu à une température de 45 à 55 ° C), y ajouter le beurre en pommade, les jaunes d'œufs blanchis et la poudre de cacao. Mélanger sans battre et réserver.

4. Montez les blancs d'œufs en neige et, à la fin, verser 50 g de sucre semoule. Mélanger ensemble les deux appareils (blancs d'œufs et chocolat-beurre) avec beaucoup de précautions.

5. Au-dessus d'une feuille de papier, tamiser ensemble la farine et les amandes en poudre. Les incorporer au mélange précédent.

6. Beurrer et fariner un moule à génoise et y verser le biscuit Sacher. Faire cuire au four à 180°C pendant environ 35 à 40 minutes.

7. À la sortie du four, démouler le biscuit Sacher sur une feuille de papier sulfurisé posée sur une grille à tarte et le laisser refroidir.

<b>UNIQUEMENT EN PÂTISSERIE</b>
- Idem biscuit duchesse.
- Garniture de certains entremets.

**27.4.6. LA PÂTE À FRIRE :**

Cette pâte est utilisée aussi bien pour les beignets salés (avec une légère différence) que pour les beignets sucrés. Il est à remarquer, que dans ce dernier cas, on préférera employer le nom de fritots en lieu et place de beignets.

**27.4.6.1. LA PÂTE À FRIRE POUR FRITOTS :****A) INGREDIENTS :**

- 250 gr de farine tamisée
- jaunes d'œufs; 5 gr de sel.

- 1,5 dl d'eau tiède et 1,5 dl de bière.
- cuillères à potage d'huile.
- 3 blancs battus en neige.

### B) METHODE DE FABRICATION:

1. Disposer la farine en bassin fontaine dans un récipient creux (bol en verre par ex.).
2. Au centre, mettre l'huile, les jaunes d'œufs et le sel.
3. Verser le liquide (bière-eau) doucement en partant du centre de la fontaine, tout en mélangeant avec le bout des doigts, pour obtenir une pâte lisse et sans grumeaux.
4. Lorsque toute le farine est absorbée, battre la pâte avec le plat de la main en la soulevant de façon à y incorporer de l'air.
5. Rectifier la consistance. Cette dernière doit être un peu plus épaisse qu'une pâte à crêpes. Elle doit bien napper les doigts tout en étant liquide.
6. Recouvrir l'ustensile d'un linge et laisser reposer au moins une heure dans un endroit tempéré.
7. Avant de l'employer, y incorporer délicatement les blancs en neige.

**Remarque:** La proportion bière-eau sera fonction de la qualité de la bière. Une bière de ménage légère, ne devra pas être nécessairement coupée.

### 27.4.6.2. LA PÂTE À FRIRE POUR BEIGNETS :

Idem que précédemment, mais on peut remplacer l'huile par deux cuillérées de beurre fondu.

Ajouter en plus 20 gr de sucre S° et une cuillérée de cognac.

### UTILISATION:

<b>FRITOTS</b>	<b>BEIGNETS</b>
- Volaille, cervelle, amourette, crevettes, cuisses de grenouilles, courgettes, etc.	- Beignets de fruits, (ananas, bananes, pommes, etc.)
- Crolesquis à la française, à la polonaise, etc;	- autres beignets (fleurs, crème pâtissière), profiteroles, tronçon de crêpes fourrés de crème diverses.



## 27.5.LES PATES LEVEES:

Les pâtes levées sont réalisées à partir d'un mélange de farine riche en gluten, œufs, beurre, levure biologique, sel et sucre. Elles sont rendues fortement élastiques grâce à une action mécanique ou un pétrissage vigoureux. L'augmentation de volume est provoquée par une fermentation, de type panaire, obtenue grâce à des levures.

La levure de « bière » ou de « boulanger » est un bon microbe, il s'agit d'une levure microscopique (SACCHAROMYCES CEREVISIAE) se reproduisant par bourgeonnement. Dans des conditions favorables à leur développement, (température, humidité, nourriture, oxygène), les levures se multiplient en se nourrissant d'une petite partie des glucides (amidon de la farine) qu'elles transforment en rejetant du gaz carbonique et de l'alcool (fermentation). La faible quantité de glucides simples (sucre) contenus initialement dans la farine accélère le processus. Cette fermentation est un peu plus complexe et fait également apparaître diverses substances responsables de la qualité, de la saveur et de l'odeur des préparations (surtout lorsque la fermentation est prolongée). Au cours de la fermentation, le dégagement de gaz carbonique dans la pâte fait apparaître la structure alvéolaire caractéristique des pâtes levées. La pâte rendue élastique par le pétrissage s'oppose à la sortie du gaz carbonique, qui tente alors de s'échapper et la soulève. Les différentes phases de l'augmentation de volume des pâtes levées correspondent aux « pousses » et au « pointage ». L'action de « rompre » la pâte a pour but de répartir uniformément les levures qui sont multipliées et d'apporter l'oxygène nécessaire à leur développement ultérieur.

Durant la cuisson, le gaz carbonique emprisonné dans les alvéoles se dilate, pousse la pâte. Vers 80°C. toutes les réactions (physico-chimiques et biologiques) s'arrêtent. La farine et les œufs apportent leur soutien et assurent aux produits leur forme définitive. Le gaz carbonique se disperse. La faible quantité d'alcool produite au cours de la fermentation se dégage à la cuisson.

### 27.5.1.LA PATE A BRIOCHE:

Cette pâte, non sucrée, est utilisée par exemple pour un pièce de bœuf en croûte, ou par exemple pour un saucisson truffé, ou pour des petits pâtés.

#### A) INGREDIENTS:

- 1 Kg de farine.
- 50 gr de levure.
- 4,5 dl de lait tiède.
- 200 gr de beurre.
- œufs.
- 20 gr de sel.

#### B) METHODE DE FABRICATION :

1. Réunir dans un bol, le lait, la levure, les œufs et les mélanger au fouet.
2. Disposer la farine en bassin fontaine, et verser le sel sur les bords.

3. Placer au centre de la fontaine le mélange réalisé et faire une pâte avec le tout de manière à ce qu'il soit bien lisse et n'attache plus aux doigts.
4. Pétrir le beurre pour l'obtenir en une pommade et l'incorporer à la pâte.
5. Couvrir et laisser reposer 15 à 20 minutes.
6. Frapper la pâte sur la table pour expulser les gaz.
7. L'abaisser jusqu'à une épaisseur de 5 mm.

**Remarque :** Si on utilise cette pâte en pâtisserie, ajouter 50 gr de sucre semoule au kg de farine. On peut également y incorporer du sucre perlé.

### C) UTILISATION :

EN CUISINE	EN PÂTISSERIE
- Saucisson, foie gras, filet de bœuf en brioche	- Brioche à tête.
- Petites brioches fourrées (volaille, champignons, œufs brouillés)	- Petites brioches
- Koulibiac de saumon.	- Brioche suisse.
- Rissoles à la bohémienne.	- Brioche de Nanterre.
	- Pain brioché.
	- Pain aux raisins.

### 27.5.2. LA PATE A BABA OU A SAVARIN :

Cette pâte est utilisée uniquement en pâtisserie,. La différence entre les deux produits sont que la pâte à baba est additionnée au moment de la mouler de raisins de Corinthe ou de Smyrne bien lavés et macérés dans du rhum.

En règle générale, les babas sont consommés nature, sans crème ni garniture, et ils sont impérativement parfumés au rhum.

Les savarins reçoivent souvent une garniture à base de crème (chantilly, pâtissière, diplomate...) ou de fruits (fraises, framboises, salade de fruits...). Selon la crème ou la garniture utilisée, ils peuvent être parfumés au rhum, au Kirsch, au Calvados,...

### A) INGREDIENTS:

- 200 gr de raisins secs (uniquement pour les babas, et si possible 100 gr de raisins de Corinthe et 100 gr de raisins de Smyrne.
- 40 gr de sucre S°.
- 50 gr de levure.
- 1 kg de farine
- 20 cl de lait
- 600 gr de beurre.
- 14 œufs.
- 20 gr de sel.

**B) METHODE DE FABRICATION :**

1. Mettre la farine en fontaine dans un ustensile approprié.
  2. Parsemer le sel sur les bords, délayer la levure avec le lait tiède.
  3. Disposer le levain dans la fontaine, ajouter les œufs et travailler la pâte à la main, tout en détachant les particules collées sur les parois de l'ustensile en les rejetant dans la masse.
  4. Placer le beurre ramolli et divisé en petites parties sur la surface de la pâte, couvrir celle-ci et la tenir dans un endroit assez chaud mais à l'abri des courants d'air jusqu'à ce qu'elle double de volume.
  5. Ajouter alors le sucre à la pâte et pétrir à la main de façon à lui incorporer le beurre. Ajouter également les raisins.
  6. Garnir de cette pâte les moules à baba bien beurrés, mais ne les remplir qu'au tiers.
  7. Donner une deuxième pousse aux babas. (Lors de celle-ci, ils doivent doubler de volume).
  8. Les marquer en cuisson sans les dorer.
  9. Contrôler la cuisson, les démouler sitôt celle-ci terminée et les laisser refroidir.
  10. Tremper les baba dans un sirop à baba parfumer au rhum.
- N.B.: En principe, on confectionne ce sirop en ajoutant 2,5 dl de rhum à 1,5 L de sirop de sucre à 28°B.

**C) UTILISATION :****EN PÂTISSERIE SEULEMENT**

<b>PÂTE A SAVARIN</b>	<b>PÂTE A BABA</b>
- Savarin chantilly	- Baba au rhum
- Savarin aux fruits	- Pomponnettes
- Savarin crème anglaise.	- Petits fours frais
- Savarin meringué	
- Marignan	

**27.5.3.LA TARTE EN PÂTE LEVEE :**

Cette pâte est plutôt employée en Belgique pour la fabrication des tartes, mais assez curieusement est inconnue en France où on lui préfère, pour la réalisation des tartes, la pâte brisée ou la pâte feuilletée.

**A) INGREDIENTS :**

- 70 gr de sucre cristallisé
- 60 gr de levure
- 1 Kg de farine blanche
- 45 cl de lait tiède.
- 400 gr de beurre.
- jaunes d'œufs.20 gr de sel.

## B) METHODE DE FABRICATION :

1. Tamiser la farine et en disposer environ 1/3 en bassin fontaine dans un ustensile adéquat.
2. Au centre, ajouter le lait, la levure, les jaunes d'œufs, le sucre en les délayant, incorporer ensuite la farine se trouvant autour. Ces éléments constituent le « levain ».
3. Verser le restant de la farine sur le levain et le sel par-dessus, couvrir d'un essuie et laisser reposer 20 minutes dans un endroit tempéré et à l'abri des courants d'air.
4. Après un moment, le levain aura poussé en craquelant la farine. Mélanger alors le tout en évitant de trop travailler la pâte.
5. Incorporer alors le beurre en pommade sans lui donner trop de corps; pour ce faire, travailler en coupant la pâte jusqu'au moment où le beurre est bien incorporé, elle devient lisse et souple.
6. Laisser reposer 20 minutes sous un essuie à une température d'environ 25°C.
7. Détailler ensuite en pâtons de 300 gr pour une platine de 25 cm de diamètre. Les rouler, fariner légèrement et laisser reposer à nouveau sous un essuie durant 5 minutes.
8. Abaisser les pâtons et les mettre en platine légèrement graissées.
9. Relever les bords, les dorer et piquer le fond.
10. Garnir les tartes et laisser pousser 30 minutes; enfourner à four moyen (215°C.) environ 20 minutes.

## C) UTILISATION :

Les garnitures sont multiples, et on peut même dire que chaque région possède ses propres garnitures: sucre, riz, fruits divers, macarons, crème pâtissière agrémentée de fruits, brésilienne, etc...

### **27.5.4.LA PÂTE À PAIN (POUR PIZZA) :**

Cette dernière pâte est bien sûr employée pour la fabrication du pain blanc dit de ménage, mais également pour les pizzas, avec cependant une nuance importante, puisqu'elle s'additionne alors d'huile d'olive Si celles-ci sont parfois réalisées en pâte brisée, le résultat en est toutefois totalement différent.

## A) INGREDIENTS :

- 350 gr de farine
- dl d'eau tiède.
- 30 gr de levure.
- 1 pincée de sel.
- 2 cuillère à potage d'huile. (4 cl)

## B) METHODE DE FABRICATION:

1. Faire un bassin fontaine avec la farine; mettre le sel sur les bords.
2. Au centre, ajouter l'huile, la levure délayée avec l'eau tiède.

3. Mélanger du bout des doigts, incorporer toute la farine, rassembler la pâte et la pétrir 5 minutes. La sécher avec un peu de farine jusqu'au moment où elle ne colle plus aux doigts.
4. Couvrir d'un linge et laisser monter  $\frac{1}{4}$  d'heure ou plus suivant température ambiante.
4. Huiler la plaque du four, étendre la pâte à l'aide d'un rouleau suivant forme désirée. Piquer le fond, et le tapisser de la garniture voulue.

## 28. LES CREMES :

### 28.1.GÉNÉRALITÉS :

Les crèmes représentent une base essentielle de la pâtisserie. La qualité des produits finis dépend pour une large part de leur finesse. Leur fabrication, souvent très simple, nécessite néanmoins beaucoup d'attention pour des raisons techniques et hygiénique. Tous les **ingrédients**, doivent être **pesés** ou **mesurés** avec **précision**.

Les règles d'hygiène les plus strictes doivent être observées tout au long du processus de réalisation. En effet , les crèmes à base d'œufs représentent un milieu favorable au développement des microbes et plus particulièrement des bactéries. Les crèmes confectionnées dans de mauvaises conditions d'hygiène,, avec des produits manquant de fraîcheur ou sans garantie bactériologique, insuffisamment cuites ou conservées trop longtemps à température pas assez froide (+ 3°C.) peuvent provoquer des toxi-infections plus ou moins graves (dues aux staphylocoques dorés, aux salmonelles,...)

Après leur préparation, les crèmes seront refroidîtes immédiatement et rapidement. Les réserver ensuite en enceinte réfrigérée à couvert.

### 28.2.CLASSIFICATION DES PRINCIPALES CREMES DE BASE :

- La crème chantilly.
- La crème anglaise.
- La crème pâtissière et ses dérivées :
  - ✓ Crème mousseline
  - ✓ Crème diplomate.
  - ✓ Crème chiboust ou à St Honoré.
  - ✓ Crème légère.
- La crème frangipanes.
- La crème ganache.
- La crème semoule
- La crème au beurre.

#### 28.2.1. LA CREME CHANTILLY :

##### A) COMPOSITION :

La crème chantilly est une crème de lait composée de 40 à 44% de matière grasse. Les bulles d'air incorporées lors du fouettage (foisonnement) modifient sa consistance : la crème augmente de volume, devient mousseuse, légère et ferme.

La crème chantilly peut être réalisée à l'aide d'appareils divers permettant d'obtenir rapidement une mousse particulièrement foisonnée et légère (aérobateurs, appareils à gaz ou à cartouche).

- 1 L crème à 40% (ou 44%).
- 150 gr de sucre S°.

- 1 pointe de vanilline

## B) TRAITEMENT :

Battre la crème au fouet et ajouter le sucre et la vanilline au début afin qu'il soit mélangé et fondu.

## C) PRECAUTIONS :

Afin d'obtenir un bon résultat et d'éviter qu'elle ne graine :

➤ La crème doit être très froide.

➤ Si ce n'est le cas, la battre sur double fond glacé.

➤ Utiliser de préférence un ustensile en inox pour battre la crème, un ustensile étamé risque de donner une crème grise (+ goût de métal). Si pas d'inox, utiliser un plastique de bonne qualité ou un ustensile émaillé.

➤ Battre vigoureusement jusqu'au moment où elle tient au fouet (elle perd alors sa couleur brillante). Éviter l'excès qui la transformerait en beurre.

➤ Aussitôt battue, corner les bords et la conserver en enceinte réfrigérée.

## D) UTILISATION :

La crème chantilly est principalement utilisée pour garnir ou décorer certains desserts ou entremets. Elle rentre également dans la composition de nombreux appareils :

✓ *Décor des pâtisseries, des entremets et des coupes glacées :*

- St Honoré chantilly, bavarois, charlottes diverses, merveilleux, vacherin, tartes aux fruits, glaces, etc.....

✓ *Garnissage des entremets et des pâtisseries :*

- Choux, meringues, savarins, charlottes chantilly, etc.....

✓ *Composition d'appareils :*

- à bavarois, à charlottes, riz à l'impératrice, à glace plombière, à bombe, à parfait, à soufflé glacé, mousses diverses, ....

## 28.2.2. LA CREME ANGLAISE :

### A) COMPOSITION :

La crème anglaise est une crème semi-liquide, obtenue en chauffant progressivement un mélange de lait, sucre, jaunes d'œufs et vanille. L'épaississement est obtenu grâce à la propriété des protéines des œufs à épaissir à une température de 85 à 90°C. (cette variation peut s'expliquer selon le degré de concentration en sucre et en œufs). Cependant ce palier e température ne peut pas être dépassé sinon il y a risque de floculation (coagulation trop poussée).

La crème peut être parfumée selon son utilisation, elle porte alors le nom du parfum : crème anglaise au café, au thym citron, etc.....

- 16 jaunes d'œufs

- 500 gr de sucre semoule ou S<sup>2</sup>.
- 1 L de lait.
- 1 bâton de vanille.

#### B) TRAITEMENT :

- 1.Mettre les jaunes d'œufs dans un ustensile à fond épais.
- 2.Ajouter le sucre et travailler au fouet pour faire un ruban.
- 3.Verser le lait bouillant (chauffé avec la gousse de vanille fendue en deux et grattée).et délayer au fouet.
- 4.Porter la composition à chaleur douce et vanner à la spatule continuellement jusqu'au moment où elle nappe. (attention aux œufs brouillés).

#### C) PRECAUTIONS :

- Lorsque l'on ajoute le sucre sur les jaunes,, il faut le faire progressivement en remuant à l'aide d'une spatule, et ceci pour ne pas les « brûler ». Le contact trop franc et direct du sucre sur les jaunes provoque de petits agglomérats ou petits grains insolubles.
- Verser lentement le lait bouillant sur les jaunes d'œufs blanchis avec le sucre, ceci afin e ne pas les coaguler brusquement.
- Ne pas ajouter d'ingrédients très alcoolisés ou trop acides (liqueur, jus de citron ou d'orange). Directement dans le lait seul, car celui-ci risque de se coaguler. Dans le mélange de crème anglaise froide les protéines coagulent moins facilement : il faut donc ajouter les ingrédients alcoolisés ou acides lorsque la crème est froide.

### 28.2.3. LA CRÈME PÂTISSIÈRE :

#### A) COMPOSITION :

La crème pâtissière est une crème onctueuse et souple dont l'épaississement est obtenu grâce à de la fécule (maïzena), de la farine ou de la poudre à crème (voir ci-après).

- 1 L lait
- 250 gr sucre semoule.
- 3 œufs entiers ou 5 jaunes.
- 1 bâton de vanille.
- 80 gr fécule de maïs.

#### B) TRAITEMENT :

- 1-Faire bouillir le lait avec les 2/3 de sucre et la vanille.
- 2-Pendant ce temps, travailler les œufs avec le sucre de façon à former le ruban.
- 3-Y mélanger la fécule de maïs et bien mélanger.
- 4-Verser petit à petit le lait bouillant sur cette composition en fouettant vivement pour bien délayer le ruban.



5-Remettre le tout sur le fourneau et amener à ébullition sans cesser de fouetter vivement.

6-Après un bon bouillonnement, étaler la crème sur une plaque afin qu'elle refroidisse rapidement (l'idéal étant de la travailler sur le marbre à l'aide d'une corne).

7-Rassembler ensuite dans un ustensile et garder en chambre froide.

### C) PRECAUTIONS :

La crème pâtissière doit impérativement bouillir. Une crème pâtissière qui relâche peut être une crème insuffisamment cuite.

Débarrasser la crème pâtissière sous faible épaisseur dans un récipient en acier inoxydable préalablement désinfecté.

Pour éviter la formation d'une peau en surface, tamponner la crème avec un peu de beurre. L'utilisation de sirop ou de sucre glace n'est pas conseillée car ils risquent de provoquer une fermentation.

### D) UTILISATION :

Additionnée de blancs d'œufs en neige, elle sert de base à la réalisation d'appareil à soufflés.

Elle sert à la garniture de nombreux entremets : choux, éclairs, religieuse, mille-feuilles, garnitures de génoises ou de biscuits, garnitures de fonds de tarte, etc....

#### **28.2.3.1. LA CREME MOUSSELINE :**

La crème mousseline est obtenue en incorporant à la crème pâtissière la moitié de son poids en beurre. Cette opération se fait en deux étapes :

1. Incorporer la moitié du beurre à chaud en dehors du feu. (soit ¼ du poids de crème)
2. Incorporer la deuxième moitié du beurre dans la crème complètement refroidie. Le mélange s'effectue à l'aide d'un fouet pour obtenir une crème lisse, homogène et légère.

#### **28.2.3.2. LA CREME DIPLOMATE :**

Elle est obtenue en ajoutant à la crème pâtissière la moitié de son poids de la crème fouettée éventuellement collée avec 1 feuille de gélatine pour 500 gr de crème fraîche.

#### **28.2.3.3. LA CREME CHIBOUST :**

La crème chiboust est obtenue soit en mélangeant des blancs d'œuf battus en neige et serrés avec un peu de sucre à de la crème pâtissière collée à la gélatine, soit en versant de la crème pâtissière collée bouillante sur les blancs d'œufs battus en neige.

**28.2.3.4. LA CREME LEGERE :**

Elle est réalisée selon la méthode de la crème chiboust. Après son complet refroidissement, elle est additionnée de crème fouettée.

**28.2.3.5. TABLEAU RECAPITULATIF DES DIFFERENTES PROPORTIONS DE LA CREME PÂTISSIERE ET  
DERIVEES**

<b>CREME DE BASE</b>	<b>DERIVEES</b>	<b>LAIT</b>	<b>JAUNES D'ŒUFS</b>	<b>SUCRE SEMOULE</b>	<b>FARINE</b>	<b>MAÏZENA</b>	<b>BEURRE</b>	<b>CREME</b>	<b>GELATINE</b>	<b>VANNILLE</b>	<b>PARFUM</b>		
	<b>OU</b>		1 L	5 ou 3 entiers	0,250 Kg	0.125 kG	0.08 Kg				1	PM	
			1 L	5 ou 3 entiers	0,200 Kg							1	PM
			1 L	5 ou 3 entiers	0,300 Kg							1	PM
	<b>CREME DIPLOMATE</b>	1 L	5 ou 3 entiers	0,300 Kg				0.50	0.010		1	PM	
	<b>CREME MOUSSELINE</b>	1 L	5 ou 3 entiers	0,300 Kg				0.250 +0.250				1	PM
	<b>CREME CHIBOUST</b>	1 L	5 ou 3 entiers	0,200 Kg +0.100kg					0.015		1	PM	
	<b>CREME LEGERE</b>	1 L	5 ou 3 entiers	0,3000 Kg +0.100 kg					0.010		1	PM	



**28.2.4. LA CREME PUDDING VANILLE :****A) COMPOSITION :**

La crème pudding est un succédané de la crème pâtissière. Elle est obtenue à partir de la poudre à crème.

- 10 L lait frais ou stérilisé
- 2.5 Kg de sucre scié
- 800 gr de pudding nature
- 2 gr de vanilline ou 3 bâtons de vanille.

**B) TRAITEMENT :**

1. Porter à ébullition les 8/10 du lait avec la totalité du sucre plus la vanilline ou les gousses de vanille fendues en deux et grattées.
2. Délayer le pudding vanille dans les 2/10 du lait froid restant, mélanger à l'aide d'une spatule en bois.
3. Verser le pudding délayé dans le lait sucré en ébullition en évitant la formation de grumeaux (couper la source de chaleur, incorporer et bien délayer au fouet).
4. Ramener la composition à ébullition en mélangeant rapidement. Au moyen d'un fouet (en 8) pour éviter de la rendre élastique.
5. Débarrasser la crème pudding vanille dans des plaques inox, plaques à gratin. Aussitôt froide rentrer au frigo.

**28.2.4.1. LA CREME PUDDING AU FRUITS COCKTAILS :**

Ajouter à la crème pudding vanille 2 boîtes de fruits cocktails égouttés après l'ébullition et un peu de liqueur (kirsch ou marasquin).

**28.2.4.2. LA CREME PUDDING AU CAFE :**

Idem crème pudding vanille mais ajout d'extrait de café au départ dans le lait.

**28.2.5. LA CREME FRANGIPANE :****A) COMPOSITION :**

La crème frangipane est un mélange réalisé à froid et en parties égales de beurre, de sucre, de poudre d'amandes et d'œufs et de farine. Elle sert de base à de nombreux entremets.

Certains professionnels y ajoutent un peu de crème pâtissière. Ce mélange des deux crèmes gonfle moins à la cuisson, il permet seulement d'en diminuer le prix de revient.

- 1 Kg de beurre

- 2 kg de broyage d'amandes sucrés (1 kg d'amandes broyées pure et 1 kg de sucre S°).
- Quelques gouttes d'amandes amères.
- 16 œufs entiers.
- 350 à 400 gr de farine tamisée

## B) TRAITEMENT :

1. Battre le beurre en crème jusqu'à ce qu'il soit bien blanc et aéré.
2. Ajouter le broyage d'amandes sucré petit à petit (en 6 fois environ).
3. Battre jusqu'à l'obtention d'une crème onctueuse et bien blanche.
4. Ajouter les œufs entiers 2 par 2 en fouettant vivement afin d'obtenir une crème lisse et légère.
5. En dernier lieu, ajouter la farine tamisée, mélanger alors à la spatule.
6. Débarrasser dans un récipient soit inox ou plastique de bonne qualité et débarrasser au frigo pour usage.
7. La cuisson s'effectuera à 210°C. durant plus ou moins 20 minutes.

## C) UTILISATION :

*Lintzer tart* : Pâte grasse avec broyage d'amandes foncée en moule à tartelette cannellée, fond de frangipanes, cuiller de confiture d'abricot.

*Maurice Chevalier* : Pâte grasse détailler le centre à l'emporte pièce rond, masquer crème moka et frangipane au dessus.

*Petit suisse* : Forme à baulus, fond de pâte grasse, après cuisson crème pâtissière et crème frangipane.

*Vénitien* : Forme à baulus, foncé avec pâte grasse, cerise, Kirsch, frangipane, glace avec confiture d'abricot.

*Tarte frangipane* : Pâte grasse, piquer le fond, remplir de frangipane, cuire avec amandes parsemées sur le dessus.

Il faut veiller dans cette préparation à ce que le beurre soit bien malaxé pour éviter que la frangipane ne déborde au four.

Au moment de l'emploi, la frangipane doit être retravaillée avec une spatule pour éviter qu'elle ne travaille à la cuisson.

Conservation +/- 15 jours au frigo.

## **28.2.6. LA CREME GANACHE :**

### A) COMPOSITION :

La crème ganache est rarement utilisée en tant que crème (dans ce cas, elle doit être détendue grâce un apport complémentaire de crème ou de lait).

Elle constitue le plus souvent un appareil à fourrer les entremets, les petits gâteaux ou les petits fours au chocolat. La proportions des ingrédients varie selon les utilisations.

Il est préférable de la préparer la veille. Après ce repas, on peut l'amener plus facilement à consistance voulue ; la réchauffer très légèrement au bain-marie (à peine tiède).

- 500 gr chocolat fondant ou couverture.
- 2,5 dl lait.
- 50 gr beurre.

#### B) TRAITEMENT :

- 1-Faire fondre doucement le chocolat au bain-marie.
- 2-Verser dessus le lait bouillant en fouettant.
- 3-Terminer en incorporant petit à petit des noix de beurre.
- 4-Laisser tiédir jusqu'à consistance.

N.B.: Une méthode plus rapide pour faire fondre le chocolat, consiste à mettre celui-ci coupé en fins morceaux dans une casserole à fond épais, de mettre le lait dessus et de faire fondre le chocolat dans le lait en mettant l'ustensile sur une flamme (méthode la plus souvent utilisée).

#### C) UTILISATION :

La crème ganache sert principalement à garnir, fourrer ou masquer les entremets et petits fours, elle peut servir également à la réalisation de truffes au chocolat.

### 28.2.7. LA CRÈME SEMOULE VANILLE :

#### A) COMPOSITION :

- 10 L lait entier
- 2,5 Kg de sucre S<sup>2</sup> ou scié.
- 800 gr de semoule de riz
- 3 bâton de vanille.
- 2 gr de vanilline.

#### B) TRAITEMENT :

- 1- Porter à ébullition la totalité du lait avec sucre et vanille.
- 2- A ébullition, diminuer la source de chaleur et incorporer le semoule de riz en fouettant vivement pour éviter la formation de grumeaux.
- 3- Redonner une ébullition en fouettant énergiquement et en évitant de brûler la composition.
- 4- Couper la source de chaleur et débarrasser la crème semoule dans des plats ou ravers au moyen d'une louche.
- 5- Sitôt refroidie, mettre au frigo pour usage.

#### 28.2.7.1. LA CREME SEMOULE AUX FRUITS COCKTAIL :

Idem crème pudding aux fruits cocktail + 2 boîtes fruits cocktail égouttés et liqueur au choix.

### **28.2.7.2. LA CREME SEMOULE AU CAFE :**

Ajouter dans la crème semoule nature de l'extrait de café avant l'ébullition.

### **28.2.8. LA CREME AU BEURRE :**

#### **A) COMPOSITION :**

- 2,5 Kg sucre scié ou S<sup>2</sup>.
  - 6 dl d'eau chaude.
  - 25 œufs entiers
  - 2,5 Kg beurre sans sel.
  - 1,250 Kg planta.
- } Sirop à 120°C.

#### **B) TRAITEMENT :**

- 1- Mettre le sucre et l'eau dans un ustensile en cuivre non étamé ou en inox et porter le tout à ébullition.
- 2- Mélanger le sucre dans l'eau jusqu'à la fonte complète du sucre.
- 3- Au moment où ce sirop atteint l'ébullition, nettoyer les bords du récipient à l'aide d'un pinceau trempé dans de l'eau chaude.
- 4- Le sirop étant à 120°C. (petit boulé) arrêter la cuisson du sucre en plongeant le récipient dans de l'eau froide.
- 5- Battre les œufs le plus rapidement possible et incorporer le sirop de sucre en fin filet.
- 6- Continuer à battre la composition jusqu'à complet refroidissement.
- 7- Incorporer le beurre et la margarine en noix et fouetter jusqu'à l'obtention d'une crème légère et bien lisse.
- 8- Conserver dans un endroit frais. Attention au « goût de frigo ».

#### **C) UTILISATION :**

La crème au beurre est essentiellement utilisée en association avec la génoise ou biscuit duchesse : Gâteau crème au beurre, bûche de Noël, cœur de nouvel an, Paris Brest, décor des religieuses, fraisier, etc.

#### **ANOMALIES :**

Crème au beurre grainée : C'est une crème au beurre trop froide, faire fondre du beurre bien chaud et incorporer en filet.



## **29. LES APPAREILS :**

### **29.1.CLASSIFICATION :**

Parmi les principaux appareils utilisé en pâtisserie de restauration, on distingue :

- Les appareils à bavarois ou à moscovites.
  - ✓ aux œufs ou à la crème anglaise
  - ✓ aux fruits
- L'appareil à flan.
- Les appareils à soufflés.
- Les appareils à meringues.
  - ✓ ordinaire.
  - ✓ cuite ou sur le feu ou meringue Suisse.
  - ✓ italienne.
  - ✓ Fonds de progrès ou de succès

#### **29.1.1. LES APPAREILS A BAVAROIS OU A MOSCOVITES :**

L'appareil à bavarois aux œufs est réalisés à partir d'une crème anglaise collée à la gélatine et additionnée de crème fouettée.

Les parfums le plus souvent utilisés sont vanille, café, chocolat, liqueurs ou alcool divers.

L'appareil à bavarois aux fruits est composé d'une purée ou d'un nectar de fruits (cuits, crus ou pasteurisés) collé à la gélatine, sucré au sirop de sucre (cuit au boulé) et additionné de crème fouettée. Les fruits les plus appréciés sont les fraises, les framboises, les cassis, les poires,, les fruits de la passion,.....mais tous les fruits peuvent être utilisés.

Dans le garnissage des entremets, les appareils à bavarois peuvent également être remplacés certaines crèmes. Additionné de meringues italienne, cet appareil à bavarois peut servir de base à la réalisation de nombreuses mousses de fruits.

##### **29.1.1.1. BAVAROIS AUX ŒUFS :**

###### **A) COMPOSITION :**

Pour cette recette on part sur la base d'un litre de crème anglaise :

- |   |   |                             |
|---|---|-----------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 16 jaunes d'œufs</li> <li>▪ 500 gr de sucre semoule ou S<sup>2</sup>.</li> <li>▪ 1 L de lait.</li> <li>▪ 1 bâton de vanille.</li> <li>▪ 25 gr de gélatine.</li> <li>▪ 1 L de crème fraîche battue au <math>\frac{3}{4}</math>.</li> <li>▪ Arôme au choix : café, chocolat, vanille, liqueur, praliné, etc....</li> </ul> | } | 1 litre de crème aanglaise. |
|---|---|-----------------------------|

**B) TRAITEMENT :**

- 1- Réaliser la crème anglaise comme à l'habitude.
- 2- Ajouter à la crème anglaise encore chaude les feuilles de gélatine préalablement trempées dans l'eau froide.
- 3- Mélanger au fouet et passer au chinois.
- 4- Lorsque l'appareil est refroidi, incorporer la crème fraîche battue au  $\frac{3}{4}$  (sans sucre). En mélangeant à la spatule.
- 5- Ajouter l'arôme désiré.
- 6- Chemiser un moule (huile-sucre) et verser le bavarois.
- 7- Mettre au frigo et démouler le lendemain sur un fond de pâte grasse cuite. Celui-ci aura été prélevé d'une abaisse de pâte de 2mm d'un diamètre un peu supérieur au moule.
- 8- Décorer avec de la crème fraîche, rose en massepain, angélique, cerises confites, râpures de chocolat, selon la nature du bavarois.

**C) REMARQUES :**

Si on a pas réalisé de fond en pâte grasse, on sert alors un biscuit en accompagnement.

Le bavarois peut également être servi dans un verre.

Il n'est pas nécessaire de recourir à des moules sophistiqués, un saladier en verre ou en inox convient parfaitement.

**29.1.1.2. BAVAROIS AUX FRUITS :**

**A) COMPOSITION :**

- 300 gr de sirop de fruits.
- 1,5 dl d'eau.
- 7 feuilles de gélatine préalablement trempées dans l'eau froide (2,5 gr la feuille)
- 800 gr de mangue bien mûres.
- 3 dl de crème.
- $\frac{1}{2}$  jus de citron.

**B) TRAITEMENT :**

- 1- Porter à ébullition l'eau et le sucre.
- 2- Dissoudre les feuilles de gélatine dans le sirop de sucre et laisser refroidir.
- 3- Peler et dénoyauter les mangues, les mixer au cutter en ajoutant le jus de citron.
- 4- Monter la crème fraîche.
- 5- Verser le sirop de sucre refroidi sur la pulpe de mangues, laisser épaissir sur glace, lui incorporer délicatement la crème fouettée.

- 6- Décorer des moules individuels de rondelles de kiwis. Garnir avec l'appareil, laisser prendre au froid.
- 7- Napper les assiettes de sauce abricot.
- 8- Démouler les bavarois au centre.
- 9- Décorer avec feuilles de menthe, fraises, etc.

### **29.1.2. L'APPAREIL A FLAN OU CREME RENVERSEE :**

#### **A) COMPOSITION :**

- 1 Litre de lait.
- 1 bâton de vanille.
- 250 gr de sucre semoule.
- 8 à 10 œufs entiers.

#### **B) TRAITEMENT :**

- 1- Utiliser des moules à darioles ou d'autre petits moules similaires (pyrex, faïence, etc.).
  - 2- Couvrir le fond de ces moules avec un filet de sucre caramel très épais.
  - 3- Faire bouillir le lait avec le sucre et la vanille.
  - 4- Fouetter fortement les œufs verser le mélanges lait, sucre, vanille bouillant sur ceux-ci (réalisé ce travail en deux fois).
  - 5- Passer le tout au chinois fin, écumer si nécessaire.
  - 6- Disposer les moules dans une lèchefrites ou autre plaque à rôtir ; verser de l'eau froide jusqu'à mi-hauteur des moules (cuisson au bain-marie).
  - 7- Enfourner à 200°C. et laisser cuire durant environ 45 minutes.
  - 8- Retirer les moules de la plaque à rôtir, laisser refroidir avant de les démouler.
  - 9- Démouler sur plat, napper de sauce caramel.
- L'à point de cuisson d'un flan se vérifie en piquant le flan avec un couteau, si lorsqu'on le retire le flan n'adhère pas à la lame, le flan est cuit.
- Eviter d'introduire de l'eau dans les moules, car dans ce cas, le flan ne prend pas.
- L'eau du bain-marie ne peut pas bouillir sous peine de compromettre l'aspect des flans. Ils ne seraient alors pas lisses, mais percés de petits trous.

### **29.1.2.1. FLAN MIKADO :**

#### **A) COMPOSITION :**

- 6 L de lait
- 1,2 Kg sucre S<sup>2</sup>
- 0,6 Kg chocolat couverture fondant haché.
- 48 jaunes d'œufs + 24 œufs entiers ou 48 œufs entiers.

#### **B) TRAITEMENT :**

Même procédé que le flan caramel, mais ajouter le chocolat fondant haché dans le lait avant l'ébullition de celui-ci.

### **29.1.2.2. FLAN VIENNOIS :**

Idem préparation flan caramel, mais ajouter à la composition de l'extrait de café jusqu'au moment d'avoir un bon arôme de café. Cet extrait doit être ajouté dans le lait avant l'ébullition. Supprimer également la vanille.

### **29.1.2.3. CREME BEAU RIVAGE :**

Idem préparation que le flan caramel mais sans ce dernier. Garniture de crème chantilly et ½ cerise confite.

### **29.1.3. L'APPAREIL A SOUFFLES :**

**A) COMPOSITION :** Préparation de la crème pâtissière, base du soufflé. 12 couverts

- 1 Litre de lait
- 130 gr de farine.
- 300 gr de sucre (13 de semoule, 2/3 de scié).
- 12 jaunes d'œufs.
- 1 pointe de vanille.
- 3 oranges ou 4 citrons non traités ;

**B) TRAITEMENT :**

1- Frotter les sucres en morceaux sur les oranges ou les citrons afin qu'ils s'imprègnent du zeste.

2- Ajouter ce sucre au lait avec la vanille ainsi que quelques zestes d'orange ou de citron préalablement blanchis très finement coupés en brunoise. Amener à ébullition.

3- Pendant ce temps, préparer un ruban avec les jaunes et le sucre semoule, bien fouetter afin d'éviter que le sucre ne brûlent les jaunes.

4- Y incorporer la farine tamisée et mélanger à nouveau pour éviter la formation de grumeaux.

5- Verser le lait bouillant sur la composition en fouettant vivement en dehors du fourneau.

6- Ramener à ébullition sur le feu en mélangeant sans arrêt. Donner un bouillon.

**Remarque :**

Terminer en ajoutant à la crème pâtissière la liqueur correspondante, Grand-Marnier, Curaçao, Mandarine Napoléon etc.

Une crème trop épaisse pourra toujours être relâchée avec le jus de fruit correspondant au soufflé. Attention que la bonne consistance et la crème est un critère de réussite.

Comme on peut le constater, les proportions de cette crème pâtissière sont particulières aux soufflés.

### Préparation du soufflé :

#### A) COMPOSITION :

- 1 litre de crème pâtissière (voir recette ci-dessus).
- $\frac{3}{4}$  de litre de blancs d'œufs.
- 200 gr de sucre semoule.
- 1 pointe de sel.

#### B° TRAITEMENT :

- 1-. Battre les blancs en neige avec la pointe de sel et les serrer avec le sucre.
- 2- Les incorporer délicatement à la crème pâtissière encore tiède.
- 3- Chemiser les récipients de cuisson (bols, cocotte, ramequins, etc.) avec beurre et sucre. Verser la composition à mi-hauteur, disposer une fine garniture d'orange ou de citron pelés à vif, et continuer jusqu'à 1 cm du bord.
- 4- Lisser la surface et garnir de quartier d'orange ou de citrons pelés à vif.
- 5- Faire partir 5 minutes sur la plaque du fourneau (chaleur douce) enfourner ensuite à 225 °C environ. Cuisson 30 minutes suivant grosseur (pour 4 couverts).
- 6- En fin de cuisson, saupoudrer de sucre S° pour glacer le soufflé. Servir aussitôt.

**29.1.4. LES APPAREILS A MERINGUES :****29.1.4.1. COMPOSITION :**

<b>APPELLATIONS</b>		<b>COMPOSITION</b>				
<b>MERINGUE ORDINAIRE</b>	Blancs d'œufs P.	Sucre semoule Kg	Sucre glace Kg	Jus de citron	Eau L	
	16 ou 1/2 L.	1	P.M.			
<b>MERINGUE CUITE OU SUR LE FEU OU MERINGUE SUISSE</b>	16 OU 1/2 l.	1 OU 0.500	0.500	P.M.		
<b>MERINGUE ITALIENNE</b>	16 OU 1/2 L.	1		P.M.	0.30	
<b>FONDS DE P'ROGRES OU DE SUCCES</b>	Blancs d'œufs P.	Sucre semoule ou sucre glace	Amandes en poudre	Noisettes en poudre	Farine ou fécule	Vanille
	16 ou 1/2 L.	0.400	0.400 ou 0.200 + 0.200		0.060 à 0.100	P.M.

### **29.1.4.2. CLASSIFICATION :**

Les meringues sont composées de blancs d'œufs battus en neige et de sucre. La manière d'incorporer le sucre permet de les différencier et de les classer en trois catégories.

#### **29.1.4.2.1. LA MERINGUE ORDINAIRE :**

La meringue ordinaire est obtenue en incorporant du sucre semoule tamisé dans des blancs battus en neige.

Le sucre doit être versé progressivement en pluie, et le mélange doit être réalisé délicatement

La cuisson ou le dessèchement de ces meringues doit être réalisé dans un four très doux ou dans une étuve à la température voisine de 100 °C.

#### **29.1.4.2.2. LA MERINGUE CUITE OU SUR LE FEU OU SUISSE :**

Cette catégorie de meringue est réalisée en mélangeant des blancs d'œufs et du sucre.

Le mélange est ensuite placé sur le feu très doux, ou au bain-marie, en fouettant énergiquement jusqu'à une température voisine de 50° 55°C.

La meringue doit tenir aux branches du fouet : elle peut être rendue plus ferme par l'addition de jus de citron.

La meringue cuite est moins légère que la meringue ordinaire, mais elle présente l'avantage d'être moins fragile et de cuire beaucoup plus rapidement.

#### **29.1.4.2.3. LA MERINGUE ITALIENNE :**

La meringue italienne est obtenue en versant progressivement un sirop de sucre cuit au boulé ou au gros boulé (118 à 120 °C.°) sur des blancs d'œufs battus en neige, en fouettant énergiquement jusqu'à son complet refroidissement.

L'activité microbienne de cette meringue est momentanément stabilisée par l'apport d'un sirop à 120°C.. Elle est utilisée de préférence pour la confection des crèmes à base d'œufs et des mousses ou plus particulièrement en été par temps orageux.

#### **29.1.4.2.4. FONDS DE PROGRES OU DE SUCCES :**

Les fonds de progrès sont réalisés selon la méthode de la meringue ordinaire. Le mélange d'amandes ou de noisettes, de sucre, de farine ou féculé, doit être réalisé au préalable et très délicatement versé en pluie sur les blancs d'œufs battus en neige.

La cuisson s'effectue dans un four moyen (150 à 160°C.) durant une vingtaine de minutes, selon la grosseur et l'épaisseur des fonds. Les fonds sont ensuite réservés dans un endroit très sec (étuve par exemple) jusqu'au moment de leur utilisation.

### **29.1.4.3. PRECAUTIONS :**

- Utiliser du matériel très propre et bien dégraissé.
- Eliminer toutes traces de jaunes dans les blancs.

- Commencer à battre les blancs doucement pour bien les « casser », ajouter une petite pincée de sel. Le sel à la propriété de diminuer la viscosité des blancs qui se développent alors plus.
- Accélérer la cadence du fouettage afin d'y incorporer de l'air.
- Serrer les blancs battus par un mouvement circulaire et ajouter (suivant utilisation) un peu de sucre semoule pour leur éviter de « grainer ».
- Coucher les meringue sur une plaque à pâtisserie très propre, beurrée et farinée, ou mieux sur une feuille siliconée ou sur un silpat.
- Cuire les meringue dans un four très doux (sauf pour la meringue italienne qui nécessite une température de cuisson plus élevée) puis les laisser sécher dans une étuve.
- Réserver les meringue à l'abri de l'humidité, dans une boîte hermétique.

#### **29.1.4.4. UTILISATION :**

##### **Meringue ordinaire :**

- ✓ Œufs à la neige « Iles flottantes ».
- ✓ Appareil à masquer les omelettes norvégiennes.
- ✓ Meringues sèches de formes diverses.
- ✓ Meringues au chocolat.
- ✓ Meringues glacées.
- ✓ Fonds de vacherin.
- ✓ Fonds de petits fours et petits furs.

##### **Meringue cuite, ou sur le feu, ou meringue Suisse :**

- ✓ Fonds de petits fours : doigts de dame, champignons, rochers aux amandes, à la noix de coco, etc.

##### **Meringue italienne :**

- ✓ Appareil à masquer les entremets meringués (flan, tartes, éventuellement omelette norvégienne).
- ✓ Crème chiboust et crème légère.
- ✓ Peut entrer dans la composition de la crème chantilly, des sorbets, des mousses diverses (chocolat, aux fruits, etc.)
- ✓ Petits fours meringués.



## 29.2. DIVERS :

### 29.2.1. PRALIN GÂTEAUX :

#### A) COMPOSITION :

- 1 Kg d'amandes effilées blanches
- 2 Kg de sucre S<sup>2</sup>
- Blancs d'œufs. (servent à mouiller la composition).

#### B) TRAITEMENT :

- 1- Travailler les amandes effilées avec le sucre dans un cul de poule.
- 2- Ajouter les blancs d'œufs pour rendre la composition humide.
- 3- Débarrasser sur 2 plaque fortement beurrée et cuire à four doux (200°C.) en mélangeant de temps en temps.
- 4- Aussitôt cuit, retirer du four, laisser refroidir et passer au rouleau sur table en marbre ou au cutter jusqu'au moment où l'on obtient un broyage assez fin.
- 5- Conserver ce pralin dans une boîte en fer et dans un endroit sec, conservation +/- 2 mois.

### 29.2.2. BROYAGE D'AMANDES :

Mélanger intimement 1 Kg d'amandes broyées avec 1 Kg de sucre S°.

## 30. LES MOUSSES :

Les mousses sont des préparations extrêmement légères composées d'un élément intervenant dans l'appellation (café, chocolat, praliné, pulpe, nectar ou jus de fruits par exemple), de meringue italienne et de crème fouettée.

Selon le produit utilisé, la consistance peut être modifiée par un apport de beurre, de jaunes d'œufs, de crème pâtissière, de fécule ou de pudding.

Les mousses réalisées à partir de jus ou de pulpe de fruits portant le qualificatif de « frais » (n'ayant subi aucun traitement thermique destiné à les pasteuriser ou à les stériliser) sont des préparations peu stables et de conservations limitées. Elles peuvent faire l'objet d'une fermentation rapide. Les mousses ainsi réalisées doivent être maintenues constamment en enceinte réfrigérée (entre +1 et +3°C.) et utilisées le jour même de leur utilisation.

### 30.1. EXEMPLES DE COMPOSITION DE QUELQUES MOUSSES :

APPELLATION	COMPOSITION								
	Couvertu re Kg	Praliné Kfg	Beurre Kg	Jaunes d'œufs P	Blancs d'œufs P	Sucre Semoule Kg	Crème	Café extrait	Parfum
Mousse au chocolat noir	1		0.400	20	32	0.200		(f)	
Mousse au chocolat blanc	1				(meringue italienne) 32 1		1		(f)
Mousse pralinée		1	1.500	14	(meringue italienne) 32 1				(f)
Mousse aux fruits	<b>Pulpe de fruits</b>	<b>Crème pâtissière</b>	<b>Pudding</b>	<b>Gélatine ou gelée à entremets</b>	<b>Blancs d'œufs</b>	<b>Sucre</b>	<b>Crème</b>		
	1	0.400 ou	0.050	0.050	(meringue italienne) 12 0.800		1		

(f) = facultatif

#### 30.1.1. MOUSSE AU CHOCOLAT :

##### A) COMPOSITION :

- 1.200 kg de chocolat couverture fondant.
- 2 dl de lait
- 500 gr de beurre sans sel.
- 16 jaunes d'œufs
- 2 L de meringue à froid (2 l de blancs en neige + 1,2 kg de sucre S<sup>2</sup>)

B) TRAITEMENT :

1- Hacher le chocolat fondant et le faire fondre avec le lait dans une grande braisière, soit sur feu **très doux**, soit au bain-marie, mélanger au fouet. La température du chocolat ne peut dépasser 50°C.

2- Retirer la composition du fourneau et incorporer le beurre par petites quantités.

3- Ajouter les jaunes d'œufs 2 par 2 en mélangeant rapidement.

4- Battre les blancs en neige (avec une pointe de sel) et lorsqu'ils sont bien fermes, ajouter le sucre S<sup>2</sup>.

5- Mélanger délicatement la meringue à la composition chocolat en mélangeant 1/3 au fouet et les 2/3 restant à la spatule.

6- Remplir les ravers à la louche.

7- Débarrasser sur plaque et mettre en enceint réfrigérée.

**30.1.2. MOUSSE AU CHOCOLAT AU CAFE :**

A) COMPOSITION :

- 1.200 kg chocolat couverture fondant.
- 2 dl de lait.
- 500 gr de beurre sans sel.
- 16 jaunes d'œufs.
- 2 L de meringue à froid (2 L de blancs en neige + 1.200 Kg de sucre S<sup>2</sup>)
- 25 gr de nescafé.

B) TRAITEMENT :

Idem mousse au chocolat, ajouter simplement de l'extrait de café ou du nescafé à la composition.

## 31. LES SAUCES :

Les sauces sont des préparations semi-liquides destinées à accompagner ou à napper certains desserts : pièces de pâtisserie, entremets glacés, coupes glacées, fruits pochés, etc.

Les sauces les plus répandues sont :

- la crème anglaise.
- Les sabayons.
- La sauce chocolat.
- La sauce abricot et la sauce groseilles.
- Les sauces aux autres fruits

### 31.1. COMPOSITION :

APPELLATION	INGREDIENTS					
<b>CREME ANGLAISE</b>	Lait	Jaunes D'œufs	Sucre semoule	Vins ou liqueur	Vanille. Gousse	Parfum
	1 L	8 à 10	0.250		1	(f)
<b>SABAYON</b>		24	1	1	(f)	P.M.
<b>SAUCE CHOCOLAT</b>	Couverture Kg	Beurre Kg	Lait (L)	Eau (L)	Parfum P.M.	
	2	0.250	0.500	P.M.	(f)	
<b>SAUCE ABRICOT</b>	Purée d'abricots frais Kg	Marmelade d'abricots Kg	Confiture ou gelée d'abricots Kg	Sirop à 16°B (L)	Parfum ou alcool P.M.	
	1 <b>ou</b>	1 <b>ou</b>	1	P.M.	(f)	
<b>SAUCE GROSEILLE</b>	Gelée de groseilles Kg				Sirop à 16° B. (L)	Kirsch
	1				P.M.	0.10
<b>SAUCE AUX FRUITS (COULIS DE FRAISES, FRAMBOISES, ETC.)</b>	Purée de fruits rouge tamisée	Jus de citron	Sucre glace (S°)	Sirop à 16°B		
	1	P.M.	0.400	(f)		

(f) = facultatif

P.M. = Pour mémoire

### 31.2. UTILISATION :

#### Crème anglaise :

- Œufs à la neige, île flottante, pudding divers (diplomate, de riz, de semoule) etc.

#### Sabayon :

- Pâtisserie et entremets divers, pudding, gratins de fruits, etc.

#### Sauce chocolat :

- Pâtisserie et entremets glacés, profiteroles au chocolat, poires Belle Hélène, etc.

#### Sauce abricot :

- Charlotte et beignets aux pommes, fruits condés, etc.

**Sauce groseille :**

- Riz à l'impératrice, coupe glacée, etc.

**Sauce (ou coulis) de fruits rouges :**

- Entremets divers, coupes glacées (Melba,), décor de fond d'assiettes, etc.

**Remarque :**

Les coulis de fruits rouges sont très utilisés en pâtisserie de restauration et tout particulièrement pour la présentation sur assiette.

## **32. LES DESSERTS :**

Jusqu'au XVIIIème siècle, le mot « dessert » désignait l'action de desservir la table. A cette époque, il était d'usage de débarrasser complètement la table à la fin du repas et de remplacer la nappe et les serviettes. Aujourd'hui, le terme « dessert » désigne un ensemble de préparations sucrées servies à la fin du repas. Souvent associé à l'idée de récompense, de joie, de fête, le dessert permet de terminer agréablement le repas et éventuellement de l'équilibrer grâce par exemple à l'apport de produits laitiers et de fruits. Les dessert doivent être en parfaite harmonie avec les mets qu'ils précèdent. Ils sont capable d'influencer nettement l'impression générale du repas. Leur choix et leur réalisation doivent répondre à de nombreuses exigences : diversité, originalité, goût, présentation, mode, mais aussi sécurité et facilité d'emploi. En effet, les dessert se composent fréquemment de crèmes à base d'œufs, de produits laitiers, de glace, de purées de fruits, etc., ce qui les rend souvent très difficile à conserver ou très fragiles si certaines précautions d'hygiène ne sont pas observées.

Les nouvelles présentations des desserts sur assiettes renferment généralement plusieurs bases : petite pièce de pâtisserie, glace, fruit frais et coulis de fruits par exemple.

Les entremets froids, les pièces e pâtisseries comportant une crème à base d'œufs, les compotes et salades de fruits, doivent être maintenus en enceinte réfrigérée jusqu'au moment de leur utilisation. Il est dangereux e laisser ces desserts en exposition dans la salle de restaurant, pendant une durée de service qui est très longue. Des chariots ou vitrines réfrigérées sont indispensables : ces appareils assurent une meilleure tenue des produits durant le service (les invendus peuvent être réservés pour le service suivant), les qualités micro biologiques sont mieux préservées, et la présentation attractive des desserts dans ces vitrines contribue à donner une bonne image de marque à l'établissement.

### **32.1. CLASSIFICATION DES DESSERTS :**

Les desserts comprennent :

- ✓ Les entremets de cuisine
- ✓ Les pièces de pâtisserie et les petits fours.
- ✓ Les glaces, les sorbets et les entremets glacés.
- ✓ Les fruits frais, les compotes et les salades de fruits.

#### **32.1.1. CLASSIFICATION DES ENTREMETS DE CUISINE :**

On distingue :

- ❖ Les entremets chauds.
- ❖ Les entremets froids.

**32.1.1.1.LES ENTREMETS CHAUDS :**

APPELLATIONS	BASES ET COMPOSITION	EXEMPLES ET DERIVES
<b>LES BEIGNETS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Pâte à frire :</b> A base de fruits</li>   <li>A base de fleurs</li>   <li>➤ <b>Pâte à brioche :</b> Fruits, salpicon de fruits, confiture, crèmes diverses enrobées de pâte à brioche.</li>   <li>Détaillé en rectangles ou en losanges, non garnis et enrobés de sucre semoule.</li>   <li>➤ <b>Pâte à choux :</b></li> <li>➤ <b>Pâte à choux, crème pâtissière :</b></li>   <li>➤ <b>Pâte à choux, crème pâtissière, pâte à frire :</b> Profiteroles fourrées et enrobées e pâte à frire.</li> <li>➤ <b>Pâte à crêpes, crème pâtissière, pâte à frire :</b> Tronçon de crêpes fourrées (pannequets) enrobés e pâte à frire.</li> <li>➤ <b>Pâte à bugnes</b> Sorte de pâte brisée sucrée parfumée à l'eau d'oranger, renfermant de la levure chimique.</li> <li>➤ <b>Crème pâtissière, pâte à frire :</b> La crème pâtissière peut être légèrement collée à la gélatine et comporter un salpicon de fruits confits ou secs macérés. Détailler la crème après son complet refroidissement et enrober de pâte à frire..</li> </ul>	<p>Pommes, ananas, banane, etc. Coulis de fruits, sauce abricot au calvados, etc.</p> <p>Acacia, violettes, capucines, etc. Coulis de framboises, sauce groseille, etc.</p> <p>Beignets viennois (leur réalisation est identique à celle des rissoles, mais ils se font de forme ronde). Beignets de carnaval.</p> <p>Pets de none. Beignets soufflés, fourrés de purée de fruits, de confiture, de crème pâtissière, de crème chiboust, etc.</p> <p>Appellation selon la composition ou la garniture.</p> <p>Appellation selon la composition ou la garniture.</p> <p>Beignet lyonnais ou bugnes.</p> <p>Beignet à la crème, coulis de fruits(les beignets à la crème peuvent être panés, dans ce cas ils sont lassés dans les croquettes.</p>
<b>CHARLOTTES</b>	<p>Moules à charlottes chemisés de tranches de mie de pain imbibées de beurre clarifié. Garnir de fruits sautés au beurre sucrés à la confiture d'abricots et parfumés. Il est possible de résorbés partiellement l'humidité des fruits par un apport de mie de pain tamisée.</p>	<p>Charlotte aux pommes et à l'orange. Charlotte aux pommes et aux coings. Charlotte aux pommes et aux noix. Charlotte aux pêches. Charlotte sauce abricot. Charlotte meringuée.</p>
<b>CRÊPES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Appareil à crêpes</b></li> <li>➤ <b>Appareil à crêpes, crème pâtissière, marmelades, confitures</b></li> <li>➤ <b>Appareil à crêpes, appareil à soufflé</b></li> <li>➤ <b>Appareil à crêpes et fruits</b></li> </ul>	<p>Au sucre, flambée, Suzette.... Crêpes fourrées, pannequets. Crêpes soufflées Poires : du couvent Pommes : normande</p>

APPELLATIONS	BASES ET COMPOSITION	EXEMPLES ET DERIVES
<b>OMELETTES</b>	<p>Omelettes légèrement sucrées, éventuellement fourrées de sucre glace, glacées à la salamandre, quadrillées au fer rouge.</p> <p>➤ <b>Glace ou sorbet, génoise ou biscuit, appareil à omelettes soufflées</b>            Protéger la glace ou le sorbet avec de fines tranches de génoise ou de biscuit imbibé. Masquer et décorer avec un appareil composé de meringue ordinaire additionné de jaunes d'œufs et de sucre blanchi, ou d'un appareil à meringue.. Dresser l'omelette en forme de volcan et disposer une demi-coquille d'œuf stérilisée au centre remplie d'alcool et flamber.</p>	<p>Omelette aux ruits            Omelette fourrées à la confiture.            Omelettes flambées au calvados, au rhum, etc.            Omelettes norvégiennes ou            Omelettes « surprises »            Omelettes norvégienne flambée (à déconseillé).            Omelettes moscovites.            Omelette vésuvienne.</p>
<b>PUDDING</b>	<p>Les puddings chauds sont fréquemment d'origine anglaise et composés de base diverses. Ces préparations particulièrement consistantes sont rarement utilisées en restauration traditionnelle</p> <p>➤ <b>.Pâte à pudding :</b>            Garnitures diverses, fruits cuits à l'eau ou à la vapeur.</p> <p>➤ <b>Appareil divers :</b></p> <p>➤ <b>Riz au lait et riz condensé :</b></p>	<p>Pudding aux fruits à l'anglaise.            Apple pudding            Rolly- pudding. Custard à la cannelle.            Plum-pudding            Christmas pudding.            Le riz au lait et le riz condensé peuvent être servis chauds</p>
<b>RISSOLES</b>	<p>➤ <b>Rognures e feuilletage :</b></p> <p>➤ <b>Pâte à brioche :</b></p> <p>➤ <b>Crème pâtissière :</b> confiture, marmelade, compote            (petit chausson fourré traité à la friture) – Voir H.O. chauds.</p>	<p>Rissoles aux fruits            Rissoles à la confiture.            Rissoles à la crème, etc.            Appellation variant selon la composition.</p>
<b>SOUFFLES</b>	<p>➤ <b>Appareil à soufflé aux œufs ou à la crème.</b></p> <p>➤ <b>Appareil à soufflé aux fruits. :</b></p>	<p>Vanille, liqueur, café, chocolat, Arlequin, Rothschild.            Appellation suivant la composition            .Fraises, framboise, orange, poire, pomme,etc.</p>



**32.1.1.2. LES ENTREMETS FROIDS :**

<b>APPELLATIONS</b>	<b>BASES ET COMPOSITION</b>	<b>EXEMPLES ET DERIVES</b>
<b>BAVAROIS OU MOSCOVITES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Appareil aux œufs ou à la crème :</b> (crème anglaise collée, crème fouettée).</li> <li>➤ <b>Appareil aux fruits :</b> Pulpe ou jus de fruits collé, sirop, crème fouettée.</li> </ul>	<p>Bavarois vanille, café, chocolat, aux marrons, rubanné, religieuse, charlottes russes, arlequin, royale....</p> <p>Bavarois aux fraises, aux framboises, aux cassis, aux fruits de la passion , etc..</p> <p>Charlottes aux fruits, miroirs, diplomates, terrines aux fruits.</p>
<b>BLANC MANGER</b>	Gelée obtenue à partir de lait d'amande sucré, collé à la gélatine et moulé.	Aux fruits (fraises, framboises , noix de coco, etc. Rubané, au Kirsch.
<b>CHARLOTTES</b>	<p>Moules à charlotte chemisé e biscuit à la cuiller, de meringue, de rectangles de génoise, glacé au fondant de couleurs différentes, de biscuit roulé masqué de gelée de framboise ou de groseille, etc., et garnis d'appareil divers.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Appareil à bavarois :</b></li> <li>➤ <b>Appareil à mousses diverses :</b></li> <li>➤ <b>Crème chantilly :</b></li> <li>➤ <b>Glace diverses :</b></li> </ul>	<p>Charlottes vanille, café, chocolat, russe, arlequin, Montreuil, Opéra, etc.</p> <p>Charlotte au café, au chocolat, au praliné, etc.</p> <p>Charlotte chantilly, colinette, etc.</p> <p>Charlottes plombières glacée, au rhum et aux raisins, aux marrons glacés et au chocolat, aux pruneaux et a l'Armagnac.</p>
<b>CREMES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Appareil à crème prise sucré :</b></li> <li>➤ <b>Appareil à crème prise sucré au lait au café</b></li> <li>➤ <b>Appareil à crème prise sucré praliné moulé dans un moule à savarin :</b> Crème chantilly, violettes cristallisée ou fraises macérées au kirsch. Voiler éventuellement.</li> <li>➤ <b>Appareil à pots de crème</b></li> <li>➤ <b>Crème anglaise :</b></li> <li>➤ <b>Appareil à meringue ordinaire poché dans de l'eau ou dans du lait :</b></li> <li>➤ <b>Appareil à meringue ordinaire, crème anglaise colée ou appareil à bavarois.</b> Disposer les œufs à la neige dans un moule à savarin, recouvrir de crème anglaise collée ou d'appareil à bavarois.</li> <li>➤ <b>Appareil à meringue ordinaire, mousse au chocolat :</b></li> <li>➤ <b>Appareil à meringue ordinaire moulé dans un moule caramélisé et poché au bain-marie :</b></li> </ul>	<p>Crème renversée u flan au caramel</p> <p>Crème ou flan viennois</p> <p>Crème opéra.</p> <p>Pots de crème vanille, café, chocolat, praliné, à l'orange, au citron, etc.</p> <p>Œufs à la neige à la vanille, au café, au chocolat, au caramel et aux amandes.</p> <p>Œufs à la neige moulés.</p> <p>Œufs à la neige au chocolat.</p> <p>Ile flottante au caramel</p>
<b>ŒUFS A LA NEIGE</b>		
<b>APPELLATIONS</b>	<b>BASES ET COMPOSITION</b>	<b>EXEMPLES ET DERIVES</b>
<b>PUDDING</b>	Les puddings sont pour la plupart d'origine anglaise. Ils comportent de nombreuses bases.	

	<p>Ce sont souvent des préparations consistantes et riches, bien adaptées aux repas familiaux et à la restauration de masse.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Appareil à crème prise sucré :</b></li>   <li>➤ <b>Semoule cuite dans du lait sucré et vanillé :</b></li>   <li>➤ <b>Semoule cuite dans un sirop au vin blanc :</b> Additionnée de jaunes d'œufs et de blancs en neige. L'appareil est ensuite cuit au four au bain-marie.</li> <li>➤ <b>Tapioca cuit dans du lait sucré et vanillé :</b> Cuit au four et au bain-marie dans un moule caramélisé.</li> <li>➤ <b>Riz cuit au lait :</b> Liaison sucre et jaunes d'œufs.</li>   <li>➤ <b>Riz au lait appareil à bavarois :</b></li>   <li>Riz à l'impératrice parfumé à l'orange et accompagné de segments d'oranges.</li> <li>Riz à l'impératrice moulé dans un moule à savarin chemisé de gelée de fraises.</li> <li>Garnir le centre de crème chantilly à la purée de marrons glacés, décorer avec des fraises des bois.</li> </ul>	<p>         Pudding de biscuits.          Pudding diplomate.          Pudding de cabinet.          Bread and butter pudding (peut être servi chaud).          Pudding e de semoule.          Pudding Chevreuse          Pudding de semoule aux raisins, crème anglaise à la vanille.          Flamri de semoule, coulis de fraises, de framboises, de groseilles, etc.       </p> <p>         Pudding de tapioca.          Pudding brésilien..       </p> <p>         Pudding de riz.          Gâteau e riz au caramel, crème anglaise.          Fruits condé sauce abricot.          Riz à l'impératrice.          Fruits Joséphine          Riz maltais          Riz Palerme, coulis aux fraises des bois       </p>
<b>MOUSSES</b>	Appareils divers additionnés de crème fouettée et e meringue italienne ou ordinaire.	Mousse au chclat au café, au praliné, aux marrns, aux fruits, etc..

### **32.1.2. LES PETITES PIÈCES DE PÂTISSERIE ET LES PETITS FOURS :**

La confection des petits fours demande un travail important de la part des pâtissiers de restaurant. Leurs dimensions réduites exigent beaucoup de minutie, de patience et de précision, et elles nécessitent de nombreuses manipulations.

Les petits fours sont servis dans de multiples occasions, lunch, cocktails et autres cérémonies. Il est aussi d'usage de placer une assiette de petits fours sur la table des convives au moment des desserts. Les truffes au chocolat accompagnent plus spécialement le café.

#### **32.1.2.1. CLASSIFICATION :**

Parmi les innombrables sortes de petits fours se distinguent, trois catégories principales :

- ✓ Les petits fours secs.
- ✓ Les petits fours frais ou réduction.
- ✓ Les fruits déguisés.

##### **32.1.2.1.1. LES PETITS FOURS SECS :**

<b>PÂTES OU APPAREIL DE BASE</b>	<b>APPELLATIONS</b>
<b>PÂTE FEUILLETÉE</b>	Allumettes glacées, conversations, palmiers, papillons, sacristains, tortillons, etc.
<b>PÂTE SABLÉE OU SUCRÉE</b>	Petits fours sablés, sablés aux amandes, au chocolat, sablés nantais, etc.
<b>APPAREIL A MERINGUE</b>	Meringuette, doigts de dame, champignons, rocher aux amandes, à la noix de coco, aux raisins, boules de neige, etc.
<b>APPAREIL A BISCUITS</b>	Biscuits à la cuiller, boudoirs, biscuits de Reims , etc.
<b>APPAREILS DIVERS</b>	Petits fours aux amandes dits « à la poche » Langues de chat, copeaux, palets aux raisins. Tuiles aux amandes, cigarettes russes, etc.

##### **32.1.2.1.2. LES PETITS FOURS FRAIS OU REDUCTION :**

<b>PÂTES OU APPAREIL DE BASE</b>	<b>APPELLATIONS</b>
<b>PÂTE FEUILLETEE</b>	Petits mile-feuilles, tartelettes, barquettes aux fruits, jalousies, mirlitons, marquissettes, etc.
<b>PÂTE SUCREE OU SABLEE</b>	Tartelettes, barquettes aux fruits, sablés à la confiture, tartelettes amandines....
<b>PÂTE A CHOUX</b>	Petits choux, éclairs, salombos, etc.
<b>APPAREIL A GENOISE</b>	Petit moka, génoise aux fruits, petits fours glacés, ....
<b>(DUCHESSÉ)</b>	Petits babas, savarins, pomponettes....
<b>PÂTE A BABA</b>	Petits succès, socle de petits fours divers, etc.
<b>APPAREIL A SUCCES</b>	

**32.1.2.1.3. LES FRUITS DEGUISES :**

<b>PÂTES OU APPAREIL DE BASE</b>	<b>APPELLATIONS</b>
<p><b>FRUITS DEGUISES CRISTALLISES, FOURRES E PATE D'AMANDE, QUADRILLES ET ROULES DANS DU SUCRE SEMOULE. FRUITS DEGUISES CAMELISES FOURRES DE PÂTE D'AMANDE, QUADRILLES ET TREMPES DANS UN SIROP DE SUCRE CUIT AU GRAND CASSE (=145)c° FRUITS ET FRUITS A L'EAU DE VIE DEGUISES AU CHOCOLAT, TREMPES DANS DE LA COUVERTURE. FRUITS A L'EAU DE VIE DEGUISES AU FONDANT ? TREMPES DANS DU FONDANT COLORES ET PARFUMES SELON LE PRODUIT TRAITES.</b></p>	<p>Pruneaux ? bigarreaux confits, dattes, cerneaux de noix, amandes, noisettes, etc.</p> <p>Pruneaux, bigarreaux confits, dattes, cerneaux de noix, amandes, noisettes, marrons reconstitués, segments d'orange, de mandarine, ananas confits, etc.</p> <p>Cerises au griottes, marrons.</p> <p>Cerises ou griottes, fraises, framboises, sements de mandarine et d4ananas confits, abricots, petites prunes (mirabelles, Reine-Claude).</p>

## **33. LES GLACES ET LES SORBETS :**

### **33.1.GENERALITES :**

La dégustation des glaces est très ancienne. Nées en Chine bien avant notre ère, elles se sont développées au Moyen Orient, à la cour d'Alexandre le Grand et sur le pourtour de la Méditerranée. En l'an 60 après J.C., l'empereur Néron faisait servir à Rome les premiers sorbet lors de ses fastueuses réceptions. Marco Polo rapporte que les chinois consommaient une glace fabriquée à partir de lait, eau et autres ingrédients. Les Califes de Bagdad et de Basshora en ont fait leur boisson préférée à l'encontre des boissons alcoolisée interdites par le Coran. Il s'agissait d'un mélange d'eau et de miel sanglé par de la neige ramenée à grand prix des sommets d'Asie Mineure, appelé « sharbet » ; ce mot étant devenu « sorbet » dans notre langue. Ensuite l'aristocratie romaine s'est mise à construire des maisons avec des caves spécialement aménagées pour la conservation de la glace vive.

Au début du 17<sup>ème</sup> siècle, les glaciers florentins arrivés avec Marie de Médicis s'établirent à Paris autour du château Royal. Vers 1680, le premier café créé à Paris fut un « café glacier ». Tenu par un Sicilien nommé Francisco Procopio dei Coltelli, à l'enseigne du café « Procope » (qui existe toujours), proposait déjà de nombreuses variétés e glaces et de sorbets La mode de la glace est alors devenue si importante que de nombreux limonadiers parisien imitèrent l'exemple du « Procope ». C'est à la fin de ce siècle que les premiers statuts réglementant cette nouvelle corporation furent institués.

### **33.2. LES GLACES :**

La composition des glaces dites « maison » est souvent différentes des produits proposés par les industriels. L'utilisation d'arômes, de colorant, de stabilisateurs n'est pas indispensables Par ailleurs, les glaces « maison » ne font pas l'objet de transport, ni de revente, elles sont consommées sur les lieux même de la fabrication et le restaurateur à tout intérêt à élaborer des produits de qualité exceptionnelle. De toute manière, ce sont les glaces et les sorbet fraîchement turbinés qui ont une onctuosité optimale.

Les glaces aux œufs ayant pour base une crème anglaise éventuellement crémée (selon la recette) est souvent parfumée. Les parfums les plus couramment utilisés sont : vanille, café, cacao, capuccino, noisette, praliné, pistache, thé, caramel, noix de coco, plombière, rhum-raisins, pruneaux-Armagnac, miel-noix, nougat-miel, réglisse, gingembre, etc.

#### **33.2.1. APPAREIL A CREME GLACEE VANILLE :**

##### **33.2.1.1.RECETTES CLASSIQUE**

##### **A) INGREDIENTS :**

- 1 L de lait.
- 8 jaunes d'œufs
- 300 sucre semoule.
- 1 bâton de vanille.
- 1 dl de crème.

- Stabilisant (suivant indication du fabricant, on peut cependant remplacer celui-ci par des feuilles de gélatine fondue à raison de deux feuilles par litre d'appareil ou 10 gr de fécule ou encore 10 gr de pudding))

## B) METHODE DE FABRICATION :

- 1-Faire bouillir le lait avec les 2/3 du sucre semoule et le bâton de vanille.
- 2-Entretemps, séparer les blancs des jaunes et battre ces derniers au fouet et y incorporer progressivement le reste du sucre s<sup>2</sup> et le stabilisant.
- 3-Mélanger ensemble jusqu'au moment où on obtient le ruban, bien blanchir.
- 4-Ajouter progressivement le lait bouilli à la composition en évitant la cuisson du ruban.
- 5-Bien mélanger au fouet, remettre la source de chaleur et napper à 85°C. Passer ensuite au chinois mousseline.
- 6-Homogénéiser la composition 1 minutes par litre.( à l'aide du passe potage).
- 7-Mettre la composition dans un bain d'eau glacée pour refroidir rapidement la préparation.
- 8-Aussitôt froide, la tourner en sorbetière. Pour la bonifier, y ajouter 1 à 2,5 dl de crème par litre de composition lorsqu'elle est à ¾ tournée.

N.B.: Le stabilisant donne une crème plus ferme et une plus longue conservation. L'homogénéisation donne une crème plus lisse et plus onctueuse.

## ANOMALIES :

Composition cuite : passer à l'homogénéisation

Composition courte: Pas assez de matière grasse, glace non bonifiée, lait 1/2 écrémé.

Glace qui ne durcit pas au turbinage: trop de sucre dans la composition, voir éventuellement la composition de la liqueur??, vérifier la turbine.

Glace cristallisée après turbinage: manque de matière grasse, soit crème de lait ou jaunes d'œufs.

## 33.2.1.2.RECETTE ACTUELLE :

Cette recette est conseillée, car moins riche en sucre et en jaunes d'oeufs, de plus, l'utilisation de lait en poudre permet à celle-ci d'absorber l'eau contenue naturellement dans le lait et empêche dès lors la formations de cristaux de glace lors de la conservation. De plus si cette appareil est destiné a une pièce montée, la découpe en sera plus aisée.

## A) INGREDIENTS:

- ◆ 1 L de lait
- ◆ 50 gr de glucose
- ◆ 1 gousse de vanille
- ◆ 200 gr de sucre S<sup>2</sup>
- ◆ 10 gr de pudding
- ◆ 50 gr de lait en poudre

- ◆ 20 cl de crème fraîche

### B) METHODE DE FABRICATION :

1. Dans une casserole, mettre le lait, la crème, le bâton de vanille préalablement fendu et gratté et le glucose.
2. Amener cette composition à ébullition.
3. Mélanger ensemble le sucre S<sup>2</sup>, la poudre de lait et le pudding. Y ajouter les jaunes d'oeufs.
4. Verser le liquide bouillant sur cette composition et mélanger soigneusement.
5. Ramener à la nappe, passer au chinois, homogénéiser.
6. Refroidir rapidement et turbiner.

·  
Pour la glace au chocolat avec la même composition, ajouter 300 gr de couverture fondue et descendre à 3 jaunes d'oeufs.

### 33.2.2. APPAREIL A GLACE AU MELON :

#### A) INGREDIENTS :

- 1 L de lait.
- 8 jaunes d'œufs
- 300 sucre semoule.
- 1 bâton de vanille.
- 1 dl de crème.
- Stabilisant (suivant indication du fabricant)
- 400 gr de chair de melon.

#### B) METHODE DE FABRICATION :

Réaliser l'appareil à glace vanille (voir ci-dessus)

A cet appareil, ajouter 400 gr de chair de melon finement passée au tamis et +/- 1 jus de citron.

Turbiner ensuite comme à l'ordinaire.

### 33.2.3. APPAREIL A GLACE AU MIEL :

#### A) INGREDIENTS :

- 1 L de lait.
- 8 jaunes d'œufs
- 200 sucre semoule.
- 4 dl de crème.
- Stabilisant (suivant indication du fabricant)
- 280 gr de miel.

#### B) METHODE DE FABRICATION :

1-Faire bouillir le lait et le miel.

2-Entretemps, séparer les blancs des jaunes et battre ces derniers au fouet et y incorporer progressivement le sucre  $s^2$  et le stabilisant.

3-Mélanger ensemble jusqu'au moment où on obtient le ruban, bien blanchir.

4-Ajouter progressivement le lait bouilli à la composition en évitant la cuisson du ruban.

5-Bien mélanger au fouet, remettre la source de chaleur et napper à 85°C. Passer ensuite au chinois mousseline.

6-Homogénéiser la composition 1 minutes par litre.

7-Mettre la composition dans un bain d'eau glacée pour refroidir rapidement la préparation.

8-Aussitôt froide, la tourner en sorbetière. Pour la bonifier, y ajouter 4 dl de crème par litre de composition lorsqu'elle est à  $\frac{3}{4}$  tournée.

### 33.3. LES SORBETS :

On peut distinguer plusieurs préparations qui peuvent être classées dans la catégorie des sorbets, ce sont :

✓ **Les sorbets aux fruits** ayant pour base un sirop à 30° Beaumé : Cette densité est ramenée entre 16 et 18°B grâce à de la pulpe ou du jus de fruits. Ce degré variera selon l'acidité du fruit utilisé. Des restaurateurs préparent leurs sorbets en turbinant directement une purée de fruits pure, additionnée d'un peu de sucre, sans addition d'eau.

Les parfums les plus couramment utilisés sont : fraise, fraise des bois, framboise, orange, citron, citron vert, lime, cassis, myrtille, mandarine, pomme, pomme-cidre, melon, fruits de la passion, noix de coco, goyave, carrossol, mangue, papaye, banane, etc .

✓ **Les sorbets au vin, à l'alcool, à la liqueur** : Ces sorbets sont réalisés à partir d'un sirop, généralement à 32 ° Beaumé, additionné d'un vin d'appellation d'origine, d'une liqueur ou d'un alcool dont il est fait référence. Le mélange à turbiner pèse généralement entre 15 et 18° B., et le sorbet terminé peut être arrosé au moment du service de l'alcool ou de la liqueur de départ.

Certains professionnels ajoutent un peu de glucose dans le sirop de base servant à la confection des sorbets. L'apport en glucose est réglementé à 6 %. Il semble que cet apport en glucose procurerait au sorbet une consistance plus souple et plus moelleuse. L'apport de meringue italienne provoque un foisonnement plus important, le volume du sorbet est augmenté.

✓ **Les granités** : Ce sont des sorbets réalisés à partir d'un sirop moins concentré en sucre, pesant entre 13 et 14° B.. Leur texture est moins onctueuse, légèrement pailleté et rugueuse, d'où leur appellation de granités. Ces sorbets peu sucrés sont généralement servis en milieu de repas, à la place du traditionnel « trou normand ».



**33.3.1. APPAREIL A SORBET (EX : ORANGE GIVREE)****A) INGREDIENTS :**

- 500 gr de sucre en morceaux.
- 500 gr d'eau
- 3 kg orange à jus (ce qui doit donner +/- 1 L de jus).

**B) TRAITEMENT :**

1-Préparer un sirop avec 0,5 l d'eau, 500 gr de sucre et le zeste de 2 oranges. Amener à ébullition. Retirer aussitôt du feu et laisser refroidir le plus vite possible. Ce sirop doit titrer 30° beumé au pèse sirop.

2.D'autre part, prendre les oranges, les couper en deux et les presser pour en extraire le jus (passe-vite) et en recueillir la même quantité que de sirop.

3-Ajouter le jus d'orange pressé au sirop de sucre afin de ramener la composition entre 16 et 18 ° beumé au pèse-sirop. Ajouter un jus de citron par litre.

4-Vider le mélange dans la sorbetière et faire sangler.

5-Lorsque l'appareil est pris, débarrasser au congélateur.

N.B.: Les pépins doivent être ôter avant de presser la pulpe, car écrasés, ils donnent de l'amertume à la préparation.

Une autre solution, consiste à couper un couvercle du côté queue, de détacher la chair sans déchirer l'écorce et de les farcir par après avec l'appareil à sorbet.

**33.4. LES APPAREILS A BOMBES ET A PARFAITS GLACES :**

APPELLATION DE BASE	COMPOSITION			
APPAREIL A BOMBES ET A PARFAITS GLACES	Jaunes d'oeufs	Sirop de sucre chaud à 28°B.	Crème	Parfum
	32	1	1 à 1.5	P.M.

Le sirop de sucre peut être utilisé froid, dans ce cas, il doit peser 5°B. de plus, soit 33°B.. L'appareil à bombes et à parfait est réalisé suivant la méthode suivante :

- Verser progressivement le sirop de sucre sur les jaunes d'œufs en fouettant vigoureusement.
- Placer l'appareil sur le feu doux et au bain-marie, tout en continuant de fouetter jusqu'à son épaissement (comme pour le biscuit duchesse).
- Retirer l'appareil du feu et continuer de fouetter jusqu'à son complet refroidissement.
- Parfumer et incorporer délicatement la crème fouettée.

**Moulage :**

Les bombes se moulent dans des moules coniques, unis et arrondis au sommet. Le moule est chemisé de glace ou de sorbet (selon l'appellation), et le milieu est ensuite rempli avec l'appareil. Ensuite, le moule est couvert et placé dans un conservateur durant plusieurs heures.

**Exemples :**

*Bombe Aïda* : Chemisage fraise, intérieur appareil au Kirsch.

*Bombe Alhambra* : Chemisage vanille, intérieur appareil à la fraise, décor constitué de fraises macérées au Kirsch.

*Bombe Richelieu* : Chemisage Rhum, intérieur appareil au café, décor constitué de grain de café à la liqueur.

L'appareil à parfait est réalisé de la même façon que l'appareil à bombe, mais il ne comporte qu'un seul parfum, il n'y a donc pas de chemisage.

### 33.5. APPAREIL A SOUFFLES GLACES :

APPELLATION DE BASE	COMPOSITION								
		Jaunes d'œufs P	Blancs d'œufs P	Sucre Kg	Eau L	Sirop de sucre à 28°B.	Purée de fruits L	Crème L	Parfum
APPAREILS A SOUFFLES GLACES	Aux œufs ou à la crème	32				1		1 à 1.5	P.M.
	Aux fruits		Meringue italienne 20      1      0.30						

L'appareil à soufflé glacé aux œufs ou à la crème se réalise comme l'appareil à bombe.

L'appareil à soufflé glacé aux fruits est obtenu en mélangeant de la purée de fruits à de la meringue italienne et à de la crème fouettée.

Les soufflés glacé sont dressés dans des timbales ou dans des moules à soufflé en porcelaine dont l'extérieur a été entouré d'une bande de papier sulfurisé et soudé avec un peu de beurre. La bande doit dépassé de 5 à 6 cm les bords du mule : elle permet de maintenir l'appareil durant le sanglage et permet lorsqu'elle est enlevée de donner l'illusion d'un véritable soufflé.

## 34. LE TRAVAIL DU SUCRE :

### 34.1. LE SUCRE COULÉ. :

#### A) INGREDIENTS :

- ❖ 1 Kg de sucre S<sup>2</sup>
- ❖ 350 gr d'eau
- ❖ 400 gr glucose

#### B) TRAITEMENT :

1. Verser l'eau et le sucre dans un récipient en cuivre non étamé ou en inoxydable, porter à ébullition ; écumer le sucre si nécessaire et nettoyer les bords à l'aide d'un pinceau, ajouter le glucose et porter le tout à la température voulue.
2. Pour tous les types de sucre, le glucose sera mis après avoir écumé et porté le sucre à ébullition, dans le but de favoriser une meilleure dissolution des cristaux.
3. Les colorants seront mis en fonction de leurs teintes, soit entre 120 et 130°C. pour l'orange, le jaune, le rouge et le vert, soit à 140°C. pour le blanc (oxyde de titane).
4. Pour les couleurs plus délicates, telles le bleu, le rose, le violet et le noir, le colorant sera versé à la fin de la cuisson à 165°C afin de conserver soigneusement les teintes initiales.

**!!!! Il faut toujours ATTENDRE QUE LES BULLES SOIENT PARTIES avant de verser le sucre dans les formes !!!!!!!**

### 34.2. LE SUCRE BULLÉ :

Même recette, on verse directement sur le papier enduit d'alcool à 90°, afin de favoriser les bulles.

Pour ce type de sucre, l'importance du papier est grande. Il faut qu'il soit siliconé mais pas trop, afin d'obtenir un meilleur résultat. (le papier d'emballage des farines est idéal).

Le sucre bullé à l'avantage de se faire rapidement et d'être décoratif en toutes circonstances.

On trouve diverses recettes sur le marché qui donnent un résultat tout aussi valable. Dans un souci de rentabilité, qui doit aussi être notre fil conducteur, il est plus intéressant de faire une seule cuisson de sucre, tant pour le bullé que pour le coulé.

### 34.3. LE SUCRE SOUFFLÉ :

Même recette, plus 10 gouttes d'acide tartrique à 140° C et cuire jusqu'à 160° C pour les débutants ; le finalité sera de diminuer l'acide et d'augmenter la température pour la porter à 165° C.

L'avantage de ce genre de sucre est sa conservation, car un sucre haut en température se conservera mieux.

## 34.4. LE SUCRE TIRÉ :

Même recette, toujours dans un esprit de rationalisation, que le sucre soufflé.

**Le grand principe** est de travailler le plus froid possible afin d'obtenir un sucre très brillant (fleur, tige, ruban, etc .)

## 34.5.PASTILLAGE POUR MÉDAILLON :

### A) INGREDIENTS :

- ❖ 1 Kf de sucre S°
- ❖ 60 g. d'eau
- ❖ 8 feuilles de gélatine
- ❖ 20 gr de jus de citron.

### B) TRAITEMENT :

Tremper les feuilles de gélatine dans de l'eau froide pendant 20 minutes environ avant utilisation ; égoutter et la mettre à fondre avec les 60 g. d'eau et le jus de citron ; verser sur le sucre S° ; mélanger avec la feuille du batteur ; ajouter un peu d'eau si nécessaire.

## 34.6.GLACE ROYALE :

### A) INGREDIENTS :

- ❖ 1 Kg de sucre S°.
- ❖ 200 g. de blancs en neige
- ❖ Un jus de citron ou un filet de vinaigre.

### B) TRIATEMENT :

Monter le sucre et les blancs d'œufs au batteur en vitesse moyenne. En minimum 20 minutes, la glace royale sera lisse et cassante.

## 34.7. POUR MANIPULER :

### 34.7.1. L'ACIDE TARTRIQUE :

Avec 100 g. d'acide tartrique et 100 gr d'eau, il convient de faire bouillir l'eau et e verser les cristaux d'acide. Il est préférable d'utiliser l'acide tartrique dans les 3 mois maximum, car un acide trop vieux ne travaille plus comme on le souhaite.

### **34.7.2.L'OXYDE DE TITANE :**

Couleur blanche pour les sucre coulés ou soufflés. Il faut 100 g d'oxyde de titane et 100 g. d'eau ; le colorant est versé en cours de cuisson à 140° C. . **!!!! Pour le sucre soufflé il est très difficile de contrôler les formes désirées car il a tendance à durcir de façon irrégulière !!!!.**

### **34.7.3. COLORANT EN POUDRE :**

Idéalement 25 g. de colorant en poudre, certains pâtisseries vont jusqu'à 50g. pour un litre d'eau. Il est conseillé de faire ses propres dosages afin de moduler selon ses propres désirs. Par exemple, pour un ruban en sucre, il faut des couleurs fortement concentrées pour éviter un apport d'eau trop important.

**!!!! L'eau doit toujours avoir été portée à ébullition afin d'éviter les moisissures !!!!.** Après l'ébullition, laisser refroidir jusqu'à 60°C. et ajouter le colorant.

**35.LA CUISSON SOUS-VIDE :****36. QUANTITES A PREVOIR PAR COUVERT :**

La détermination des quantités est possible par la réflexion et la comparaison. Prenons un exemple : nous savons qu'une portion de beurre (micro-pain) accompagnant le beurre pèse 20 g. On peut donc en déduire qu'un beurre composé (maître d'hôtel, marseillais) servi avec une grillade aura le même poids.

Autre exemple, la contenance moyenne d'une cuiller à potage est de 20 g. La portion de mayonnaise est de 3 cuillerées, soit 60 g.

1 L. de mayonnaise pèse :

huile :	0,980
jaunes d'œufs : 5 X 0,020 gr soit	0,100
vinaigre :	0,080
	-----
	1,160 kg

soit 20 X 60 g.

Donc 1 L. de mayonnaise pour 20 personnes.

En prolongeant cette constatation, on pourra définir que pour arroser une génoise il faudra 1 L. de crème anglaise pour 20 personnes. Une assiette de potage contenant 25 cl., 1 L. de potage est nécessaire pour 4 cts à partir d'un mouillement de 1,5 L. (évaporation)

Le tableau qui suit est bien sûr incomplet et il vous incombe de le compléter par vos observations personnelles.

VOLUME		POIDS MOYENS	
1 cuiller à café	5 ml	1 cuiller à café	5 gr
1 cuiller à entremets	10 ml	1 cuiller à entremets	10 gr
1 cuiller à potage	20 ml	1 cuiller à potage	20 gr
1 tasse à déjeuner	2,5 dl	1 oeuf	50 gr
1 tasse à café	1 dl	1 artichaut	500 gr
1 assiette creuse	2,5 dl	1 carotte moyenne	150 gr
1 verre à bière	2,5 dl	1 chou fleur	1200 gr
1 verre à eau ordinaire	1,2 dl	1 botte de cresson	200 gr
1 verre à vin blanc	7 cl	1 échalote	10 gr



36.1.LE BŒUF :

Types de cuisson	Préparation culinaire	Morceaux à utiliser	Poids brut par ct. (en kg)
Sauté mixte Ragoût	Estouffade Daube Goulash, carbonnade	Paleron Jumeau Gîte à la noix Basses côtes	0,300 Kg
Poché	Pot au feu Aiguillette à la ficelle	Plat de côtes - Macreuse - Aiguillette - Rumpsteak	0,300 kg (avec les os)
Braisé	Aiguillette de boeuf Boeuf mode	Aiguillette - Paleron - petit-nerf	0,300 kg
Grillé	Côte de boeuf Entrecôte Entrecôte minute Steak, rumpsteack Tournedos	Train de côtes Entrecôte Entrecôte contre filet Aloyau Filet	0,300 kg (avec os) 0,250 kg 0,200 kg 0,250 kg 0,200 kg
Rôti	Steack Tournedos Strogonoff	Contre-filet Filet Tête et queue de filet	0,225 kg 0,200 kg 0,200 kg



36.2. LE VEAU :

Type de cuisson	Préparation culinaire	Morceaux à utiliser	Poids brut par ct. (en kg)
Ragoût	Veau Marengo Curry - Paprika	Epaule « désossée »	0,2 Kg (sans os)
Sauté mixte	Fricassée Osso-buco	Jarret avec os	0,250 kg
Braisé à blanc et à brun	Longe	Longe (demi-selle- filet)	0,300 kg (avec os)
	Carré	Carré (5 côtes 1 <sup>ère</sup> 3 côtes 2 <sup>ème</sup> )	0,300 kg (avec os)
Poêlé	Carré	Carré (5 côtes 1 <sup>ère</sup> , 3 côtes 2 <sup>ème</sup> )	0,300 kg (avec os)
	Longe	Longe (demi-selle filet)	0,300 kg (avec os)
	Rognonnade	Longe + rognons	0,300 kg
	Noix	Noix	0,300 kg
Sauté déglacé	Escalope	Noix	0,175 kg
	Médailon.	Sous-noix, noix	0,175 kg
	Piccata	Quasi	0,175 kg
	Grenadin	Côte désossée	0,175 kg

36.3. L'AGNEAU :

Type de cuisson	Préparation culinaire	Morceaux à utiliser	Poids brut par ct. (en kg)
Ragoût à blanc et à brun	Navarin	Epaule désossée	0,200 kg
	Curry Haricot de mouton Fricassée Irish stew	<i>Egalement possible avec :</i> 1/3 collier (os) 1/3 poitrine 1/3 épaule (os)	0,275 kg
Braisé	Gigot	Gigot	0,300 kg
	Epaule farcie	Epaule	0,200 kg
	Côtes champvallon	Côtes découvertes	0,200 kg x2 = 0,400 kg
Grillé	Côtes	Carré raccourci 8 côtes	0,300 kg
	Lamp-shop Mutton shop	Selle	0,300 kg
Rôti	Selle	Selle	0,250 kg
	Gigot	Gigot	0,250 kg
	Carré	Carré raccourci 8 côtes	0,300 kg
Sauté déglacé	Noisettes	Selle	0,250 kg

36.4. LE PORC :

Type de cuisson	Préparation culinaire	Morceaux à utiliser	Poids brut par ct. (en kg)
Ragôut	Curry Gyros Espagnol	Palette désossée	0,200 kg
Poêlé	Carré  Longe Cuisseau de porc	Carré (côtes à manches) Longe (filet) Cuisseau de porc	0,200 kg
Braisé	Jambon	Jambon (York)	0,200 kg (avec os)
Poché	Jambon Echine salée	Jambon (York) Echine	0,200 kg (os) 0,200 kg
Sauté déglacé	Côte  Mignon	Carré (côtes à manches) Filet mignon	0,250 kg 0,175 kg

36.5.LES ABATS :

Type de cuisson	Préparation culinaire	Morceaux à utiliser	Poids brut par ct. (en kg)
Braisé à brun	Ris de veau braisé	Ris avec gorge 0,150 kg - 50% perte nette	0,300 kg
Grillé	Rognons d'agneau Foie de veau	1 pièce = 0,100 X 2 = -----	0,200 kg (2 pièces) 0,200 kg
Poché	Tête de veau  Cervelle de veau  Langue de veau  Pieds de mouton	Tête de veau désossée  Cervelle de veau de 250 gr = 5 couverts  Langue de veau = 7 couverts  -----	0,250 kg  0,050 kg  0,100 kg  0,300 kg
Sauté meunière	Foie de veau Cervelle d'agneau	----- 1 pièce = 100 gr	0,200 kg 0,150 kg (:1.½)

36.6.LES VOLAILLES ET LAPINS (LAPEREAU) :

Type de cuisson	Préparation culinaire	Morceaux à utiliser	Poids brut par ct. (en kg)
Ragoût à blanc	Fricassée de volaille	-----	0,300 kg
	Fricassée de lapin	-----	0,300 kg
Ragoût à brun	Lapereau sauté	-----	0,300 kg
	Volaille au vin	Poulet de 1,200 kg/4	0,300 kg
Poché	Poularde	Poularde de 2,700 kg	0,300 kg
Poêlé	Canard	Canard (Nantais, barbarie) 2kg/4	0,500 kg
Rôti	Pintade	Pintade de 1,200 kg/4	0,300 kg
	Poulet	*Poulet de 1,200 kg/4	0,300 kg.
	Cailles	Cailles de 150 gr/p	0,300 kg (2 pièces)
Grillé	Poulet	*Poulet de 1,200 kg/4	0,300 kg
	Pigeon	Pigeon de 0,700 kg/2	0,350 kg
Sauté déglacé	Poulet	*Poulet de 1,200 kg/4	0,300 kg
	Escalope de dinde	Filet de dinde	0,150 kg

Il est préférable d'utiliser des poulets de 1,500 kg, plus en chair et qui donnent un meilleur rendement  $1,500 \text{ kg}/4 = 0,375 \text{ kg/couvert}$ .

**36.7.LES POISSONS :**

Variétés		Principaux	types	de	cuisson	Poids brut en kg et
	<b>Poché aux diff. Court-bouillons</b>	<b>Frits</b>	<b>Grillé</b>	<b>Sauté Meunière</b>	<b>En sauce</b>	par couvert
Anguilles	****	****	****		****	0,200 kg
Aiglefin	****			****	****	0,200 kg
Bar (loup)	****		****		****	0,250 kg
Barbue	****		****	****	****	0,350 kg
Brochet	****				****	0,300 kg
Cabillaud	****	****	****	****	****	0,200 kg
Carrelet (plie)	****			****		0,300 kg
Colin (merlu)	****	****		****	****	0,200 kg
Daurade	****	****		****	****	0,300 kg
Limande		****		****		0,300 kg
Lotte (baudroie)					****	0,300 kg
Maquereau			****	****		0,250 kg
Merlan		****		****		0,250 kg
Raie	****			****		0,300 kg
Rouget « barbet »			****	****		0,200 kg
Sardines			****	****		0,200 kg
Saumon	****		****		****	0,250 kg
Sole (portion)	****	****	****	****	****	0,250 kg
Sole (filet)	****	****	****	****	****	0,250 kg
Thon			****		****	0,200 kg
Thon en darnes	****			****	****	0,250 kg
Turbot	****		****	****	****	0,450 kg

**N.B.** : Les grosses pièces sont étêtées et éviscérées : aiglefin, cabillaud, etc.

36.8. LES LÉGUMES :

Variétés	Hors d'œuvre	Garniture
Artichaut	Grecque 0,250 kg	0,250 kg
Asperges blanches, vertes	0,500 kg	Fin de repas 0,350 kg
Aubergines	0,100 kg	0,200 kg
Carottes	0,080 kg	0,150 kg
Céleri rave	0,100 kg	0,200 kg
Champignons	Grecque 0,150 kg	0,150 kg
Concombre	0,100 kg	0,200 kg
Chou-fleur	0,150 kg	0,200 kg
Chou-blanc	0,125 kg	0,200 kg
Chou-rouge	0,125 kg	0,200 kg
Courgette	0,100 kg	0,200 kg
Epinards	En purée	0,300 kg
	En feuilles	0,500 kg
Laitues		0,100 kg
Navets	à étuver	0,300 kg
Haricots blancs	0,200 kg	0,200 kg
Haricots verts	0,070 kg	0,150 kg
Petits pois	écossés	0,150 kg
Poireaux	0,150 kg	0,150 kg
Tomates	0,100 kg	0,150 kg
Endives (chicons)	0,060 kg	0,250 kg

## **37. RELEVER DES MARCHANDISES NECESSAIRES AUX PREPARATIONS, GLOBALISATION :**

### **37.1. INVENTAIRE DES MARCHANDISES NÉCESSAIRES AUX PRÉPARATIONS D'UN MENU ET DES PLATS COMPOSANT UNE CARTE DE RESTAURANT :**

Nous sommes le jeudi 19/10/2006, je dois faire l'inventaire des marchandises manquantes pour le menu du lundi 23/10/2006, tout en sachant que la maison vend en moyenne 25 menus du jour, et que le personnel (5) mange également ces plats.

De plus, il manquera selon mes prévisions, les marchandises nécessaires à la réalisation de certains plats de la carte: mise en place habituelle 10 couverts.

- Compote de lapereau au vin de Sancerre.
- Oeufs en meurette.
- Cervelles et langues d'agneaux aux graines de moutarde.
- Aumonières aux poires et coulis de citron.
- Navarin d'agneau aux petits légumes
- Soufflé au citron vert renversé.

De plus j'ai une réservation de menu pour 15 couverts le 24/10/2006 au soir suivant le menu ci-dessous

*Oeufs en meurette*

*#####*

*Cervelles et langues d'agneaux aux graines de moutarde.*

*#####*

*Aumonières aux poires et coulis de citron.*

#### **Marche à suivre :**

- 1- Prendre la fiche technique correspondant à chaque plat.
- 2- Multiplier ou diviser les quantités prévues par la fiche technique de façon à pouvoir fabriquer le nombre de rations nécessaires.
- 3- Sur une feuille, faire le relevé des marchandises nécessaires plat par plat et selon les quantités désirées.
- 4- A l'aide d'un marqueur "fluo", marquer les produits suivant leur provenance. par ex. :

- vert pour les légumes.
- rouge pour les viandes.
- bleu pour les poissons.
- orange pour l'alimentation générale et toutes les marchandises  
présentent en stock à l'école (ex. : les surgelés).
- jaune pour la crèmerie et/ou la boulangerie.

5- Sur une feuille de globalisation, inscrivez le nom du produit sous la rubrique correspondante à sa provenance.

**EX. :**

Légumes et fruits	Cond.	Quan.	PT.
Oignons	Kg	3,750	49

6- Dans la colonne "cond." qui signifie conditionnement, il faut indiquer la façon dont les marchandises sont vendues dans le commerce par le grossiste.

ex.: les poireaux sont vendus à la botte = B.

la farine au kilo = KG.

le concentré de tomate, bien que vendu en boîte, "l'unité" de vente est exprimée suivant la contenance de la boîte, soit 5/1, 3/1, 1/1, 1/2, 1/4, etc...

7- La colonne "quan" sert à indiquer la **quantité totale** pour **tous** les **plats** composés de l'article concerné.

8- La colonne "P.T." sert à indiquer le prix total de la marchandise.

**Remarque:** Après inventaire de toutes les fiches techniques, je me rends compte que j'ai besoin de 3,750 kg d'oignons qui coûtent 0,37 € Je remplis donc la rubrique fruits et légumes comme page précédente. Toutefois, si on fait le calcul,  $3,750 \text{ Kg} \times 0,37 \text{ €/kg}$  on obtient 1,39 €.

- Lorsque lors d'une opération, on tombe à 0,05 € ,on arrondit au cent supérieur.

Vous trouverez plus loin la "mercuriale" des prix ainsi que la liste des produits présents à l'économat.

**Il vous appartient de tenir ces prix "à jour".**

LE PRIX SE CALCULE TOUJOURS HORS T.V.A.



<b>ECOLE HOTELIERE</b> INSTITUT DE LA PROVIDENCE CINEY		<b>PROCESSUS D' ELABORATION</b> DEBRAS JEAN-MARC	
<b>COMPOTE DE LAPEREAU AU VIN DE SANCERRE</b>		<b>4</b>	<b>Cts</b>
<b>INGREDIENTS</b>		P.Unt.	P.Total
2 jeunes lapereaux (+/- 1,3 kg). 50 gr de beurre. 60 gr échalotes hachées. 1/2 L. de vin blanc sec. 1 pointe de muscade. 1 branche de thym. 1 feuille de laurier. 150 gr de barde de lard. Sel, poivre.			1

1- Désosser les lapereaux, les découper et mettre la chair dans une terrine, saler et poivrer.

2- Faire tomber les échalotes blanc dans une casserole. ensuite y faire pincer légèrement les os, mouiller avec le Sancerre et faire cuire 30 minutes.

3. Passer le jus au chinois, le faire refroidir et l'incorporer dans viande de lapin.

4. Dans le fond d'une terrine, déposer la branche de thym et la feuille de laurier. Chemiser la terrine avec une barde de lard et y tasser la viande de lapin. verser le jus de "marinade".

5. Mettre un couvercle et cuire au four 1 heure 30' à 175 °C.

6. Faire refroidir 24 heures avant de consommer.

<b>ECOLE HOTELIERE</b> INSTITUT DE LA PROVIDENCE CINEY		<b>PROCESSUS D' ELABORATION</b> DEBRAS JEAN-MARC	
<b>OEUFS EN MEURETTE</b>		<b>4</b>	<b>Cts</b>
<b>INGREDIENTS</b>	P.Unt.	P.Total	
<p>8 Œufs.</p> <p>100 gr de beurre.</p> <p>300 gr de carottes.</p> <p>15 gr d'échalotes.</p> <p>3 dl de vin rouge corsé (Côtes du Rhône par ex.).</p> <p>2 dl de vinaigre de vin.</p> <p>Sel, poivre du moulin.</p>			<p>1- Mettre le vin dans une casserole et le porter à ébullition.</p> <p>2- Dès que le vin commence à bouillir, retirer la casserole du feu et faire flamber afin de brûler l'alcool.</p> <p>3- Hacher très finement l'échalote et l'ajouter au vin. Ramener le vin à ébullition et faire réduire d'environ 1/3, réserver.</p> <p>4- Peler et laver les carottes et les faire cuire à l'eau salée; lorsqu'elles sont bien cuites, les mixer afin d'obtenir une purée bien lisse.</p> <p>5- Incorporer cette purée à la réduction de vin rouge à l'échalote, mélanger intimement et passer au chinois. Ajouter le beurre petit à petit en fouettant, assaisonner en sel et poivre. Couvrir et réserver.</p> <p>6- Faire pocher les œufs dans l'eau bouillante colorée au vinaigre de vin rouge et les parer dès qu'ils sont froids.</p> <p>7- Au moment du service, plonger les œufs quelques secondes dans de l'eau bouillante, les égoutter et les déposer dans une soupière préalablement remplie de la sauce très chaude. Saupoudrer de ciboulette hachée.</p>

<b>ECOLE HOTELIERE</b> INSTITUT DE LA PROVIDENCE CINEY		<b>PROCESSUS D' ELABORATION</b> DEBRAS JEAN-MARC	
<b>CERVELLES ET LANGUES D'AGNEAU AUX GRAINES DE MOUTARDE</b>		<b>4</b>	<b>Cts</b>
<b>INGREDIENTS</b>	P.Unt.	P.Total	
8 Langues d'agneau .			1- Laver les langues d'agneau et les faire cuire de façon classique (temps de cuisson +/- 50 minutes).
4 Cervelles d'agneau.			2- Limoner et cuire les cervelles de même.
1 poignée de sel marin.			3- Préparer les épinards au beurre façon classique.
1 kg d'épinards en branches.			4- Peler et ciseler les échalotes, les faire suer doucement dans la moitié du beurre, ajouter le vin blanc et faire réduire de moitié.
50 gr de beurre.			5- Incorporer ensuite la moutarde et faire cuire doucement durant 5 minutes. Ajouter alors 1,5 dl d'eau froide et faire réduire 2 minutes.
10 gr d'échalotes.			6- Monter la sauce avec le beurre restant, saler et poivrer
1 dl de vin blanc.			7- Répartir les épinards au milieu des assiettes, et disposer en étoile par-dessus les langues et cervelles d'agneau..
2 cuillères à potage de moutarde à l'ancienne.			8- Napper avec la sauce
Sel et poivre du moulin.			

<b>ECOLE HOTELIERE</b> INSTITUT DE LA PROVIDENCE CINEY		<b>PROCESSUS D' ELABORATION</b> DEBRAS JEAN-MARC
AUMONIERES AUX POIRES ET COULIS DE CITRON		4 Cts
<b>INGREDIENTS</b>	P.Unt.	
<p>4 grandes crêpes de 20 cm de diamètre.</p> <p>320 gr de sucre S°.</p> <p>5 dl de vin rouge (Côtes du Rhône).</p> <p>1 cuillère à potage de sirop de grenadine.</p> <p>4 poires (doyenné)</p> <p>3 citron non traités et à peau fine.</p> <p>1 orange</p> <p><i>Proportions pour 10 grandes crêpes</i></p> <p>2,5 dl de lait.</p> <p>2 oeufs.</p> <p>7,5 gr de S<sup>2</sup></p> <p>125 gr de farine.</p> <p>12,5 gr de beurre noisette.</p>		<p>1- Mettre les citrons dans une casserole moyenne et les couvrir d'eau froide, les porter à ébullition.</p> <p>2- Dès que l'ébullition est atteinte, les égoutter et les remettre en casserole, ajouter 250 gr de sucre et couvrir d'eau froide, mélanger et régler la source de chaleur. Laisser confire 4 à 5 heures.</p> <p>3- Egoutter les citrons confits et les passer au mixer. Incorporer à cette purée le sirop de cuisson de façon à obtenir un coulis un peu épais. Mettre ce coulis au frais.</p> <p>4- Peler les poires à l'économe et les mettre dans une casserole avec le vin rouge et 50 gr de sucre, laisser cuire jusqu'à ce que les fruits soient bien tendres. Les égoutter, les couper en deux, ôter le cœur, les pépins, les mettre de côté.</p> <p>5- Canneler l'orange en prélevant de longues lanières; il en faut 8 de 10 cm de long environ; les mettre dans une casserole, les couvrir d'eau et les porter à ébullition. Les égoutter et les rafraîchir. Les remettre dans une casserole, ajouter le reste du sucre, le sirop de grenadine et un petit verre d'eau froide. Laisser confire jusqu'à ce que les zestes prennent une couleur rouge vif.</p> <p>6- Poser une crêpe sur le plan de travail, placer au milieu un peu de poire en grosse brunoise, remonter les bords de la crêpe pour former une aumônière et la maintenir fermée avec une écorce d'orange confite en guise de lien.</p> <p>7- Confectionner les autres aumônières de la même façon; verser le coulis de citron dans des assiettes creuses, poser une aumônière aux poires dessus.</p>

<b>ECOLE HOTELIERE</b> INSTITUT DE LA PROVIDENCE CINEY		<b>PROCESSUS D' ELABORATION</b> DEBRAS JEAN-MARC	
NAVARIN D'AGNEAU AUX PETITS LEGUMES		4	Cts
INGREDIENTS	P.Unt.	P.Total	1
600 gr d'agneau ou de mouton (os). 600 gr de basses-côtes d'agneau. 600 gr d'épaule de mouton désossée. 100 gr de beurre. 50 gr de farine. 300 gr d'oignons. 300 gr de carottes. 2 gousses d'ail. Thym, laurier, queues de persil. 50 gr de concentré de tomate. <u>Garniture:</u> 400 gr de carottes tournées. 400 gr de navets tournés. 400 gr d'oignons grelots glacés à brun. 400 gr de petits pois cuits à l'anglaise. 400 gr de haricots verts cuits à l'anglaise.			1- Assaisonner les morceaux de viande et bien les colorer sur toutes les faces. 2- Au terme de la coloration, ajouter carottes et oignons émincés et poursuivre le rissolage. 3- Egoutter la graisse, singer, mélanger, passer au four quelques minutes. Ajouter l'ail écrasé. 4- Ajouter le bouquet, mouiller avec fonds d'agneau si possible ou fonds blanc ou eau et ajouter le concentré de tomate. 5- Couvrir et cuire à ébullition lente jusqu'aux 3/4 de la cuisson de la viande (environ 1 heure, tester). 6- A ce moment, retirer les morceaux de viande, les mettre dans un autre récipient, y ajouter la garniture de carottes et de navets (facultativement les petits oignons peuvent être ajouter crus à ce moment ou être glacer à part, dans ce dernier cas, les ajouter en fin de préparation). 7- Verser sur le tout le jus de cuisson passer au chinois. Continuer à cuire doucement à couvert. 8- Après cuisson, rectifier assaisonnement et consistance. 9- Ajouter à ce moment les oignons glacés si tel a été votre choix. 10- Terminer en parsemant les haricots verts et les petits pois cuits à l'anglaise. 11- Saupoudrer de persil haché et servir avec pommes natures.

<b>ECOLE HOTELIERE</b> INSTITUT DE LA PROVIDENCE CINEY			<b>PROCESSUS D' ELABORATION</b> DEBRAS JEAN-MARC	
SOUFFLE AU CITRONS VERTS RENVERSE			4	Cts
<b>INGREDIENTS</b>			P.Unt.	P.Tota 1
120 gr de fromage blanc. 130 gr de sucre s <sup>2</sup> . 4 jaunes d'oeufs. 8 blancs d'oeufs. 4 citrons verts. Gros sel. 20 gr de beurre. 20 gr S <sup>2</sup> . 12 fruits de la passion. 80 gr de S <sup>o</sup> . 1 grenade. 1 ravier de feuilles de menthe.				

1- Dans un cul de poule, mélanger le fromage blanc au fouet avec 80 g de S<sup>2</sup>, les jaunes et les zestes râpés des 4 citrons verts.

Lorsque tous ces ingrédients sont bien incorporés, réserver.

2- Monter les 8 blancs en neige, ensuite y ajouter 30 gr de S<sup>2</sup>.

3- Incorporer les blancs en neige à la composition fromage blanc.

4- A l'aide d'un pinceau, beurrer les parois des moules à soufflés, et en chemiser les parois. Remplir les moules de la composition et faire cuire par pochage au four 8 minutes à 210°C.

5- Retirer les moules du four et laisser les soufflés se tasser légèrement, ensuite les retourner au milieu des assiettes.

6- Durant la cuisson des soufflés, couper les fruits de la passion en deux et en prélever la pulpe que l'on passe au chinois. Ajouter le sucre restant à ce jus pour obtenir un coulis

7- Verser le coulis sur une assiette; autour des soufflés, garnir de quelques grains de grenade et de feuilles de menthe.

<b>ECOLE HOTELIERE</b> INSTITUT DE LA PROVIDENCE CINEY		<b>PROCESSUS D' ELABORATION</b> DEBRAS JEAN-MARC	
CREME DE LENTILLES A LA PINTADE		4	Cts
INGREDIENTS	P.Un.	P.Total	
1 pintade. 250 gr de lentilles vertes (celles du Puy bénéficient d'une appellation contrôlée). 3 clou de girofle. 150 gr de carottes. 2 gousses d'ail. 150 gr de lard maigre frais. 20 cl de vinaigre de Xérès. 40 gr de farine. 5 cl de lait. 1 oeuf. 80 gr de beurre. Bouquet garni. Sel, poivre, muscade.			1- Lever les suprêmes de pintade et les cuisses, enlever la peau. Concasser les os de la carcasse, du cou, des ailes. 2- Dans un sautoir, mettre 40 gr de beurre et faire revenir les os concassés à brun; ajouter oignons et gousses d'ail entières; singer avec 20 gr de farine et laisser cuire 10 minutes en remuant. 3- Déglacer avec 15 cl de Xérès et mouiller avec 2 L. d'eau froide, laisser cuire par frémissement durant 30 minutes en écumant et dégraissant sans arrêt. 4- Faire partir les lentilles à l'eau froide (ne saler qu'aux 3/4 de la cuisson) avec un oignon clouté, carottes taillées en fines brunoise et lard en bâtonnets. Sitôt cuites, réserver 8 C. à pot. de lentilles. Mixer le reste avec carottes, mais sans oignon ni lard dans 2,5 L. de crème et une louche de fonds de pintade; passer au chinois. 5- Réaliser une panade à la frangipane: Faire bouillir le lait, et hors du feu, y ajouter 20 gr de beurre et 20 gr de farine; l'ensemble forme une pâte semi-liquide; ajouter un jaune d'œuf en fouettant. 6- Hacher très finement 150 gr de chair de pintade (cuisses) et y incorporer la panade, mixer fortement. Ajouter le blanc d'œuf, 2,5 dl de crème et 5 cl. de Xérès. Mixer à nouveau et passer au tamis; assaisonner de sel et de poivre. 7- Passer le fonds restant de pintade et le porter à frémissement, saler et poivrer. Former de petites quenelles à l'aide de deux cuillers à café et faire pocher 5 minutes dans ce fonds. Les retirer et garder au chaud dans un peu de fonds à couvert. 8- Tailler les suprêmes en petits triangles et les faire colorer dans 20 gr de beurre avec les quenelles. Saler et poivrer. <b>Dressage:</b> Dans chaque assiette, déposer 1 C. à pot. de lentilles réservées, couvrir de cette "soupe" et disposer filets de pintade colorés et quenelles. Décorer pluches de cerfeuil

<b>ECOLE HOTELIERE</b> INSTITUT DE LA PROVIDENCE CINEY		<b>PROCESSUS D' ELABORATION</b> DEBRAS JEAN-MARC	
JOUE DE BOEUF AUX CAROTTES CAMELISEES		4	Cts
<b>INGREDIENTS</b>		P.Un.	P.Total
2 noix de joue de bœuf. 100 gr d'oignon. 700 gr de carottes. 60 gr de beurre . 1 brindille de thym. 1 feuille de laurier. 1,5 dl de vin blanc sec. 10 gr de persil plat haché. Sel, poivre du moulin. Environ 2 L. de fonds brun.			1
			1- Parer la joue de bœuf, peler oignon et carottes. 2- Tailler l'oignon en fine brunoise ainsi que 100 gr de carottes. 3- Dans une cocotte, faire fondre du beurre et y faire colorer la viande. y ajouter ensuite les légumes taillés en brunoise. Faire colorer légèrement, déglacer avec le vin blanc. Faire réduire à découvert, puis mouiller avec du fonds brun à mi-hauteur. Porter à ébullition et couvrir. 4- Poursuivre la cuisson au four en vérifiant de temps en temps le niveau du liquide, si besoin ajouter de l'eau chaude; cuisson au four durant 3 à 4 heures à 200°C. 5-Tourner les carottes restantes en forme de gousses d'ail allongées et les cuire à l'eau bouillante salée. Les garder légèrement croquantes, les rafraîchir sitôt la cuisson terminée et les réserver. 6- Lorsque la viande est cuite, la retirer, passer le jus de cuisson au mixer avec les légumes de façon à obtenir un bon jus lié. Rectifier assaisonnement et consistance. 7- Couper chaque noix de joue en 6 tranches et remettre au chaud dans la sauce. 8- Dans un peu de beurre, faire colorer les carottes, saler et poivrer. 9- Disposer les carottes en rosaces dans les assiettes, mettre la viande dans le bas de celle-ci et napper de sauce, parsemer de persil haché. <b>N.B.:</b> Pour parer la joue de bœuf, prendre un petit couteau pointu et ôter les petits morceaux de gras.



<b>ECOLE HOTELIERE</b> INSTITUT DE LA PROVIDENCE CINEY			<b>PROCESSUS D' ELABORATION</b> DEBRAS JEAN-MARC
POMMES SAUTEES SAUCE CASSIS AU VIN ROUGE			<b>4 Cts</b>
<b>INGREDIENTS</b>	P.Unt.	P.Total	
4 pommes golden bien vertes.			<p>1- Mettre le vin dans une casserole et le porter à ébullition. Le flamber, et ajouter 60 gr de sucre et les grains de cassis.</p> <p>2- Oter la casserole du feu, mélanger et laisser infuser 5 minutes. Mettre cette sauce dans un récipient et garder au frais.</p> <p>3- Peler et couper les pommes en deux. Retirer cœur et pépins, couper en quatre quartiers et faire sauter dans une casserole avec le reste du sucre. Bien les faire caraméliser, mais les laisser légèrement croquantes. 4- Egoutter les pommes sautées, ajouter le jus de citron à la sauce au cassis.</p> <p>5- Verser la sauce dans les assiettes, mettre dessus les quartiers de pommes encore tiède et servir sans attendre.</p>
100 gr de grains de cassis.			
1/2 citron.			
20 gr de beurre.			
80 gr de sucre S°.			
5 dl de vin rouge (Côtes du Rhône)			

**37.2.INVENTAIRE DES MARCHANDISES NÉCESSAIRES  
POUR LES MISES EN PLACES PRÉVUES (SUIVANT FICHES  
TECHNIQUES DES PAGES PRÉCÉDENTES).**

**Mise en place menu du jour pour 30 couverts (25 clients + 5 personnels).**

**Crème de lentilles à la pintade:**

4 pintades.  
1 kg de lentilles vertes.  
800 gr d'oignons.  
600 gr de carottes.  
12 clou de girofle.  
8 gousses d'ail.  
600 gr de lard maigre frais.  
8 dl de Xérès.  
160 gr de farine.  
20 cl. de lait.  
4 œufs.  
320 gr de beurre.  
Bouquet garnis.  
Sel, poivre, muscade.

Garniture:  
-----  
50 gr de cerfeuil

**Joue de bœuf braisée aux carottes caramélisées:**

10 joues de bœuf  
300 gr de beurre.  
Thym Laurier.  
7,5 dl vin blanc sec.  
50 gr de persil.  
Sel, poivre du moulin.  
10 L. de fonds brun.

Garniture:  
-----  
1 botte de persil  
6 bottes de cresson  
7,5 kg de cornes (pommes de terre).

**Pommes sautées, sauce cassis au vin rouge:**

30 pommes golden.  
750 gr grains de cassis.  
150 gr de beurre.  
600 gr S°.  
3,75 L. de vin rouge.

**MISE EN PLACE POUR LES MENUS RESERVES ET LA CARTE DU RESTAURANT**

**Compote de lapereau au vin de Sancerre:**

2 Jeunes lapereaux  
50 gr de beurre.  
60 gr d'échalotes hachées.  
1/2 L. de Sancerre blanc.  
Thym, laurier.  
150 gr de barde de lard.  
Sel, poivre, muscade.

**Oeufs en Meurette:**

10 + 15 couverts = 25 (en réalité 24 pour facilité dans les proportions).

48 oeufs.  
600 gr de beurre.  
1,8 kg de carottes.  
90 gr d'échalotes.  
120 gr de ciboulette.  
2,4 L. de vin rouge (Côtes du Rhône).  
1,2 L de vinaigre de vin.

**Cervelles et langues d'agneau aux graines de moutarde:**

10 + 15 couverts = 25 (idem œufs ).

48 langues d'agneau.  
24 cervelles d'agneau.  
600 gr de sel marin.  
6 kg d'épinards en branches.  
300 gr de beurre.  
60 gr d'échalotes.  
6 dl de vin blanc.  
240 gr de moutarde de Meaux.  
Sel, poivre.

Garniture:

-----

1,2 kg de risetto (ou pâtes grecques).

**Navarin d'agneau aux petits légumes:**

10 couverts.

750 gr de collier d'agneau (avec os).  
750 gr d'épaule d'agneau (désossée).  
750 gr de basses-côtes d'agneau.

Garniture:

-----

2,5 kg de cornes (pommes de terre).

150 gr de beurre.  
1 botte de persil.  
65 gr de farine.  
375 gr d'oignons.  
375 gr de carottes.  
3 gousses d'ail.  
Thym, laurier.  
65 gr de concentré de tomates.  
600 gr de haricots verts.  
600 gr de navets.  
600 gr d'oignons grelots.  
600 gr de petits pois.  
600 gr de carottes.

### **Soufflé au citron vert renversé:**

10 couverts.

300 gr de fromage blanc.  
325 gr de sucre S<sup>2</sup>.  
10 jaunes d'oeufs.  
20 blancs d'oeufs.  
10 citrons verts.  
50 gr de beurre.  
50 gr de sucre S<sup>2</sup>.  
30 fruits de la passion.  
200 gr de sucre S<sup>0</sup>.  
2 grenades. 2 rapiers de feuilles de menthe.

### **Aumônières aux poires et coulis de citron:**

10 + 15 couverts (idem oeufs et cervelle et langues d'agneau).  
24 grandes crêpes:  
1,5 L. lait.  
12 oeufs.  
45 gr sucre S<sup>2</sup>.  
750 gr de farine.  
75 gr de beurre;  
1,920 gr de sucre S<sup>0</sup>.  
3 L. de vin rouge (Côte du Rhône).  
6 cl. de grenadine.  
24 poires (doyenné).  
18 citrons.  
6 oranges.  
Après avoir fait le relever de toutes les marchandises passer à l'étape "d" comme expliquer page  
27



- soit on sait que la marchandise est en stock, et elle est indiquée uniquement
- pour pouvoir la comptabiliser.

Exemples :

- j'ai besoin de 125 gr de sel, il est évident que ce produit est en stock, car utilisé tous les jours, et quand j'en commande au fournisseur, et afin d'avoir un prix intéressant, j'en achète en quantité, même chose pour le poivre.
- certaines épices, comme le safran ou la cardamome, deux épices qui bien qu'extrêmement chères et fortes que l'on ne les utilise qu'en très petites quantités. De toutes façon, les épices s'utilisant par kilo de masse, il est impossible de savoir lors de la globalisation la quantité exacte que l'on va utiliser.
- Je propose à ma clientèle une soupe d'escargots au beurre d'orties, celles-ci ne s'achètent pas puisqu'il suffit de les cueillir, afin d'éviter l'oubli, j'indiquerai donc {P.M.} dans la colonne quantité.
- Lors d'achats effectués au marché, j'ai eu l'occasion d'acheter un lot de perdrix à un prix très intéressant, j'en ai donc profité pour acheter ce lot et surgeler le surplus. Je décide de vendre ces perdrix par le biais d'un menu du jour; lors de l'établissement de ma feuille de globalisation, j'indiquerai donc P.M. dans la colonne quantité en face de perdrix

4- les quantités : lorsque celles-ci sont supérieures à :

0.01 indiquer directement 0.05

0,06 indiquer directement 0,1

Voir l'exemple des échalotes sur la feuille de globalisation.

le chiffre 0,21 est entouré en gras, et il est indiqué à côté 0,25 afin de vous montrer ce qu'il convient d'indiquer.

Attention, pour les fonds la quantité doit être exacte.

## 37.4.PASSAGE DES COMMANDES AUX DIFFÉRENTS FOURNISSEURS OU ÉCONOMAT

Fromage(s), beurre, lait, crème et œufs se commandent auprès du chef d'atelier et s'inscrivent sur un bon d'économat.

Dans les feuilles suivantes, vous trouverez la liste de tous les produits présents à l'économat de l'école, celle-ci n'est pas exhaustive; c'est bien sûr la première liste à consulter afin de commander à l'extérieur un produit se trouvant en réserve.

Il **vous appartient d'inscrire le prix des articles dans la colonne adéquate** (ces prix sont disponibles auprès du chef d'atelier).

**A ne pas oublier:** Les **prix** seront **toujours** renseignés **hors T.V.A.**

**Fournisseurs Les cases sont laissées intentionnellement vides**

**FRUITS ET LEGUMES:**

-

**VOLAILLES :**

-

**VIANDES :**

-

**POISSONS, COQUILLAGE, CRUSTACES**

NOM: Risselin D				Classe:      Date:      /      /9				HOTELLERIE			
C. de lentilles      30				Œufs en meurette      24							
Joue bœuf braisée      30				Navarin agneau      10							
Pommes sce cassis      30				Soufflé citrons verts      10							
Compote lapereau      10				Aumonières poires      24							
Cerv & langue agne      24											
<b>FRUITS &amp; LEGUMES</b>	Cond	Quan	P.T	<b>VIANDES FRAÎCHES.</b>	Cond	Quan	P.T	<b>POISSON FRAIS</b>	Cond	Quan	P.T
Epinars	kg	6		Pintades	P	4					
Echalotes	kg	0,21	0,25	Lard maigre frais	Kg	0,6					
Ail	T	2		Joue de boeuf	P	10					
Persil	B	3		Lapereaux (1,3 kg)	P	2					
Cerfeuil	Kg	0,05		Barde lard	Kg	0,15					
Oignons	Kg	1,7		Langues agneaux	P	48					
Carottes	Kg	6,3		Cervelles agneaux	P	24					
P-D-T (Cornes)	Kg	10		Collier agneau	Kg	0,75		<b>TOTAL</b>			
Pommes golden	P	30		Basse-côtes agneau	Kg	0,75		<b>SURGELES</b>	Cond	Quan	P.T
Citrons	P	21		Epaule agneau	Kg	0,75		Cassis	Kg	0,75	
Ciboulette	R	2						Petits pois	Kg	0,6	
Poires doyens	P	24									
Oranges	P	6									
Navets	B	2		<b>TOTAL</b>				<b>TOTAL</b>			
Oignons grelots	Kg	0,6		<b>ALIMENT.GENE.</b>	Cond	Quan	P.T	<b>BOISSONS</b>	Cond	Quan	P.T
Haricots verts	Kg	0,6		Lentilles vertes	Kg	1		Xérès	70 cl		
Citrons verts	P	10		Farine	Kg	1,6		Vin blanc sec	L	1	
Fruits passion	P	10		Sucre S°	Kg	2,8		Côtes du Rhône	70 cl	13	
Grenades	P	2		Vinaigre de vin	L	1,2		Sancerre blanc	70 cl	1	
Feuille menthe	R	2		Moutarde Meaux	Kg	0,24					
Cresson	B	2		Pâtes Grecques	Kg	1,2					
				Grenadine	L	0,06		<b>TOTAL</b>			
				Sucre S²	Kg	0,5		<b>EPICES/FONDS</b>	Cond	Quan	P.T.
				C.c.tomates	70 g	1		Girofle		P.M.	
								Sel		P.M.	
								Poivre blanc moulu		P.M.	
								Poivre blanc grains		P.M.	
								Muscade		P.M.	
				<b>TOTAL</b>				Thym		P.M.	
				<b>LAITERIE/M.G./OE.</b>	Cond	Quan	P.T	Laurier		P.M.	
				Lait	L	1,6		Gros sel Marin	Kg	0,6	
				Oeufs	P	84		Fonds brun	L	10	
<b>TOTAL</b>											
<b>BOULANGERIE</b>	Cond	Quan	P.T	Beurre	Kg	2					
				Fromage blanc	Kg	0,3					
<b>TOTAL</b>				<b>TOTAL</b>				<b>TOTAL</b>			
<b>TOTAL GENERAL</b>				<b>NOMBRE DE Cts:</b>				<b>PRIX PAR CTS:</b>			



## 38.MERCURIALE

- Le prix des denrées varie selon les fluctuations du marché.
- Il est donc indispensable de remplir cette mercuriale au crayon.
- La mise à jour sera faite à chaque constatation de changement de prix.

(ceux-ci s'indiquent toujours H.T.V.A.)

- Sauf indication contraire, les unités de mesure sont le kilogramme, le litre ou le conditionnement. (Ex. poireaux à la botte).

Mise à jour le     /     /     par  
                          /     /     par  
                          /     /     par  
                          /     /     par  
                          /     /     par  
                          /     /     par  
                          /     /     par  
                          /     /     par  
                          /     /     par

<b>N CODE</b>	<b>FRUITS - LEGUMES</b>	<b>FAM</b>	<b>Condition</b>	<b>P.H.T.V.A.</b>	<b>% T.V.A.</b>	<b>PRIX TOTAL</b>
FL0001	AIL	FOO				0
FL0002	ANANAS	FOO				0
FL0003	ANETH	FOO				0
FL0004	ARTICHAUT	FOO				0
FL0005	ASPERGES BLANCHES	FOO				0
FL0006	ASPERGES VERTES	FOO				0
FL0007	ASPERGES SOUPE	FOO				0
FL0008	AUBERGINE	FOO				0
FL0009	AVOCAT	FOO				0
FL0010	BANANE	FOO				0
FL0011	BASILIC	FOO				0

FL0012	BETTRAVE ROUGE	FOO				0
FL0013	CAROTTES	FOO				0
FL0014	CAROTTES BOTTE	FOO				0
FL0015	CELERI BLANC	FOO				0
FL0015	CELERI BLANC	FOO				0
FL0016	CELERI RAVE	FOO				0
FL0017	CELERI VERT	FOO				0
FL0018	CERFEUIL	FOO				0
FL0019	CHAMPIGNONS (PETITS)	FOO				0
FL0020	CHAMPIGNONS(TETE)	FOO				0
FL0021	CHAMPIGNONS VRAC	FOO				0
FL0022	CHAMPIGNONS PLEUROTÉS	FOO				0
FL0032	TRUFFES	FOO				0
FL0037	CHICOREE FRISEE	FOO				0
FL0038	CHICON	FOO				0
FL0039	CHOU BLANC	FOO				0
FL0040	CHOU VERT	FOO				0
FL0041	CHOU ROUGE	FOO				0
FL0042	CHOU BROCOLIS	FOO				0
FL0043	CHOU BRUXELLES	FOO				0
FL0044	CHOU FLEURS	FOO				0
FL0045	CIBOULETTE	FOO				0
FL0046	CITRON VERT	FOO				0
FL0047	CITRON	FOO				0
FL0048	CITRONNELLE	FOO				0
FL0049	CRESSON	FOO				0
FL0050	CRESSONNETTE	FOO				0
FL0051	COURGETTE	FOO				0
FL0052	CONCOMBRE	FOO				0
FL0053	ECHALOTES	FOO				0
FL0054	EPINARDS	FOO				0

FL0055	ESTRAGON	FOO				0
FL0056	FENOUIL	FOO				0
FL0057	FEVES DES MARAIS	FOO				0
FL0058	FIGUES FRAICHES	FOO				0
FL0059	FRISEE BLANCHE	FOO				0
FL0060	FRISEE VERTE	FOO				0
FL0061	FRISEE ROUGE	FOO				0
FL0062	FRUIT PASSION	FOO				0
FL0063	FRAISES	FOO				0
FL0064	FRAMBOISES	FOO				0
FL0065	GINGEMBRE	FOO				0
FL0066	HARICOTS BLANCS	FOO				0
FL0067	HARICOTS BEURRE	FOO				0
FL0068	HARICOTS FLAGEOLETS	FOO				0
FL0069	HARICOTS FLAGEOLETS CHEVRIERS	FOO				0
FL0070	HARICOTS VERTS EXTRA-FINS (SENEGAL)	FOO				0
FL0071	HARICOTS VERTS EXTRA-FINS	FOO				0
FL0072	HARICOTS VERTS	FOO				0
FL0073	KIWIS	FOO				0
FL0074	LAITUE POMMEE	FOO				0
FL0075	LAITUE CHENE	FOO				0
FL0076	LAITUE ROMAINE	FOO				0
FL0082	MARRONS	FOO				0
FL0083	MAIS EPIS	FOO				0
FL0084	MACHE	FOO				0
FL0085	MELON	FOO				0
FL0086	MENTHE	FOO				0
FL0087	NAVET	FOO				0
FL0088	NOIX DE COCO	FOO				0
FL0089	OIGNONS	FOO				0

FL0090	OIGNONS GRELOTS	FOO				0
FL0091	OIGNONS BOTTE	FOO				0
FL0092	ORANGES A JUS	FOO				0
FL0093	ORANGES A MANGER	FOO				0
FL0094	ORANGES SANGUINES	FOO				0
FL0095	POIRES CONFERENCE	FOO				0
FL0096	POIRES DOYENNEES	FOO				0
FL0097	POIRES WILLIAMS	FOO				0
FL0098	PINPRENNELLE	FOO				0
FL0099	POIS GOURMANDS	FOO				0
FL0100	PIMENTS	FOO				0
FL0101	POMMES A CUIRE	FOO				0
FL0102	POMMES GOLDEN	FOO				0
FL0103	POMMES GRANY SMITH	FOO				0
FL0108	POMMES DE TERRE A FRITES	FOO				0
FL0109	POMMES DE TERRE CALIBREES	FOO				0
FL0110	PECHE BLANCHE	FOO				0
FL0111	PECHE ABRICOT	FOO				0
FL0115	PETITS POIS	FOO				0
FL0116	PERSIL	FOO				0
FL0117	POIREAUX	FOO				0
FL0118	POIVRON JAUNE	FOO				0
FL0119	POIVRON ROUGE	FOO				0
FL0120	POIVRON VERT	FOO				0
FL0121	RADICIS	FOO				0
FL0122	TOMATES CALIBREES	FOO				0
FL0123	TOMATES TRAITEUR	FOO				0
FL0124	TOMATES GROSSES	FOO				0
FL0125	TOMATES CERISES	FOO				0
FL0126	MANGUES	FOO				0
FL0127	OSEILLE	FOO				0

FL0128	AIRELLES	FOO				0
FL0129	RAIFORT	FOO				0
FL0130	ROMARIN	FOO				0
FL0131	CORIANDRE FRAIS	FOO				0
FL0132	ABRICOTS SECS (TURQUIE)	FOO				0
FL0133	PAMPLEMOUSSE	FOO				0
FL0134	RAISINS BLANC (muscat)	FOO				0
FL0135	RAISINS NOIRS	FOO				0
FL0136	PERSIL PLAT	FOO				0
	<b>POISSONS -FRUITS DE MER</b>					
FM0001	AMANDES BRETAGNE	FOO				0
FM0002	BIGORNEAUX	FOO				0
FM0003	BIGORNNEAUX 5 KG	FOO				0
FM0004	CLAMS BRETAGNE	FOO				0
FM0005	COQUES BRETAGNE	FOO				0
FM0006	BOUCHOT BRETAGNE	FOO				0
FM0007	PALOURDES GRISES/VERTES BRETAGNE	FOO				0
FM0008	PRAIRES BRETAGNE	FOO				0
FM0009	COQ. saint-jacques EN COQUILLE	FOO				0
FM0010	VENUS BRETAGNE	FOO				0
FM0011	VERNIS BRETAGNE	FOO				0
FM0012	PETONCLES BRETAGNE	FOO				0
FM0013	OURSINS BRETAGNE	FOO				0
FM0014	ARAIGNEE DE MER BRETAGNE	FOO				0
FM0015	LANGOUSTINE DE BRETAGNE 10/15	FOO				0
FM0016	LANGOUSTINE BRETAGNE 16/20	FOO				0
FM0017	LANGOUSTINE BRETAGNE 21/30	FOO				0
FM0018	LANGOUSTE ROYALE/ROSE BRETAGNE	FOO				0
FM0019	CRABE VERT BRETAGNE	FOO				0
FM0020	ETRILLES BRETAGNE	FOO				0
FM0021	HOMARD BRETON	FOO				0

FM0022	PALOURDES ROSES BRETAGNE	FOO				0
FM0023	HUITRES CREUSES BRETAGNE N 0	FOO				0
FM0024	HUITRES CREUSES BRETAGNE N 1	FOO				0
FM0025	HUITRES CREUSES BRETAGNE N 2	FOO				0
FM0026	HUITRES CREUSES BRETAGNE N 3	FOO				0
FM0027	HUITRES CREUSES BRETAGNE N 4	FOO				0
FM0028	HUITRES CREUSES BRETAGNE N 5	FOO				0
FM0029	HUITRES BRETAGNE BELON N 00	FOO				0
FM0030	HUITRES BRETAGNE BELON N 0	FOO				0
FM0031	HUITRES BRETAGNE BELON N 1	FOO				0
FM0032	HUITRES BRETAGNE BELON N 2	FOO				0
FM0033	HUITRES BRETAGNE BELON N 3	FOO				0
FM0034	HUITRES BRETAGNE BELO N 4	FOO				0
FM0035	HUITRES BRETAGNE BELON N 5	FOO				0
FM0036	COQUILLES ST_JACQUES S/CORAIL	FOO				0
FM0037	COQUILLE ST_JACQUES AVEC CORAIL	FOO				0
FM0038	COQUILLES ST_JACQUES EN COQUILLE	FOO				0
FM0039	CRABES VIVANTS	FOO				0
FM0040	CREVETTES GRISES	FOO				0
FM0041	CREVETTES ROSES N 4	FOO				0
FM0042	CREVETTES ROSES N 1	FOO				0
FM0043	CREVETTES ROSES EXTRA	FOO				0
FM0044	ECREVISSES VIVANTES 5 KG	FOO				0
FM0045	ECREVISSES VIVANTES -5 KG	FOO				0
FM0046	HOMARD CANADIEN 250/400 GR	FOO				0
FM0047	HOMARD CANADIEN 400/500	FOO				0
FM0048	HOMARD CANADIEN 500/600	FOO				0
FM0049	HOMARD CANADIEN 600/700	FOO				0
FM0050	HOMARD CANADIEN 700/800	FOO				0
FM0051	HOMARD CANADIEN 800/1200	FOO				0
FM0052	HOMARD MORT FRAIS (bisque)	FOO				0

FM0053	HOMARD MORT SURGELE (BISQUE)	FOO				0
FM0054	HOMARD NORVEGIEN	FOO				0
FM0055	HUITRES CREUSES N 1	FOO				0
FM0056	HUITRES CREUSES N 2	FOO				0
FM0057	HUITRES CREUSES N 3	FOO				0
FM0058	HUITRES CREUSES N 4	FOO				0
FM0059	HUITRES PLATES 3.0	FOO				0
FM0060	HUITRES PLATES 4.0	FOO				0
FM0061	HUITRES PLATES 5.0	FOO				0
FM0062	LANGOUSTINES 10/15	FOO				0
FM0063	LANGOUSTINE 16/20	FOO				0
FM0064	LANGOUSTINE 21/25	FOO				0
FM0067	MOULES IMPERIALE	FOO				0
FM0068	MOULES SUPER	FOO				0
FM0072	TOURTEAU	FOO				0
FMS001	ANCHOIS SURGELES	FOO				0
FMS002	ANGUILLE DARNES	FOO				0
FMS003	CALAMAR EN TUBES	FOO				0
FMS004	CALAMAR ROMANA	FOO				0
FMS005	COQUES (CHAIR)	FOO				0
FMS006	COQUILLES D'ECOSSE 8/12	FOO				0
FMS007	COQUILLES D'ECOSSE 40/60	FOO				0
FMS008	CUISSES DE GRENOUILLES 8/12	FOO				0
FMS009	CUISSES DE GRENOUILLES 13/15	FOO				0
FMS010	CUISSES DE GRENOUILLES 16/20	FOO				0
FMS011	CUISSES DE GRENOUILLES 21/25	FOO				0
FMS012	CUISSES DE GRENOUILLES 26/30	FOO				0
FMS016	CRABE (CHAIR) CHILI	FOO				0
FMS017	CRABE (CHAIR) 40/60	FOO				0
FMS018	CRABE (CHAIR) 100% BODY	FOO				0
FMS080	SCAMPIS INDIVIDUEL ET EN BLOC U/5	FOO				0

FMS081	SCAMPIS 6/8	FOO				0
FMS082	SCAMPIS 8/12	FOO				0
FMS083	SCAMPIS 13/15	FOO				0
FMS084	SCAMPIS 16/20	FOO				0
FMS085	SCAMPIS 21/25	FOO				0
PF0001	ANGUILLE FUMEE	FOO				0
PF0002	ANGUILLE FUMEE FILET	FOO				0
PF0003	ANGUILLE MER FUMEE	FOO				0
PF0004	ASSIETTE NORDIQUE	FOO				0
PF0005	ELBOT FUME N/TRANCHE	FOO				0
PF0006	ELBOT FUME TRANCHE	FOO				0
PF0007	ESPROT FILET	FOO				0
PF0008	MAQUEREAU FUME	FOO				0
PF0009	MAQUEREAU FUME FILET	FOO				0
PF0010	TRUITE DE MER FUMEE	FOO				0
PF0011	TRUITE SAUMONEE FUMEE	FOO				0
PF0012	SAUMON MARINE PRETRANCHE	FOO				0
PF0013	SAUMON FUME NON TRANCHE	FOO				0
PF0030	OEUFS CABILLAUD FUMES.	FOO				0
PICHVB	PICHET VIN BLANC	BEV				0
PICHVR	PICHET VIN ROUGE	BEV				0
PO0000	ARETES POUR FUMET	FOO				0
PO0001	ANGUILLE DE MER	FOO				0
PO0002	ANGUILLE DE RIVIERE	FOO				0
PO0003	BARBUE 2 +	FOO				0
PO0004	BARBUE 1.5/2	FOO				0
PO0005	BARBUE 1/1.5	FOO				0
PO0006	BARBUE -1	FOO				0
PO0007	CABILLAUD DARNES	FOO				0
PO0008	CABILLAUD ENTIER AVEC TETE	FOO				0
PO0009	CABILLAUD ENTIER SANS TETE	FOO				0



PO0010	CABILLAUD FILET (GRAND)	FOO				0
PO0011	CABILLAUD FILET (PETIT)	FOO				0
PO0012	DORADE ENTIERE	FOO				0
PO0013	DORADE FILET (AVEC PEAU)	FOO				0
PO0014	DORADE FILET (SANS PEAU)	FOO				0
PO0015	COLIN ENTIER	FOO				0
PO0016	COLIN FILET	FOO				0
PO0017	DORADE GRISE BRUT	FOO				0
PO0018	DORADE GRISE AVEC PEAU	FOO				0
PO0019	DORADE GRISE SANS PEAU	FOO				0
PO0020	ENCORNET	FOO				0
PO0021	EGLEFIN BRUT	FOO				0
PO0022	EGLEFIN FILET	FOO				0
PO0023	ESPADON BRUT AVEC TETE	FOO				0
PO0024	ESPADON BRUT SANS TETE	FOO				0
PO0025	ESPADON EN DARNES	FOO				0
PO0026	ESPADON FILET	FOO				0
PO0027	FLETAN BLANC	FOO				0
PO0028	FLETAN BLANC FILET	FOO				0
PO0029	FLETAN NOIR BRUT	FOO				0
PO0030	FLETAN NOIR FILET	FOO				0
PO0031	LIEU JAUNE BRUT	FOO				0
PO0032	LIEU JAUNE FILET	FOO				0
PO0033	LINGUE BRUT	FOO				0
PO0034	LINGUE FILET	FOO				0
PO0035	ESTURGEON FILET AVEC PEAU	FOO				0
PO0036	ESTURGEON FILET SANS PEAU	FOO				0
PO0037	LOUP DE MER BRUT	FOO				0
PO0038	LOUP DE MER FILET	FOO				0
PO0039	LOTTE 4 +	FOO				0
PO0040	LOTTE 2/4	FOO				0

PO0041	LOTTE 1/2	FOO				0
PO0042	LOTTE 0.5/1	FOO				0
PO0043	LOTTE 0.3/0.5	FOO				0
PO0044	LOTTE 0.2/0.3	FOO				0
PO0045	MERLAN BRUT	FOO				0
PO0046	MERLAN FILET AVEC PEAU	FOO				0
PO0047	MERLAN FILET SANS PEAU	FOO				0
PO0048	HARENG	FOO				0
PO0049	OMBLE CHEVALIER	FOO				0
PO0050	PLIE BRUT	FOO				0
PO0051	PLIE FILET AVEC PEAU	FOO				0
PO0052	PLIE FILET SANS PEAU	FOO				0
PO0053	RAIE 300/400	FOO				0
PO0054	RAIE 200/300	FOO				0
PO0055	RAIE 100/200	FOO				0
PO0056	ROUGET GRONDIN	FOO				0
PO0057	ROUGET FILET	FOO				0
PO0058	ROUGET BARBET (méditerranée)	FOO				0
PO0059	SAINT-PIERRE	FOO				0
PO0060	SAUMON 2/3	FOO				0
PO0061	SAUMON 3/4	FOO				0
PO0062	SAUMON 4/5	FOO				0
PO0063	SAUMON 5/6	FOO				0
PO0064	SAUMON 6/7/8/9	FOO				0
PO0065	SOLE 2+	FOO				0
PO0066	SOLE 2-	FOO				0
PO0067	SOLE 3 +	FOO				0
PO0068	SOLE 3 -	FOO				0
PO0069	SOLE 4	FOO				0
PO0070	SOLE 5	FOO				0
PO0071	SOLE 6	FOO				0

PO0072	SOLE 7	FOO				0
PO0073	SOLE ATLANTIQUE	FOO				0
PO0074	SOLE ATLANTIQUE FILETS	FOO				0
PO0075	SOLE LIMANDE GRAND (300-500)	FOO				0
PO0076	SOLE LIMANDE (100-300)	FOO				0
PO0077	TURBOT 5 +	FOO				0
PO0078	TURBOT 4/5	FOO				0
PO0079	TURBOT 3/4	FOO				0
PO0080	TURBOT 2/3	FOO				0
PO0081	TURBOT 1/2	FOO				0
PO0082	TURBOT -2	FOO				0
PO0083	BAR	FOO				0
PO0084	PERCHE	FOO				0
PO0085	FILET DE BERYX	FOO				0
PO0086	FILET DE BAR VICTORIA	FOO				0
PO0087	TRUITE	FOO				0
PO0088	TRUITE SAUMONEE 1/2	FOO				0
PO0089	TRUITE SAUMONEE 2/3	FOO				0
PO0090	TRUITE SAUMONEE -1	FOO				0
PO0091	TRUITE SAUMONEE 4/5	FOO				0
PO0092	BROCHET	FOO				0
PO0093	SANDRE	FOO				0
PO0094	SARDINES	FOO				0
PO0095	MAATJES	FOO				0
PO0096	CARPE	FOO				0
	<b>TRIPERIE</b>					
TRI001	BAUDRUCHE DE BOEUF	FOO				0
TRI002	CERVELLE D'AGNEAU	FOO				0
TRI003	CERVELLE DE BOEUF	FOO				0
TRI004	CERVELLE DE PORC	FOO				0
TRI005	CERVELLE DE VEAU	FOO				0

TRI006	FOIE DE PORC	FOO				0
TRI007	FOIE DE VEAU	FOO				0
TRI008	FOIE DE VOLAILLE	FOO				0
TRI009	LANGUE AGNEAU	FOO				0
TRI010	LANGUE DE BOEUF	FOO				0
TRI011	LANGUE DE PORC	FOO				0
TRI012	LANGUE DE VEAU	FOO				0
TRI013	PIED DE PORC	FOO				0
TRI014	PIED DE VEAU	FOO				0
TRI015	ROGNON AGNEAU	FOO				0
TRI016	ROGNON DE BOEUF	FOO				0
TRI017	ROGNON DE PORC	FOO				0
TRI018	ROGNON DE VEAU	FOO				0
TRI020	TETE DE BOEUF	FOO				0
TRI021	TETE DE PORC	FOO				0
TRI022	TETE DE VEAU	FOO				0
TRI023	TOILETTES DE PORC (CREPINE)	FOO				0
TRI024	TOILETTES DE VEAU	FOO				0
TRI025	BOYAUX CHINOIS CALIBRES	FOO				0
TRI026	BOYAUX MOUTON	FOO				0
TRI027	RIS DE VEAU	FOO				0
TRI028	RIS D'AGNEAU	FOO				0
TRI029	SANG DE PORC	FOO				0
	<b>VIANDE AGNEAU</b>					
VA0001	BARON AGNEAU	FOO				0
VA0002	CARRE RACCOURCI 8 COTES	FOO				0
VA0003	COLLIER	FOO				0
VA0004	EPAULE AVEC OS	FOO				0
VA0005	EPAULE SANS OS	FOO				0
VA0006	GIGOT AVEC OS	FOO				0
VA0007	LAMP SHOP	FOO				0

VA0008	MUTTON SHOP	FOO				0
VA0009	NOISETTE (SELLE+TRAIN DE COTES DESOSSE)	FOO				0
VA0010	POITRINE	FOO				0
VA0011	SELLE D'AGNEAU (selle anglaise).	FOO				0
	<b>VIANDE BOEUF</b>					
VB0001	ALOYAU	FOO				0
VB0004	ARAIGNEE	FOO				0
VB0005	BAVETTE BOUILLI	FOO				0
VB0006	BEEFSTEACK I	FOO				0
VB0007	BEEFSTEACK II	FOO				0
VB0008	BOUILLI FLANCHET AVEC OS	FOO				0
VB0009	BOUILLI FLANCHET SANS OS	FOO				0
VB0010	CARBONNADE	FOO				0
VB0011	CHAPEAU DE CURE	FOO				0
VB0012	COLLIER	FOO				0
VB0013	DIAPHRAGME ONGLET	FOO				0
VB0014	FAUX-FILET EPAULE	FOO				0
VB0015	FILET D'ANVERS	FOO				0
VB0016	FILET PUR ENTIER	FOO				0
VB0020	GROSSE CUISSE BOEUF BARONNET	FOO				0
VB0021	GROSSE CUISSE BOEUF TACHE NOIRE	FOO				0
VB0022	GROSSE TETE OBUS	FOO				0
VB0023	GROSSE TETE PLAT GROS COTE	FOO				0
VB0024	GROSSE TETE AIGUILLETTE	FOO				0
VB0025	JARRET BOEUF SANS OS	FOO				0
VB0026	JARRET BOEUF AVEC OS	FOO				0
VB0027	JOUE DE BOEUF	FOO				0
VB0028	PETIT-NERF ROTI	FOO				0
VB0029	PETIT-NERF BRAISE	FOO				0
VB0030	PLATES COTES DE BOEUF	FOO				0

VB0031	PLATE CUISSE ROTI	FOO				0
VB0032	PLATE CUISSE VIANDE POUR AMERICAIN	FOO				0
VB0033	QUEUE BOEUF	FOO				0
VB0034	TRAIN DE COTES CONTRE-FILET ROTI	FOO				0
VB0035	TRAIN DE COTE ENTRECOTE 2 CTS	FOO				0
VB0036	T.COTES CONTRE-FILET 2 CTS	FOO				0
VB0037	T.COTES CONTRE-FILET ENTRECOTE MINUTE	FOO				0
VB0038	T.COTE COTE A L'OS PORTIONNEE 1 CT	FOO				0
VB0039	T.COTE COTE A L'OS 2 CTS	FOO				0
VB0040	T.COTE COTE A L'OS 4 CTS	FOO				0
VB0041	SPIERINGUE VIANDE POUR AMERICAIN	FOO				0
VB0042	POINTE DE BOEUF ENTIERE	FOO				0
VB0043	OS DE BOEUF	FOO				0
VB0044	OS A MOELLE	FOO				0
VB0045	GRAISSE DE ROGNON DE BOEUF	FOO				0
VB0046	MOELLE DE BOEUF	FOO				0
	<b>CHARCUTERIE</b>					
VCH001	BACON FUME	FOO				0
VCH002	JAMBON BLANC D.D.	FOO				0
VCH003	JAMBON BRAISE	FOO				0
VCH004	JAMBON EPAULE ORDINAIRE	FOO				0
VCH005	JAMBON EPAULE D.D.	FOO				0
VCH006	JAMBON DE BAYONNE	FOO				0
VCH007	JAMBON DE PARME	FOO				0
VCH008	JAMBON DE PAYS COBOURG FUME	FOO				0
VCH009	JAMBON DE PAYS COBOURG SALE	FOO				0
VCH010	LARD AU JAMBON	FOO				0
VCH011	LARD FUME	FOO				0
VCH012	LARD SALE	FOO				0
VCH013	NOIX FUMEE	FOO				0

VCH014	MORTADELLE	FOO				0
VCH015	SALAMI AVEC AIL	FOO				0
VCH016	SAUCISSON AU JAMBON	FOO				0
VCH017	SAUCISSON MILAN	FOO				0
VCH018	SAUCISSON PARIS	FOO				0
VCH020	CHOUCROUTE CRUE	BEV				0
VCH021	SAUCISSES FRANCFORT	FOO				0
VCH022	SAUCISSES PORC ET VEAU	FOO				0
	<b>GIBIER</b>					
VG0001	CAILLE	FOO				0
VG0002	FAISAN COQ	FOO				0
VG0003	FAISAN POULE	FOO				0
VG0004	PERDRIX	FOO				0
VG0005	LIEVRE ENTIER	FOO				0
VG0006	LIEVRE RABLE	FOO				0
VG0007	LIEVRE CIVET	FOO				0
VG0008	CHEVREUIL CIVET	FOO				0
VG0009	CHEVREUIL COTES	FOO				0
VG0010	CHEVREUIL EPAULE	FOO				0
VG0011	CHEVREUIL GIGUE	FOO				0
VG0012	MARCASSIN CIVET	FOO				0
VG0013	MARCASSIN EPAULE	FOO				0
VG0014	MARCASSIN COTE	FOO				0
VG0015	MARCASSIN GIGUE	FOO				0
VG0016	BICHE	FOO				0
VG0017	OS ET PARURES DE GIBIERS	FOO				0
	<b>VOLAILLE</b>					
VO0000	AILERONS,CARCASSE DE VOLAILLES	FOO				0
VO0001	DINDE ENTIERE	FOO				0
VO0002	DINDE ESCALOPE	FOO				0

VO0003	DINDONNEAU (ROTI)	FOO				0
VO0004	DINDONNEAU (ROULE)	FOO				0
VO0005	CANARD ENTIER (caneton)	FOO				0
VO0006	CANARD GRAISSE	FOO				0
VO0007	CANARD GESIER	FOO				0
VO0008	CANARD MAGRET	FOO				0
VO0009	PINTADE	FOO				0
VO0010	PINTADEAU	FOO				0
VO0011	POULET DE GRAIN 2 CTS	FOO				0
VO0012	POULET 4 CTS	FOO				0
VO0013	POULET CHAPON	FOO				0
VO0014	POULE BOUILLIR	FOO				0
VO0015	POUSSIN	FOO				0
VO0016	POULET CUISSE	FOO				0
VO0017	POULET SUPREME	FOO				0
VO0018	LAPIN ENTIER	FOO				0
VO0019	LAPIN ENTIER POUR PREPARATIONS DIVERSES	FOO				0
VO0020	LAPIN CUISSE	FOO				0
VO0021	LAPIN RABLE	FOO				0
VO0022	FOIE GRAS DE CANARD CRU	FOO				0
VO0023	COQ	FOO				0
VO0024	PIGEONNEAU	FOO				0
VO0025	OIE ENTIERE	FOO				0
VO0026	CUISSES DE CANARD	FOO				0
VO0027	PILON DE DINDE	FOO				0
VO0028	HAUT DE CUISSE DE DINDE	FOO				0
	<b>VIANDE PORC</b>					
VP0001	CARBONNADE PORC	FOO				0
VP0002	ALOYAU DE PORC	FOO				0
VP0004	CARRE COTES AU FILET 200 GR	FOO				0



VP0005	CARRE COTE A MANCHE	FOO				0
VP0006	CARRE DE PORC DESOSSE ROTI	FOO				0
VP0007	CARRE COTE AU FILET	FOO				0
VP0008	CARRE COTES AU SPIERINGUE	FOO				0
VP0009	EPAULE ENTIERE DESOSSEE DECOUENNEE	FOO				0
VP0010	FILET PUR PORC	FOO				0
VP0011	EPAULE ENTIERE NON DESOSSEE	FOO				0
VP0012	GRAS DE GORGE	FOO				0
VP0013	JAMBON ENTIER POUR SALAGE	FOO				0
VP0014	JAMBONNEAU COUPE	FOO				0
VP0015	LARD GRAS DORSAL	FOO				0
VP0016	LARD POITRINE	FOO				0
VP0017	POITRINE FRAICHE	FOO				0
VP0018	ROTI AU CARRE	FOO				0
VP0019	ROTI SPIERINGUE	FOO				0
VP0020	ROTI EPAULE	FOO				0
VP0021	ROTI JAMBON	FOO				0
VP0022	SAINDOUX	FOO				0
VP0023	COUENNES DE PORC	FOO				0
VP0024	COCHON DE LAIT	FOO				0
	<b>VIANDE VEAU</b>					
VV0001	BLANQUETTE VEAU AVEC OS	FOO				0
VV0002	BLANQUETTE DE VEAU SANS OS	FOO				0
VV0003	CARRE VEAU NON DESOSSE	FOO				0
VV0004	CARRE DE VEAU :COTE	FOO				0
VV0005	EPAULE DE VEAU POUR ROTI	FOO				0
VV0006	EPAULE (POUR FARCIR)	FOO				0
VV0007	ESCALOPE VEAU	FOO				0
VV0008	FILET DE VEAU	FOO				0
VV0009	FRICASSEE (POITRINE)	FOO				0

VV0010	GRENADIN (COTE DESOSSEE)	FOO				0
VV0011	JARRET (OSSO-BUCCO)	FOO				0
VV0012	LONGE DE VEAU (1/2 SELLE)	FOO				0
VV0013	MEDAILLON (FILET)	FOO				0
VV0014	NOIX DE VEAU	FOO				0
VV0015	OS DE VEAU	FOO				0
VV0016	PICCATA	FOO				0
VV0017	POITRINE POUR FARCIR	FOO				0
VV0018	ROGNONNADE (LONGE + ROGNONS)	FOO				0
VV0019	SAUTE SIMPLE	FOO				0
VV0020	SAUTE MIXTE (Ragoût)	FOO				0
VV0021	SELLE AVEC OS	FOO				0
VV0022	TENDRONS DE VEAU	FOO				0
VV0023	ALOYAU DE VEAU	FOO				0

**39. LES NORMES H.A.C.C.P.(dossier réalisé par Mr. Jacques Charlier chef d'atelier à I.P.Ciney) :**

**39.1.HYGIENE ET SECURITE ALIMENTAIRE :**

**39.1.1. CE QUE DIT LA LOI. :**

**TOUS LES ALIMENTS VENDUS  
DOIVENT ETRE  
SAINS et NON CONTAMINES.**  
Vous êtes **civilement** et **pénalement**  
**responsables** des problèmes subis par les  
clients qui consomment chez vous.

**CIVILEMENT**  
Vous devrez réparer le mal fait à autrui  
du fait de  
votre responsabilité.  
**PENALEMENT**  
Si vous ne respectez pas  
la LOI,  
vous serez puni.

### 39.1.2.POURQUOI UN ALIMENT PEUT-IL DEVENIR TOXIQUE ?

LES MICROBES

=

champignons

bactéries

virus.

Certains sont **utiles**,  
D'autres sont **dangereux**.

POURQUOI UN ALIMENT PEUT-IL PROVOQUER UNE  
INFECTION ALIMENTAIRE TOXIQUE ?

Quand les conditions d'hygiène ne sont pas respectées :

Les bactéries, organismes vivants qui peuvent rendre malade, ou tuer, se reproduisent très vite. Elles produisent une toxine organisme ou produit non vivant qui peut rendre malade ou tuer.

On est malade quelques heures seulement après avoir mangé l'aliment contaminé.

Un aliment cuit peut provoquer une infection alimentaire toxique  
Car à 20°C, le staphylocoque doré se multiplie et produit une toxine.

A 60°C, il meurt mais pas sa toxine

Pour la détruire, il faut porter l'aliment à **120°C pendant 20'**

#### Les microbes utiles

##### **Bactéries**

yaourt, vinaigre, beurre, ...

##### **Moisissures**

fromages bleus, vins blancs liquoreux, ..

##### **Levures**

pain, vin, bière

Les microbes dangereux

**Bactéries pathogènes :**

**Elles ne modifient ni le goût, ni l'aspect, ni la couleur.  
Certaines produisent une toxine qui les rend plus dangereux encore.**

**+ le local est sale, + il y a de microbes, et  
+ le danger est grand !.**

**Les bactéries pathogènes  
rendent malades et peuvent tuer! ! !**

**Bactéries pathogènes :  
les staphylocoques dorés.**

**Se trouvent sur : la peau et le cuir chevelu  
La salive  
Les intestins et les matières fécales**

**Vous risquez de contaminer les aliments,  
En éternuant, postillonnant, en les manipulant  
avec des mains infectées :**

**Vos clients risquent des infections, des furoncles,  
des diarrhées, des vomissements**

**Si vous avez une infection de la peau, vous devez  
porter des gants étanches..**

**Bactéries pathogènes : les salmonelles.**

**Se trouvent dans :Intestins de l'homme et des animaux  
oeufs  
préparations à base de lait  
végétaux crus  
fruits de mer**

**Pour éviter de contaminer les aliments,  
il faut se laver les mains après avoir manipulé :  
des œufs, légumes, fruits de mer, poubelles et en  
sortant des toilettes.**

**SINON : risque de fièvre, diarrhée, vomissement,  
déshydratation pouvant provoquer la MORT.**

**Bactéries pathogènes :**

**Le clostridium perfringens.**

**Se trouvent dans : l'air, la poussière, les intestins, les matières fécales,  
les légumes, les conserves mal stérilisées, la sciure de bois.**

**Cette bactérie se reproduit MÊME à l'abri de l'air.**

**Il est interdit**

- **d'étendre de la sciure de bois dans la cuisine.**
- **de balayer à sec à cause de la poussière.**

**Il est obligatoire de**

- **se laver les mains en sortant des toilettes, après manipulation de  
viscères d'animaux, de légumes et fruits frais.**

**Si non, douleurs au ventre, diarrhée, mais aussi crise d'appendicite.**

Bactéries pathogènes :

**Le bacille botulinique.**

**Se trouvent dans : l'air, l'eau, le sol, les conserves mal stérilisées, les salaisons, les intestins.**

**Cette bactérie peut vivre sans air.**

**Attention aux conserves mal stérilisées !!**

**Il provoque troubles de la vue, la bouche sèche, paralysie et la MORT**

Bactéries pathogènes :

**Les listéria**

**Se trouvent dans : l'eau, le sol, fruits et légumes crus, fromages, viandes crues, charcuteries.**

**Elle provoque des méningites (infection de l'enveloppe du cerveau), des encéphalites (infection du cerveau), des septicémies (infection du sang et de l'organisme), des fortes fièvres, des avortements**

Les bactéries pathogènes peuvent être **TRES** dangereuses car elles se reproduisent

**TRES TRES vite.**

**Elles se divisent en 2 toutes les 20 minutes.**

Après 1 heure	8 bactéries
Après 2 heures	64 bactéries
Après 3 heures	512 bactéries
Après 4 heures	4096 bactéries
Après 7 heures	plus de 2.000.000 de bactéries.

Mais au départ, il en existe déjà des millions, après 7 heures il y en aura des milliards.

Alors **PRUDENCE**

QUI TRANSMET LES BACTERIES ?

**Les personnes contaminées**

**ET**

**Les personnes saines**

**Certaines personnes saines n'ont aucun symptôme de la maladie et restent toujours en pleine forme : elles ont des défenses naturelles suffisamment fortes pour limiter la multiplication des microbes. Mais elles en portent et peuvent donc en contaminer d'autres.**

**DONC tout le monde doit avoir une grande hygiène personnelle et appliquer des règles d'hygiène strictes !**

**C'est pourquoi certaines personnes sont appelées à se présenter à un médecin du travail pour un dépistage.**

QUE FAIRE POUR RALENTIR LE  
DEVELOPPEMENT DES BACTERIES PATHOGENES ?

**IL FAUT ÊTRE PROPRE**

- SUR SOI
- SUR LES MAINS
- DANS SON TRAVAIL

Elles aiment la saleté des poubelles, l'eau et la chaleur  
entre 20 et 40 °C.

Elles n'aiment pas le vinaigre. Elles n'aiment pas le froid,  
donc il faut toujours garder les aliments le plus longtemps  
en # froide.

### **39.1.3.QUELLES PRÉCAUTIONS FAUT-IL PRENDRE POUR QU'UN ALIMENT RESTE SAIN ?:**

UN ALIMENT CUIT PEUT DEVENIR DANGEREUX  
Si les conditions d'hygiène ne sont pas respectées car les  
bactéries se reproduisent très vite.

Il faut conserver au frais **LE PLUS LONGTEMPS**  
**POSSIBLE** les aliments crus **ET** les préparations.

Il faut conserver un aliment à des températures **inférieures à**  
**20°C** ou **supérieures à 40°C**.

Il faut **désinfecter** les planches, les poignées, les plans de  
travail.

L'eau stagnante doit être aspirée avec **un aspirateur à eau**.  
**Il faut entretenir le matériel d'entretien !!**

POUR SE PROTEGER DES MICROBES, ON UTILISE DES  
AGENTS ANTI-MICROBIENS

**LES ANTIBIOTIQUES**

A base de pénicilline,

**LES SULFAMIDES**

Purement chimique

**LES ANTISEPTIQUES**

Savons bactéricides, alcool à 90°, eau oxygénée, bétadine, sont utilisés  
sur les tissus vivants comme la peau

**LES DESINFECTANTS**

Eau de javel, Suma D10, ammoniacale sont utilisés pour désinfecter les  
plans de travail, les planches à découpe, la vaisselle, la verrerie. **MAIS**  
ils sont toxiques : **il faut donc rincer**.

**LES ADDITIFS**

Comme l'acide citrique, E249, E250 251 252

### LES BONS GESTES QUI SAUVENT

- Prendre sa douche le matin
- Porter une tenue professionnelle propre
- Porter une toque et un tour de cou pour la transpiration
  - Oter tous ses bijoux
  - Tenir sa trousse de couteaux en parfait état
    - Ne pas fumer
    - Ne pas cracher
- Gouter avec une cuillère qui doit être lavée après chaque usage, pas avec les doigts !!
  - Ne pas balayer à sec car poussières
- Ne pas utiliser de la sciure de bois pour absorber les graisses
  - Se laver les mains toutes les 20 à 30 minutes

### LA MARCHÉ EN AVANT

Respecte les normes d'hygiène

1 LIVRAISON

2. CONTRÔLE QUALITE ET QUANTITE

3. STOCKAGE ECONOMAT ou CHAMBRE FROIDE

4. MISE EN PLACE PAR GROUPE volailles-poissons-viandes-légumes

5. MISE EN PLACE OFFICE

6 FINITION DES METS

7 SERVICE EN SALLE

8 PLONGE OFFICE ET CUISINE

9 OFFICE/ RANGEMENT

Une marchandise sale ne doit jamais croiser une marchandise propre !!!!

élimination des emballages

DECHETS

DECHETS

VOIRIE



## **QUAND FAUT-IL SE LAVER LES MAINS en milieu professionnel ?**

---

- **APRES ÊTRE ALLÉ AUX TOILETTES, S'ÊTRE MOUCHE, AVOIR ÉTERNUE, FUMÉ, AVOIR NETTOYÉ DU MATÉRIEL.**
- **APRES AVOIR MANIPULÉ DES DENRÉES ALIMENTAIRES BRUTES : poissons, volaille, viandes, légumes, ..**
- **PENDANT ET APRES LA PRÉPARATION DES RECETTES :**  
par exemple sauce mayonnaise (œufs et huile en bouteille) ou viande hachée, abats, ..
- **APRES DES MANIPULATIONS D'OBJETS DIVERS**  
Par exemple Poubelles, Caisses à légumes, Emballages, ..

## **COMMENT BIEN SE LAVER LES MAINS !**

---

- 1. FAIRE COULER DE L'EAU.**
- 2. METTRE SUR SES MAINS DU SAVON BACTÉRICIDE.**
- 3. FROTTER LES MAINS ET LES AVANT-BRAS PENDANT 20''**
- 4. SE BROSSER LES ONGLES SOIGNEUSEMENT**
- 5. SE SECHER AVEC UNE SERVIETTE EN PAPIER HOSTESS**
- 6. FERMER LE ROBINET AVEC LA MÊME SERVIETTE HOSTESS**
- 7 NETTOYER L'ÉVIER AVEC LA MÊME SERVIETTE**

## 39.2. L'IMPORTANCE DES TEMPÉRATURES :

### 39.2.1. LE FROID :

#### LA CHAÎNE DU FROID

Réfrigérer des plats préparés pour les conserver au frais  
Signifie faire descendre la T° à cœur le plus rapidement possible en dessous des 10°C car la zone critique se situe entre 50 et 10°C.

Méthode

- Ne jamais placer un aliment chaud au réfrigérateur car cela entraîne une hausse de T° à l'intérieur du met.
- Scinder les aliments en petites portions de max 5 litres ou kilos.
  - Ne pas superposer sur une hauteur de plus de 5 cm.
  - Mélanger régulièrement le produit.
- Ne recouvrir un plat que quand il est refroidi. PAS AVANT !
- Etiqueter, càd nom, date de mise au frais et date ultime de consommation si le plat n'est pas utiliser le jour même.

La congélation crème glacée et produits surgelés  
-20 à -18°C produits gras 3 mois, les autres 6 mois

#### La réfrigération

# froide : 0 à 3°C poissons et viandes hachées 1 jour  
autres produits quelques jours.

Frigo : 4 à 6°C pâtisserie avec crème 2 jours

Légumes et fruits 1 semaine, beurre, margarine et œufs 3 à 6 semaines

**IL FAUT CONTRÔLER LA T° TOUS LES JOURS.**

#### LA CHAÎNE DU FROID

Régénérer signifie réchauffer des aliments jusqu'à une T° minimale de 65°C. Cela peut se faire en casserole, four, micro-ondes, combi steamer, ou en eau bouillante.

#### Méthode

- Réchauffer le plus rapidement possible.
- Le faire juste avant la consommation.
- Ne pas réchauffer au bain-marie qui sert à garder chaud.
  - Mélanger régulièrement.

### **39.2.2.LE CHAUD :**

#### **LA CHAINE DU CHAUD**

**La T° clé, à cœur, pour une préparation chaude est 65°C.**  
Chauffer un aliment à 80°C pendant 10' suffit pour éliminer la plupart des bactéries nocives.

Attention : l'appoint de cuisson saignant, bleu, rosé, ne permet pas d'atteindre cette T°. Idem pour les béarnaises, sabayons. **DONC**, il faut respecter très strictement les mesures d'hygiène pendant le stockage et la préparation. La confection doit se faire au dernier moment !

#### **FRIRE**

**Une T° élevée tue les bactéries.**  
**Mais elle ne peut pas dépasser 180°C sinon elle engendre la formation de produits chimiques nocifs.**

**Attention : La graisse doit être filtrée après chaque service car les restes d'aliments continuent de cuire jours après jours et des produits nocifs se forment, ce qui altèrent le bain de graisse. Il faut alors en changer plus souvent ce qui coûte très cher.**

**Lorsqu'on décide de changer la graisse, il faut la renouveler entièrement, plutôt que de compléter le niveau.**

#### **PARACHEVEMENT DE PLATS PREPARES A CHAUD**

**Un plat cuit, rôti, braisé, frit est stérile. Il faut maintenir cette situation le plus longtemps possible. C'est ce qu'on fera de ce plat plus tard qui présente un risque de contamination.**

**Toujours utiliser une planche à découper propre.**

**Utiliser des gants jetables plutôt que les mains.**

**Goûter avec un couvert propre.**

**Garnir juste avant de servir.**

**Utiliser une poche à douille jetable.**

**Servir les plats le plus rapidement possible.**

**Utiliser de l'essuie-tout pour nettoyer le bord des assiettes ou du plat, jamais un essuie de tissus.**

#### **LE SOUS-VIDE**

**Cuire sous vide et conditionner sous vide des aliments sont deux choses distinctes.**

**Sous-vide signifie qu'il n'y a plus d'air, et donc d'oxygène. Cependant, certaines bactéries, dites anaérobies, peuvent se développer dans ces conditions.**

**Cuire sous vide = emballer sous-vide, pasteuriser et conserver au frais. Grâce à la pasteurisation, la conservation est garantie 2 à 3 semaines.**  
**Conditionner sous vide = préparer traditionnellement et emballer sous-vide. Il n'y a pas de pasteurisation et la conservation n'est garantie que si les conditions d'hygiène sont parfaites.**

### **BAIN-MARIE**

Parce qu'il est impossible avec un bain-marie de passer rapidement de 10°C à 65°C, cet appareil ne sert pas à réchauffer mais à garder chaud.

REGLER LA T° sur 85°C

VERIFIER QUE LA T° DES METS  
= 65°C à cœur.

DUREE DE CONSERVATION A CETTE T° = **2 HEURES**

.Ensuite : poubelle.

### **LAVE-VAISSELLE**

Vérification hebdomadaire :

Eau de lavage = 55 à 65°C

Eau de rinçage= 85 à 90°C

Précautions d'hygiène

Un élève pour la vaisselle sale et un pour la propre  
Se laver les mains pour traiter de la vaisselle propre

Laisser égoutter et évaporer

**Utiliser au strict minimum l'essuie**

## 39.3.LA DESINFECTATION :

### **QUE SIGNIFIE DESINFECTER ?**

**Enlever les salissures**

+

**Supprimer les microbes des surfaces froides** des appareils, tables de travail, endroit de conservation, points de contact (càd robinets, poignées, tel., interrupteurs), qui ont été en contact avec de la nourriture. S'il s'agit d'un four ou d'un autre appareil qui chauffe à plus de 65°C, c'est la chaleur qui tuera les microbes.

### **QUAND FAUT-IL DESINFECTER ?**

**Chaque fois qu'il y a eu un contact alimentaire,**

- **à la fin d'une préparation**
- **et avant de passer à une autre recette**

## **Quel produit pour désinfecter les surfaces froides en contact avec de la nourriture ?**

Grandes surfaces : 5 L d'eau + 1 dose de D10 laisser agir 5 minutes

Petites surfaces : 1 vapo rempli d'eau jusqu'à l'épaulement + 1 dose de D10 laisser agir 30 secondes car plus concentré

## **ETAPES POUR DESINFECTER UNE CHAMBRE FROIDE**

1. Ôter les salissures visibles
2. Retirer grilles et barres de soutien
3. Prendre un seau avec 5 litres d'eau + 1 dose de D10
4. Laver les surfaces intérieures et extérieures avec un chiffon jaune propre
5. Laver les barres, grilles, poignées, de la même façon
6. Laver les joints en s'aidant de la grosse brosse jaune
  
7. Laisser agir 5 minutes ( 30 sec avec un vapo)
8. Racler les parois avec la petite raclette noire
9. Achever avec le chiffon jaune
10. Laisser sécher

## **ETAPES POUR DESINFECTER UNE SURFACE FROIDE**

1. Ôter les salissures visibles
2. Vaporiser avec D10
3. Prendre un chiffon JAUNE neuf bactérioseptique
4. Nettoyer avec ce chiffon en s'aidant d'un jex
5. Ramasser l'eau sale qui en résulte
6. Tuer les microbes en vaporisant à nouveau
7. Laisser agir 30 secondes
8. Ramasser l'eau avec le chiffon
9. Rincer avec un NOUVEAU chiffon PROPRE.
10. Sécher avec du papier absorbant OU utiliser une petite raclette noire et laisser sécher.

## **ETAPES POUR NETTOYER ET DESINFECTER LES ROBOTS**

après chaque utilisation ou avant de s'en servir pour un autre produit

1. Débrancher l'appareil
2. Démonter complètement la machine avec précaution
3. Eliminer les grosses salissures
4. Remplir un vapo avec une dose de D10
5. Vaporiser partout sauf branchements électriques
6. Laisser agir 30 secondes
7. Ramasser l'eau avec un chiffon jaune propre
8. Vaporiser le cordon électrique et la prise
9. Laisser agir 30 secondes

## LAVAGE DE LA VAISSELLE A LA MAIN

- Remplir le bac de plonge
- Ajouter 1 seule dose de D1 car le produit devient agressif pour les mains à plus fortes doses.

! Ne pas utiliser le savon pur sur une éponge  
car beaucoup trop concentré.

## NETTOYAGE DES SOLS, DES MURS ET DES SURFACES QUI NE DOIVENT PAS ETRE DESINFECTEES

•  
**1 seau de 10 litres rempli d'eau**  
+  
**1 seule dose de D2**

## ETAPES POUR NETTOYER LE SOL EN FIN DE SERVICE

1. Ne pas balayer !!!!!!!
2. Prendre un seau de 8 litres d'eau + 1 dose de D2
3. Répandre un peu d'eau sur le sol
4. Récurer avec la brosse jaune sans plier le dos et en posant les 6 rangées de poils bien à plat
5. Ramasser l'eau ET les crasses, les impuretés avec l'aspirateur à eau ; de cette façon, les joints des carrelages se vident, l'eau ne stagne pas et le sol sèche très vite.
6. Nettoyer toutes les parties de l'aspirateur en vidant les eaux usées dans la cours.

## 40. BIBLIOGRAPHIE

**Le guide de la cuisine** Escoffier Edition Flammarion

**Ma Cuisine** Escoffier Edition Flammarion

**Les sept péchés du chocolat** Laurent Scott et Thomas Dellhemmes Edition Du Seuil

**Le répertoire de la cuisine.** Th. Gringoire et L/ Saulnier Edition Flammarion

**Aide mémoire de l'apprenti cuisinier.** R.Labat Edition B.P.I.

**Le guide gourmand** Gérard, Paquot, Jasselette Edition de la Françité.

**Le guide de la viande** .Labar, Paquot Edition les maîtres artisans d'aujourd'hui.

**Le guide de la charcuterie artisanale** Defoing, Paquot Edition les maîtres artisans d'aujourd'hui.

**Le guide de la salaison et de la charcuterie culinaire** Nannan, Defoing, Paquot. Edition les maîtres artisans d'aujourd'hui.

**L'art culinaire français** Flammarion

**Le Larousse gastronomique.**

**Traite de charcuterie artisanale.** Cottenceau, Deport, Odeau Edition St Honoré

**L'envolée des saveurs** Loiseau Edition Hachette

**Cuisine de référence** Maincent Edition B.P.I.

**Technologie culinaire** Maincent Edition B.P.I

## **41. TABLE DES MATIERES :**

### **Table des matières**

<b>1. LEXIQUE CULINAIRE :.....</b>	<b>1</b>
<b>2. ORGANISATION D'UNE GRANDE CUISINE.....</b>	<b>23</b>
2.1. RÔLES, FONCTIONS ET RESPONSABILITES DE CHACUN DES MEMBRES :	23
2.1.1. <i>LE CHEF</i> :.....	23
2.1.2. <i>LE SOUS-CHEF</i> :.....	23
2.1.3. <i>L'ABOYEUR</i> :.....	24
2.1.4. <i>LE SAUCIER</i> :.....	24
2.1.5. <i>L'ENTREMETTIER</i> :.....	24
2.1.6. <i>LE RÔTISSSEUR</i> :.....	24
2.1.7. <i>LE POISSONNIER</i> :.....	25
2.1.8. <i>LE PÂTISSIER</i> :.....	25



2.1.9. LE COMMUNARD :	25
2.1.10. LE GARDE MANGER :	25
2.1.11. LE LEGUMIER :	26
2.1.12. LE PLONGEUR :	26
2.1.13. LE TOURNANT :	26
<b>3. LA TENUE PROFESSIONNELLE :</b>	<b>27</b>
3.1.LA REGLEMENTATION :	27
3.2. LES DIFFERENTS ELEMENTS DE LA TENUE PROFESSIONNELLE :	27
3.2.1. LA VESTE :	27
3.2.2. LE PANTALON :	27
3.2.3. LES COIFFES ( toques, calots, charlottes).....	27
3.2.4. LE TOUR DE COU :	28
3.2.5. LE TABLIER :	28
3.2.6. LES TORCHONS :	28
3.2.7. LES CHAUSSURES :	28
3.2.8. LES GANTS ALIMENTAIRES :	28
<b>4.LE MATRIEL PROFESSIONNEL :</b>	<b>30</b>
4.1.LE PETIT MATERIEL :	30
4.2.LA COUTELLERIE : LES OUTILS DE BASE.....	31
4.3.LA BATTERIE DE CUISINE :	32
<b>5.LES SAUCES :</b>	<b>33</b>
5.1.LES FONDS DE CUISINE :	33
5.1.1.LES FONDS CLAIRS :	33
5.1.1.1. LE FONDS BLANC :	33
5.1.1.2. LE FONDS DE VOLAILLE :	34
5.1.1.3. LE FUMET DE POISSON AU VIN BLANC :	35
5.1.1.4. LE FUMET DE POISSONS AU VIN ROUGE :	36
5.1.1.5. TABLEAU RECAPITULATIF D'ELABORATION DES FONDS DE BASES CLAIRS :	37
5.1.1.5.1.FONDS BLANC ET FONDS DE VOLAILLE :	37

5.1.1.5.2. FUMET DE POISSON AU VIN BLANC ET AU VIN ROUGE :....	38
5.1.2. <i>LES FONDS FONCES</i> :.....	39
5.1.2.1. LE FONDS BRUN :.....	39
5.1.2.2. LE JUS DE VEAU BRUN :.....	40
5.1.2.3. LE JUS DE VEAU BRUN LIE ET TOMATE :.....	41
5.1.2.4. LE FONDS DE GIBIER :.....	42
5.1.2.5. TABLEAU RECAPITULATIF D'ELABORATION DES FONDS DE BASES FONCES :	43
5.1.3. <i>LES GLACES</i> :.....	44
5.1.3.1. LA GLACE DE VIANDE :.....	44
5.1.3.2. LA GLACE DE VOLAILLE:.....	44
5.1.3.3. LA GLACE DE GIBIER :.....	44
5.1.3.4. LA GLACE DE POISSON :.....	44
5.1.4. <i>LES ESSENCES</i> :.....	45
5.1.4.1. LES ESSENCES DE POISSONS :.....	45
5.1.4.2. LES ESSENCES DIVERSES :.....	45
5.1.5. <i>LES ROUX</i> :.....	46
5.1.5.1. LE ROUX BRUN :.....	46
5.1.5.2. LE ROUX BLOND :.....	46
5.1.5.3. LE ROUX BLANC :.....	47
5.2. LES SAUCES DE BASES :.....	48
5.2.1. <i>LES SAUCES TIREES DES FONDS DE BASES</i> :.....	48
5.2.1.1. LES SAUCES SINGEES :.....	48
5.2.1.1.1. LA SAUCE ESPAGNOLE :.....	48
5.2.1.1.2. LA SAUCE TOMATE :.....	49
5.2.1.1.3. LA SAUCE POIVRADE :.....	50
5.2.1.1.3.1 LA SAUCE POIVRADE : (méthode Escoffier).....	50
5,2.1.1.3.2. LA SAUCE POIVRADE : (méthode actuelle).....	50
5.2.1.1.4. TABLEAUX RECAPITULATIFS D'ELABORATION DES SAUCES DE BASES SINGEES :	52
5.2.1.2. LES SAUCES VELOUTES :.....	53
5.2.1.2.1. LA SAUCE BLANCHE GRASSE OU VELOUTE ORDINAIRE :..	53
5.2.1.2.2. LE VELOUTE DE VOLAILLE :.....	53

5.2.1.2.3. LE VELOUTE DE POISSON :.....	53
5.2.1.2.4. TABLEAU RECAPITULATIF D'ELABORATION DES SAUCES DE BASES VELOUTES :	54
5.3. LES SAUCES MERES :.....	55
5.3.1. LES SAUCES MERES TIREES DES FONDS DE BASES :.....	55
5.3.1.1. LA SAUCE DEMI-GLACE. :.....	55
5.3.1.1.1. LA SAUCE DEMI-GLACE (ANCIENNE METHODE) :.....	55
5.3.1.1.2. LA SAUCE DEMI-GLACE (NOUVELLE METHODE) A:.....	55
5.3.1.1.3. LA SAUCE DEMI-GLACE (NOUVELLE METHODE) B:.....	56
5.3.1.1.4. TABLEAU RECAPITULATIF DE L'ELABORATION DE LA SAUCE DEMI-GLACE :	56
5.3.2. LES SAUCES MERES TIREES DES SAUCES DE BASE :.....	57
5.3.2.1. LA SAUCE PARISIENNE (ex. ALLEMANDE) :.....	57
5.3.2.2. LA SAUCE SUPREME :.....	57
5.3.2.3. LA SAUCE VIN BLANC :.....	57
5.3.2.4. TABLEAU RECAPITULATIF D'ELABORATION DES SAUCES MERES TIREES DES FONDS DE BASES. :	59
FONDS BLANC.....	59
5.3.3. LES SAUCES MERES NON-TIREES DES FONDS DE BASES :.....	60
5.3.3.1. LA SAUCE BECHAMEL :.....	60
5.3.3.1.1. LA SAUCE BECHAMEL (ANCIENNE METHODE) :.....	60
5.3.3.1.2. LA SAUCE BECHAMEL (NOUVELLE METHODE ) :.....	61
5.3.3.1.3. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA TECHNIQUE DE LIAISON D'UNE SAUCE AU ROUX :	62
5.3.3.2. LES SAUCES EMULSIONNÉES :.....	63
5.3.3.2.1. LES SAUCES EMULSIONNEES FROIDES :.....	63
5.3.3.2.1.1. LES EMULSIONS INSTABLES :.....	63
5.3.3.2.1.1.1. LA SAUCE VINAIGRETTE :.....	63
5.3.3.2.1.1.2. LE COULIS DE TOMATES :.....	64
5.3.3.2.2. LES EMULSIONS STABLES :.....	65
5.3.3.2.3. LA MAYONNAISE. :.....	65
5.3.3.2.4. LES SAUCES EMULSIONNEES CHAUDES :.....	66
5.3.3.2.4.1. LA SAUCE HOLLANDAISE :.....	66
5.3.3.2.4.2. LA SAUCE BEARNAISE :.....	66
5.4. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE L'ELABORATION DES SAUCES :.....	68

5.4.1. DES FONDS DE BASES AUX SAUCES MERES :.....	68
SAUCE DE BASE.....	69
5.4.2. LES SAUCES MERES NON-TIREES DES FONDS DE BASES :.....	70
5.5. LES PETITES SAUCES BRUNES. COMPOSEES ET DE REDUCTION :.....	71
5.6. LES PETITES SAUCES BLANCHES COMPOSEES ET DE REDUCTION :....	77
5.7. LES SAUCES FROIDES :.....	86
5.8. LES BEURRES :.....	89
5.8.1. LES BEURRES COMPOSÉS SIMPLES, À BASE D'ÉLÉMENTS CUITS OU CRUS :	89
5.8.1.1. GÉNÉRALITÉS :.....	89
5.8.1.2. TABLEAU SYNOPTIQUE DU TRAVAIL DES BEURRES :.....	93
5.8.2. LES BEURRES COMPOSES EMULSIONNES :.....	94
5.8.2.1. LE BEURRE BLANC (4 couverts) :.....	94
5.8.2.2. LE BEURRE LIE :.....	95
5.8.2.3. TABLEAU RECAPITULATIF DU TRAVAIL DES BEURRES EMULSIONNES :	95
<b>6. LES ŒUFS :.....</b>	<b>96</b>
6.1. LES ŒUFS CUITS EN COQUES. :.....	99
6.1.1. ŒUF À LA COQUE :.....	99
6.1.2. ŒUF MOLLET :.....	99
6.1.3. ŒUF DUR :.....	99
6.1.4. TABLEAU RÉCAPITULATIF DE LA CUISSON DES ŒUFS EN COQUE :100	
ŒUF COQUE.....	100
ŒUF DUR.....	100
RAFRAÎCHIR.....	100
6.2. LES ŒUFS CUITS HORS COQUE ET NON MÉLANGÉS :.....	101
6.2.1. ŒUF COCOTTE :.....	101
6.2.2. ŒUF POCHÉ :.....	101
6.2.3. ŒUF SUR LE PLAT :.....	102
6.2.4. ŒUF POÊLE :.....	102
6.2.5. ŒUF FRIT :.....	102

6.2.6. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES ŒUFS HORS COQUE ET NON-MELANGES HORS MATIERE GRASSE :.....103

Déposer l'œuf.....103

6.2.7. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES ŒUFS HORS COQUE ET NON-MELANGES - CUIITS DANS UNE MATIERE GRASSE :.....104

6.3. LES ŒUFS CUIITS HORS COQUE ET MÉLANGÉS :.....105

6.3.1. ŒUF BROUILLÉ :.....105

6.3.2. OMELETTE :.....105

6.3.3. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES ŒUFS HORS COQUE ET MELANGES : 107

**7. LES HORS D'ŒUVRES :.....108**

7.1. LES HORS-D'ŒUVRE FROIDS. :.....108

7.1.1. GÉNÉRALITÉS :.....108

7.1.2. DIFFERENTS HORS D'ŒUVRE FROIDS.....108

7.1.2.1. LES ALLUMETTES :.....108

7.1.2.2. LES BARQUETTES :.....108

7.1.2.3. LES CANAPÉS :.....109

7.1.2.4. CAROLINES DIVERSES :.....109

7.1.2.5. LES DUCHESSES :.....110

7.1.2.6. FRUITS DE MER : .....110

7.1.2.7. LES HUÎTRES :.....110

7.1.2.8. LES LÉGUMES DIVERS :.....110

7.1.2.9. POISSONS DIVERS :.....110

7.1.2.10. LES SALADES :.....110

7.1.2.11. LES TOASTS :.....110

7.2. LES HORS-D'ŒUVRE CHAUDS :.....111

7.2.1. GENERALITES :.....111

7.2.2.. DIFFERENTS HORS-D'ŒUVRE CHAUDS :.....111

7.2.2.1. LES ALLUMETTES :.....111

7.2.2.2. LES ATTEREAUX :.....111

7.2.2.3. LES BARQUETTES :.....111

7.2.2.4. LES BEIGNETS :.....	112
7.2.2.5. LES BEURRECKX :.....	112
7.2.2.6. LES BOUCHÉES :.....	112
7.2.2.7. LES CAISSES DIVERSES :.....	112
7.2.2.8. LES CANNELONS :.....	112
7.2.2.9. LES BROCHETTES DIVERSES :.....	113
7.2.2.10. LES COQUILLES DIVERSES :.....	113
7.2.2.11. LES CÔTELETTES DIVERSES :.....	113
7.2.2.12. LES CROMESQUIS :.....	113
7.2.2.12.1. LES CROMESQUIS À LA FRANÇAISE : .....	113
7.2.2.12.2. LES CROMESQUIS A LA POLONAISE :.....	114
7.2.2.12.3. LES CROMESQUIS A LA RusSE :.....	114
7.2.2.13. LES CROQUETTES :.....	114
7.2.2.14. LES CROUSTADES :.....	114
7.2.2.14.1. CROUSTADE A BLANC : .....	114
7.2.2.14.2. CROUSTADE DE SEMOULE OU DE RIZ : .....	115
7.2.2.15. LES CROUSTADES EN POMME DUCHESSE :.....	115
7.2.2.16. LES FRITOTS DIVERS :.....	115
7.2.2.17.. LES MAZAGRANS :.....	115
7.2.2.18. LES APPRÊTS :.....	115
7.2.2.19. LES QUICHES :.....	116
7.2.2.20. LES RAMEQUINS :.....	116
7.2.2.21. LES RISSOLES :.....	116
7.2.2.22. LES SOUFLÉS :.....	117
7.2.2.23. LES TALMOUSES :.....	117
7.2.2.24. LES TARTELETTES :.....	117
<b>8. LES POMMES DE TERRE :.....</b>	<b>118</b>
8.1. GENERALITES :.....	118
8.1.1. LES POMMES DE TERRE NOUVELLES :.....	118
8.1.2. LES POMMES DE TERRE DE CONSERVATION :.....	118

8.2. MÉTHODES DE CUISSON DES POMMES DE TERRE :.....	119
8.2.1. <i>LES POMMES DE TERRES CUITES À L'EAU</i> :.....	119
8.2.1.1. A L'ANGLAISE OU NATURE :.....	119
8.2.1.2. A LA VAPEUR :.....	119
8.2.1.3. EN ROBE DES CHAMPS :.....	119
8.2.1.4. LES POMMES DE TERRE CUITES À L'EAU ET PASSÉES :.....	119
8.2.1.4.1. POMMES DUCHESSE :.....	119
8.2.1.4.2. POMMES PURÉE :.....	119
8.2.1.5. TABLEAU RÉCAPITULATIF DE LA CUISSON DES POMMES DE TERRE À L'EAU ENTIERES ET PASSEES : .....	120
8.2.2. <i>LES POMMES DE TERRE CUITES EN ROBE DES CHAMPS</i> :.....	121
8.2.2.1. BOUILLIES :.....	121
8.2.2.2. AU FOUR :.....	121
8.2.2.3. SOUS LA CENDRE :.....	121
8.2.3. <i>POMMES DE TERRE CUITES AU BEURRE</i> :.....	122
8.2.3.1. POMMES RISSOLÉES, POMMES CHÂTEAU, ETC. :.....	122
8.2.3.1.1.-1ère PHASE DE CUISSON :.....	122
8.2.3.1.2.-2ème PHASE DE CUISSON :.....	122
8.2.3.2. LES DIFFÉRENTES SORTES DE POMMES DE TERRE CUITES AU BEURRE :	122
8.2.3.3. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES POMMES DE TERRE CUITES AU BEURRE :	123
8.2.4. <i>LES POMMES DE TERRE SAUTÉES</i> :.....	124
8.2.4.1. LES POMMES DE TERRE SAUTÉES CRUES :.....	124
8.2.4.2. LES POMMES DE TERRE SAUTÉES CUITES :.....	124
8.2.4.3. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES POMMES DE TERRE SAUTEES :	125
8.2.5. <i>LES POMMES DE TERRE CUITES EN FRITURE</i> :.....	126
8.2.5.1. POMMES PAILLES, GAUFRETTES, CHIPS :.....	126
8.2.5.2. POMMES ALLUMETTES, FRITES, PONT-NEUF, COPEAUX, ETC. :	126
8.2.5.3. POMMES SOUFLÉES :.....	126
8.2.5.4. POMMES DAUPHINES :.....	127
8.2.5.5. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES POMMES DE TERRE EN FRITURE :	128
8.2.6. <i>LES DIFFERENTES TAILLES DES POMMES DE TERRE</i> :.....	129

8.2.7. <i>LES POMMES DE TERRE CUITES AU FOUR</i> :.....	131
8.2.7.1. <i>LES POMMES BOULANGERE</i> :.....	131
8.2.7.2. <i>LE GRATIN DAUPHINOIS</i> :.....	131
8.2.7.3. <i>TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES POMMES DE TERRE CUITES AU FOUR</i> :	132
<i>POMMES BOULANGERE</i> .....	132

## **9. LEGUMES FRAIS, SECS, SURGELES :.....133**

9.1. <i>MISE EN PLACE DES LEGUMES FRAIS</i> :.....	133
9.1.1. <i>L'AIL</i> :.....	133
9.1.2. <i>LES ALGUES</i> :.....	134
9.1.3. <i>LES ARTICHAUTS</i> :.....	135
9.1.4. <i>LES ASPERGES</i> :.....	135
9.1.5. <i>AUBERGINE</i> :.....	136
9.1.6. <i>LES BETTERAVES ROUGES</i> :.....	137
9.1.7. <i>LES BLETTES, BETTES, POIRÉES OU CARDES</i> :.....	137
9.1.8. <i>LES CAROTTES</i> :.....	138
9.1.9. <i>CÉLERI</i> :.....	138
9.1.10. <i>CÉLERI-RAVE</i> :.....	139
9.1.11. <i>CERFEUIL</i> : .....	139
9.1.12. <i>CHAMPIGNONS DE COUCHE</i> : .....	140
9.1.13. <i>CHICORÉES WITLOOF OU CHICONS</i> :.....	140
9.1.14. <i>LES CHOUX</i> :.....	141
9.1.14.1. <i>LES CHOUX DE BRUXELLES</i> :.....	141
9.1.14.2. <i>LE CHOU BROCOLIS</i> :.....	142
9.1.14.3. <i>LES CHOUX-FLEURS</i> :.....	142
9.1.14.4. <i>LE CHOU CHINOIS</i> :.....	142
9.1.14.5. <i>CHOU DE MILAN OU CHOU FRISÉ</i> :.....	143
9.1.14.6. <i>LE CHOU POMMÉ</i> : .....	143
9.1.14.7. <i>LES CHOUX ROUGES</i> : .....	143
9.1.14.8. <i>LES CHOUX VERTS</i> :.....	143
9.1.15. <i>LES CONCOMBRES</i> :.....	143



9.1.16. <i>LES COURGETTES</i> :	144
9.1.17. <i>LE CRESSON</i> :	144
9.1.18. <i>LES ECHALOTES</i> :	145
9.1.19. <i>LES ÉPINARDS</i> :	145
9.1.20. <i>LE FENOUIL</i> :	146
9.1.21. <i>FÈVES DES MARAIS</i> :	146
9.1.22. <i>HARICOTS VERTS, HARICOTS BEURRE</i> :	146
9.1.22.1. <i>HARICOTS VERTS ET HARICOTS MANGE-TOUT</i> :	147
9.1.22.2. <i>HARICOTS ÉGRENÉS FRAIS ET SECS</i> :	147
9.1.23. <i>MAÏS</i> :	148
9.1.24. <i>MARRONS</i> :	148
9.1.25. <i>LES NAVETS</i> :	148
9.1.25.1. <i>LES NAVETS NOUVEAUX AVEC FANES</i> :	148
9.1.25.2. <i>LES NAVETS DE CONSERVATION</i> :	149
9.1.26. <i>LES OIGNONS</i> :	149
9.1.27. <i>L' OSEILLE</i> :	150
9.1.28. <i>LES POIREAUX</i> :	150
9.1.29. <i>LES POIS</i> :	151
9.1.29.1. <i>POIS GOURMANDS</i> :	151
9.1.29.2. <i>POIS À ÉCOSSER</i> :	151
9.1.30. <i>LES POIVRONS</i> :	151
9.1.31. <i>LES RADIS</i> :	152
9.1.32. <i>SALSIFIS, SCORSONÈRES</i> :	152
9.1.33. <i>LES TOMATES</i> :	153
9.1.34. <i>LES TRUFFES</i> :	153
9.1.34.1. <i>GENERALITES</i> :	153
9.1.34.2. <i>PRINCIPALES REGIONS PRODUCTRICES</i> :	154
9.1.34.3. <i>LE RAMASSAGE</i> :	154
9.1.34.4. <i>PRODUCTION</i> :	154
9.1.34.5. <i>LES DIFFERENTES VARIETES</i> :	154
9.1.34.6. <i>PREPARATIONS PRELIMINAIRES ET COMMERCIALISATION</i> :	155

9.134.7 UTILISATION :	156
9.2. LA CUISSON DES LEGUMES FRAIS :	157
9.2.1. CUISSON A L'ANGLAISE :	157
9.2.1.1. LES LÉGUMES VERTS :	157
9.2.1.2. LES LÉGUMES BLANCS :	158
9.2.1.2.1. LA CUISSON DES LÉGUMES À L'ANGLAISE SIMPLE :	158
9.2.1.2.2. LA CUISSON DES LÉGUMES À L'ANGLAISE À BLANC :	158
9.2.1.2.3. LA CUISSON DES LÉGUMES À L'ANGLAISE DANS UN BLANC :	159
9.2.2. CUISSON A LA VAPEUR :	159
9.2.3. CUISSON DES LEGUMES GLACES :	160
9.2.4. CUISSON DES LEGUMES POCHEES - CUISSON DES LÉGUMES SECS :	161
9.2.5. CUISSON DES LEGUMES RÔTIS :	162
9.2.6. CUISSON DES LEGUMES GRILLES :	162
9.2.7. CUISSON DES LEGUMES SAUTES :	162
9.2.8. CUISSON DES LEGUMES FRITS :	163
9.2.9. LA LIAISON ET LA CUISSON SIMULTANÉE DES LÉGUMES :	164
9.2.9.1. LIAISON SIMPLE :	164
9.2.9.1.1. LIAISON SIMPLE, AU BEURRE :	164
9.2.9.1.2. LIAISON PARTICULIÈRE – LES ÉPINARDS :	164
9.2.9.2. LIAISON ET CUISSON SIMULTANÉE AU BEURRE :	165
9.2.9.3. LIAISON ET CUISSON SIMULTANÉE À LA CRÈME :	165
9.2.9.4. CUISSON ET LIAISONS DES LEGUMES EN ETUVEE :	166
9.2.9.5. LES LÉGUMES BRAISÉS :	167
9.2.9.6. PRÉPARATION DES LÉGUMES “ À LA GRECQUE ” :	167
9.2.10. CUISSON DES LÉGUMES SURGELÉS :	168
9.2.11. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES LEGUMES :	169
9.2.11.1. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES LEGUMES A L'ANGLAISE :	169
9.2.11.2. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES LEGUMES A LA VAPEUR, GLACES ET POCHEES :	170
9.2.11.3. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES LEGUMES RÔTIS, GRILLES, SAUTES, FRITS :	171
9.2.11.4. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA LIAISON ET DE LA CUISSON SIMULTANEE DES LEGUMES :	172
9.2.11.4.1. LIAISON SIMPLE – LIAISON ET CUISSON A LA CREME :	172

9.2.11.4.2. LIAISON ET CUISSON SIMULTANEE – ETUVEE – BRAISES – A LA GRECQUE :	173
9.3. LES SALADES DIVERSES :	174
9.3.1. LES SALADES SIMPLES :	174
9.3.1.1. LES DIFFERENTES VARIETES DE SALADES :	174
9.3.1.1.1. PERIODE OPTIMALE D’ACHAT :	175
9.3.1.1.2. DIX RÈGLES DE BASE DE LA BONNE SALADE :	175
9.3.1.1.3. ASSAISONNEMENT DES SALADES :	175
9.3.1.2. LES LEGUMES SE SERVANT EN SALADE SIMPLE :	176
9.3.2. SALADES COMPOSEES (MIXTES) :	177
9.3.2.1. LES SALADES COMPOSEES FROIDES :	177
9.3.2.2. LES SALADES COMPOSEES TIEDES :	178
9.4. LES HERBES AROMATIQUES :	179
<b>10. LES POTAGES :</b>	<b>181</b>
10.1. LES POTAGES CLAIRS :	181
10.1.1. LES CONSOMMES :	181
10.1.1.1. LE CONSOMME ORDINAIRE :	181
10.1.1.2. CONSOMMÉ SIMPLE DE GIBIER :	182
10.1.1.3. CONSOMMÉ SIMPLE DE VOLAILLE :	183
10.1.1.4. CONSOMMÉ SIMPLE DE POISSON :	183
10.1.1.5. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CLARIFICATION DES CONSOMMES	184
10.1.2. PETITE MARMITE :	185
10.1.3. LISTE DES POTAGES CLAIRS ET CONSOMMÉS GARNIS :	185
10.1.4. DIFFÉRENTES GARNITURES POUR CONSOMMÉS.....	200
10.2. LES POTAGES LIÉS :	205
10.2.1. LES POTAGES PURÉES :	205
10.2.1.1. LES POTAGES PURÉES DE LÉGUME(S) :	205
10.2.1.1.1. POTAGE PURÉE CRÉCY :	205
10.2.1.1.2. POTAGE TOMATE :	206
10.2.1.1.3. POTAGE AYANT UN LÉGUME FÉCULENT POUR BASE : POTAGE SAINT-GERMAIN :	207
10.2.1.1.4. TABLEAUX RECAPITULATIFS D’ELABORATION DES POTAGES PUREES DE LEGUMES :	209

10.2.1.2. LES POTAGES PUREES AUTRES QUE LEGUMES :.....	212
10.2.1.2.1. LES POTAGES PURÉES DE VOLAILLE. :.....	212
10.2.1.2.2. LES POTAGES PURÉES DE CRUSTACÉS, DITS PLUS SIMPLEMENT BISQUES :	212
10.2.1.2.3. LES POTAGES PURÉES DE GIBIERS DITS COULIS :.....	213
10.2.1.2.4. LES POTAGES PURÉES LIÉS AU MOYEN DE CROÛTONS DE PAIN FRITS AU BEURRE :	214
10.2.1.2.5. TABLEAUX RECAPILTULATIFS DE L'ELABORATION DES POTAGES PUREES AUTRES QUE LEGUMES :.....	215
<i>10.2.2. LES POTAGES CRÈMES ET LES POTAGES VELOUTÉS :.....</i>	<i>216</i>
10.2.2.1. LES POTAGES CRÈMES :.....	216
10.2.2.2. LES POTAGES VELOUTÉS :.....	217
<i>10.2.3. LES CONSOMMÉS LIÉS :.....</i>	<i>220</i>
<i>10.2.4. LES POTAGES LIÉS COMPOSÉS :.....</i>	<i>220</i>
<b>11. LES PATES ALIMENTAIRES :.....</b>	<b>221</b>
11.1. LES PÂTES ALIMENTAIRES INDUSTRIELLES :.....	221
<i>11.1.1. GENERALITES :.....</i>	<i>221</i>
<i>11.1.2. TECHNIQUE DE CUISSON :.....</i>	<i>222</i>
<i>11.1.3. PRINCIPAUX ACCOMMODEMENTS :.....</i>	<i>222</i>
<i>11.1.4. LES DIFFÉRENTES VARIÉTÉS COMMERCIALES :.....</i>	<i>223</i>
11.2. LES PÂTES FRAÎCHES :.....	226
<i>11.2.1. PÂTE DE BASE :.....</i>	<i>226</i>
<i>11.2.2. LES PÂTES FRAÎCHES LES PLUS COURAMMENT REALISEES :.....</i>	<i>226</i>
11.2.2.1. LES RAVIOLIS :.....	226
11.2.2.2. LES CANNELONIS :.....	227
11.2.2.3. LASAGNES :.....	228
11.2.2.4. TORTELLINIS :.....	228
11.2.2.5. NOUILLES :.....	228
11.2.2.6. LES GNOCCHIS :.....	228
11.2.2.6.1. A BASE DE PÂTE À CHOUX (PARISIENNE) :.....	228
11.2.2.6.2. A BASE DE SEMOULE (ROMAINE) :.....	229
11.2.2.6.3. A BASE DE POMMES DE TERRE :.....	229

11.2.3. <i>FARCES ET SAUCES DIVERSES</i> : .....	230
11.2.3.1. FARCE À LA RICOTTA ET AUX ÉPINARDS (pour tortellinis et raviolis) :	230
11.2.3.2. LA SAUCE BOLOGNAISE : .....	230
11.2.3.3. LA SAUCE CARBONARA.....	231
11.2.4. <i>COLORATION DES PÂTES</i> : .....	232
<b>12. LE RIZ</b> :.....	<b>233</b>
12.1. LES DIFFÉRENTES VARIÉTÉS : .....	233
12.2. CUISSON ET UTILISATION DU RIZ : .....	234
12.2.1. <i>LE RIZ NATURE OU RIZ CRÉOLE</i> : .....	234
12.2.2. <i>LE RIZ PILAF</i> : .....	235
12.2.3. <i>LE RIZOTTO</i> : .....	236
12.2.4. <i>LE RIZ AU LAIT</i> : .....	236
12.2.5. <i>AUTRES UTILISATIONS DU RIZ</i> : .....	237
12.2.5.1. AGENT DE LIAISON : .....	237
<b>13. LES CEREALES SECONDAIRES</b> :.....	<b>237</b>
13.1. L'AVOINE : .....	237
13.2. LE BLE : .....	237
13.3. LE BLE NOIR OU SARASIN : .....	238
13.4. LE MAÏS : .....	238
13.5. L'ORGE ET LE MALT : .....	238
13.6. LE SEIGLE : .....	239
13.7. MILLET ET SORGHOT : .....	239
<b>14. LES RACINES FECULIERES</b> :.....	<b>239</b>
14.1. LE MANIOC : .....	239
14.2. L'ARROW-ROOT : .....	240
<b>15. LE SOJA</b> :.....	<b>240</b>
15.1. PRODUITS DERIVES DU SOJA : .....	241
15.1.1. <i>FILTRAT DE SOJA</i> : .....	241

15.1.2. LE MISO :	241
15.1.3. LE SHOYU, TAMARI OU SAUCE SOJA :	241
15.1.4. LE TEMPEH :	241
15.1.5. LE TOFU :	242
15.1.6. LE SUFU :	242
<b>16. LES POISSONS :</b>	<b>243</b>
16.1. GENERALITES :	243
16.2. CLASSIFICATION :	243
16.3. CARACTÉRISTIQUES DE FRAÎCHEUR :	243
16.3.1. LES POISSONS ENTIERS :	244
16.3.2. LES POISSONS COMMERCIALISÉS EN DARNES OU EN FILETS :	244
16.4. PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES LORS DE LA RÉCEPTION :	245
16.4.1. DÉNOMINATION DES POISSONS DÉTAILLÉS :	245
16.4.2. MÉTHODE POUR VIDER ET NETTOYER :	245
16.4.2.1. LA TRUITE :	245
16.4.2.2. LA SOLE :	246
16.4.3. APPRÊT DES POISSONS :	247
16.5. PRÉPARATIONS DE BASE :	250
16.5.1. LES FUMETS DE POISSONS :	250
16.5.1.1. LE VELOUTÉ DE POISSONS :	250
16.5.1.2. LA SAUCE VIN BLANC :	250
16.5.1.2.1. TABLEAU DES DIFFÉRENTES MÉTHODES DE RÉALISATION D'UNE SAUCE VIN BLANC :	251
16.5.1.2.2. TECHNIQUE DE PRÉPARATION POUR GLACER UNE SAUCE POISSON :	252
16.5.1.2.3. LA SAUCE ESPAGNOLE MAIGRE SPÉCIALE POUR POISSONS :	252
16.6. LES DIFFÉRENTES PRÉPARATIONS ET CUISSONS DES POISSONS :	253
16.6.1. LES POISSONS CRUS:	253
16.6.1.1. LES POISSONS CRUS TRAITÉS EN MARINADE :	253
16.6.1.1.1. PRÉPARATION À LA SCANDINAVE :	253
16.6.1.1.2. PRÉPARATION À LA TAHITIENNE :	253
16.6.1.1.3. PRÉPARATION À L'ORIENTALE :	253

16.6.1.1.4. PREPARATION A LA FRANCAISE :.....	254
16.6.1.1.5. PREPARATION A L'ITALIENNE :.....	254
16.6.1.2. LES POISSONS CRUS TRAITES PAR FUMAGE A FROID :.....	254
<i>16.6.2. CUISSON DES POISSONS PAR POCHAGE :.....</i>	<i>254</i>
16.6.2.1. POCHAGE DEPART CUISSON FROIDE :.....	254
16.6.2.1.1. CUISSON EAU FROIDE SALEE ET CITRONNEE :.....	254
16.6.2.1.2. CUISSON EAU FROIDE SALEE ADDITIONNEE DE LAIT : ..	255
16.6.2.1.3. CUISSON AU COURT-BOUILLON FROID :.....	255
16.6.2.2. POCHAGE DEPART CUISSON BOUILLANTE :.....	256
16.6.2.2.1. CUISSON EAU BOUILLANTE SALEE ET CIRONNEE :.....	256
16.6.2.2.2. CUISSON EAU BOUILLANTE SALEE ADDITIONNEE DE LAIT : ..	257
16.6.2.2.3. CUISSON EAU BOUILLANTE SALEE VINAIGREE :.....	257
16.6.2.2.4. CUISSON AU COURT-BOUILLON BOUILLANT :.....	257
16.6.2.2.4.1. CUISSON DES POISSONS À LA NAGE :.....	257
16.6.2.2.4.2. CUISSON DES POISSONS AU BLEU :.....	258
16.6.2.3. DRESSAGE DES POISSONS Pochés :.....	258
<i>16.6.3. CUISSON DES POISSONS À COURT MOUILLEMENT AVEC SAUCE DE RÉDUCTION : ..</i>	<i>259</i>
16.6.3.1. CUISSON DES POISSONS A COURT-MOUILLEMENT – PRÉPARATION À LA CARTE : ..	259
16.6.3.1.1. EXEMPLE AU VIN BLANC : SOLE DUGLERE.....	259
16.6.3.1.2. EXEMPLE AU VIN ROUGE A LA CARTE : SOLES ROUENNAISE : ..	260
16.6.3.2. CUISSON DES POISSONS A COURT-MOUILLEMENT - PRÉPARATION POUR UN GRAND NOMBRE DE CONVIVES (BANQUET) :.....	261
<i>16.6.4. CUISSON DES POISSONS PAR BRAISAGE :.....</i>	<i>262</i>
<i>16.6.5. CUISSON DES POISSONS SAUTES :.....</i>	<i>263</i>
16.6.5.1. LA CUISSON DES POISSONS SAUTES DIT « À LA MEUNIÈRE » :.....	263
16.6.5.2. CUISSON DES POISSONS PANES ET SAUTES :.....	264
16.6.5.3. LA CUISSON DES POISSONS SAUTES EN POÊLE ANTI-ADHESIVE : ..	264
<i>16.6.6. CUISSON DES POISSONS EN SAUTES MIXTES :.....</i>	<i>265</i>
16.6.6.1. CUISSON EN SAUTE MIXTE A BRUN :.....	265
16.6.6.2. CUISSON EN SAUTE MIXTE A BLANC.....	267
<i>16.6.7. CUISSON DES POISSONS AU GRATIN :.....</i>	<i>268</i>

16.6.8. CUISSON DES POISSONS GRILLÉS :	268
16.6.9. CUISSON DES POISSONS RÔTIS :	269
16.6.10. CUISSON DES POISSONS EN FRITURE :	270
16.6.11. CUISSON DES POISSONS PAR RAYONNEMENT :	270
16.6.12. CUISSON DES POISSONS A LA VAPEUR :	271
16.6.13..CUISSON DES POISSONS EN PAPILOTE :	271
16.6.14. CUISSON DES POISSONS SOUS-VIDE :	271
16.6.15. CUISSON DES POISSONS EN CROÛTE DE SEL, EN PÂTE OU EN CREPINE :	271
16.6.16. CUISSON DES POISSONS AU BAIN-MARIE :	271
16.7. TABLEAU SYNOPTIQUE DE LA CUISSON DES POISSONS :	272
16.7.1. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES POISSONS PAR POCHAGE AU DEPART D'UN LIQUIDE FROID :	273
16.7.2. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES POISSONS PAR POCHAGE AU DEPART D'UN LIQUIDE BOUILLANT :	274
16.7.3. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES POISSONS A COURT-MOUILLEMENT :	275
16.7.4. TABLEAU COMPARATIF DE L'ELABORATION DES SAUCES A COURT-MOUILLEMENT POUR CARTE ET POUR BANQUET :	276
16.7.5. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES POISSONS BRAISES ET SAUTES :	277
16.7.6. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES POISSONS EN SAUTES MIXTES :	278
16.7.7. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES POISSONS AU GRATIN :	278
16.7.8. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES POISSONS GRILLES, FRITS, RÔTIS :	279
16.7.9. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES POISSONS A LA VAPEUR, PAR RAYONNEMENT, AU BAIN-MARIE, EN PAPILOTE, SOUS-VIDE, EN CROÛTE DE SEL, EN PÂTE OU EN CREPINE :	280
<b>17. LES CRUSTACES :</b>	<b>281</b>
17.1. CLASSIFICATION :	281
17.1.1. LA CREVETTE GRISE :	281
17.1.2. LA CREVETTE ROSE :	281
17.1.3. LA CREVETTE BOUQUET :	281
17.1.4. LA CREVETTE IMPERIALE – SCAMPI ET GAMBAS :	282
17.1.5. LA CREVETTE ROSE TROPICALE ET LA CREVETTE ROSE D'ALGERIE :	282



17.1.6. LA LANGOUSTE ROSE (LANGOUSTE DU PORTUGAL) :.....	282
17.1.7. LA LANGOUSTE ROUGE (LANGOUSTE BRETONNE) :.....	282
17.1.8. LA LANGOUSTE VERTE (LANGOUSTE DE CUBA OU DE DAKAR) :..	282
17.1.9. LES HOMARDS :.....	282
17.1.10. LA LANGOUSTINE :.....	284
17.1.11. L'ARAIGNEE :.....	284
17.1.12. LE TOURTEAU OU LE DORMEUR :.....	284
17.1.13. L'ETRILLE :.....	285
17.1.14. L'ECREVISSE (CRUSTACE D'EAU DOUCE) :.....	285
17.2. ACHAT DES CRUSTACES :.....	285
17.2.1. LES HOMARDS, LANGOUSTES, CRABES, ARAIGNEES :.....	285
17.2.2. LES LANGOUSTINES :.....	286
17.2.3. LA LANGOUSTE :.....	287
17.2.4. LES LANGOUSTINES :.....	287
17.2.5. LES HOMARDS :.....	287
17.2.6. LES TOURTEAUX, ARAIGNEES, ETRILLES :.....	290
17.2.7. LES ECREVISSES :.....	290
17.2.8. QUELQUES PREPARATION DE CRUSTACES :.....	290
17.2.8.1. COURT-BOUILLON POUR CRUSTACES DESTINES A ETRE SERVIS FROIDS :	291
17.2.8.2. LE COURT-BOUILLON POUR CRUSTACES SERVIS EN NAGE :	291
17.2.8.3. LE HOMARD A L'AMERICAINE OU ARMORICAINE :.....	292
17.2.8.4. LE HOMARD THERMIDOR :.....	293
17.2.8.5. ECREVISSES A LA BORDELAISE :.....	293
17.2.8.6. CREME DE TOURTEAUX GRATINEE AU CURRY LEGER :.....	294
<b>18. LES MOLLUSQUES :.....</b>	<b>296</b>
18.1. CLASSIFICATION :.....	296
18.1.1. LES LAMELLIBRANCHES OU LES COQUILLAGES.....	296
BI-VALVES :.....	296
18.1.1.1. LES HUÎTRES :.....	297
18.1.1.2. LES COQUILLES SAINT-JACQUES :.....	300

18.1.1.3. LES MOULES :.....	301
18.1.1.4. LES PRAIRES :.....	303
18.1.1.5. LES PALOURDES ET LES CLAMS :.....	304
18.1.1.6. LES COQUES :.....	304
<i>18.1.2. LES UNI-VALVE OU GASTEROPODES :.....</i>	<i>304</i>
18.1.2.1. LES BIGORNEAUX (OU VIGNEAUX) :.....	304
18.1.2.2. LES BUCCINS OU BULOTS : .....	305
18.1.2.3. LE GASTEROPODE TERRESTRE :.....	305
<i>18.1.3. LES CEPHALOPODES :.....</i>	<i>306</i>
18.1.3.1. POULPE OU PIEUVRE : .....	306
18.1.3.2. LA SEICHE : .....	306
18.1.3.3. LES CALAMARS OU ENCORNET OU CHIPIRIONS :.....	307
<b>19. LES MARINADES, MATIGNONS ET MIREPOIX :.....</b>	<b>308</b>
19.1. LES MARINADES :.....	308
<i>19.1.1. LES MARINADES INSTANTANÉES :.....</i>	<i>308</i>
19.1.1.1. MARINADE COURTE POUR POISSONS GRILLÉS :.....	308
19.1.1.2. MARINADE COURTE POUR VIANDES GRILLÉES :.....	308
19.1.1.3. MARINADE COURTE POUR DIVERS :.....	308
<i>19.1.2. MARINADE CRUE. (POUR VIANDE DE BOUCHERIE OU DE VENAISON) :</i>	<i>309</i>
<i>19.1.3. MARINADE CUITE (POUR VIANDE DE BOUCHERIE OU DE VENAISON) :</i>	<i>309</i>
19.2. LA MATIGNON :.....	310
19.3. LA MIREPOIX :.....	310
<b>20. LES VOLAILLES :.....</b>	<b>312</b>
20.1. CLASSIFICATION : .....	312
<i>20.1.1. LES VOLAILLES À CHAIR BLANCHE :.....</i>	<i>312</i>
20.1.1.1. LES POULES ET LES POULETS :.....	312
20.1.1.2. LES DINDES ET LES DINDONS :.....	313
<i>20.1.2. LES VOLAILLES À CHAIR NOIRE :.....</i>	<i>313</i>
20.1.2.1. LES CANARDS ET CANETONS :.....	313

20.1.2.2. LES PINTADES ET PINTADEAUX :	314
20.1.2.3. LES PIGEONS ET PIGEONNEAUX :	314
20.1.2.4. L'OIE :	315
20.1.2.5. LE LAPIN DOMESTIQUE :	315
20.2. ACHAT DES VOLAILLES :	315
20.2.1. <i>LES DIFFÉRENTS CRITÈRES PERMETTANT D'APPRÉCIER LA CLASSE :</i>	315
20.2.1.1. COMMENT RECONNAÎTRE LA QUALITÉ D'UNE BONNE VOLAILLE :	316
20.3. APPRÊT DES VOLAILLES :	316
20.3.1. <i>LES DIFFÉRENTES PHASES DE L'HABILLAGE DES VOLAILLES.....</i>	317
20.3.1.1. L'EFFILAGE :	317
20.3.1.2. L'ETIRAGE :	317
20.3.1.3. LE FLAMBAGE :	317
20.3.1.4. LE TROUSSAGE (VIDAGE) :	317
20.3.1.5. PRÉPARATION DES ABATTIS :	318
20.3.1.6. LE BRIDAGE AVEC AIGUILLE :	318
20.3.1.7. LE BRIDAGE SANS AIGUILLE :	319
20.3.2. <i>DECOUPE A CRU DES VOLAILLES :</i>	319
20.3.2.1. DECOUPE POUR VOLAILLE SAUTÉE :	319
20.3.2.2. DECOUPE A CRU POUR POULET GRILLE EN CRAPAUDINE :	320
20.3.2.3. DECOUPE A CRÛ POUR POULET GRILLE AMÉRICAINE :	320
20.3.2.4. DECOUPE A CRU D'UNE VOLAILLE POUR FARCIR (BALLOTINE) :	320
20.4. PRÉPARATIONS DE BASE DE LA VOLAILLE :	321
20.4.1. <i>LE FONDS BLANC DE VOLAILLE :</i>	321
20.4.2. <i>LE FONDS BRUN DE VOLAILLE :</i>	321
20.4.3. <i>LE VELOUTE DE VOLAILLE :</i>	322
20.4.4. <i>LA SAUCE SUPRÊME :</i>	322
<b>21. LES VIANDES :</b>	<b>324</b>
21.1. GÉNÉRALITÉS :	324
21.1.1. <i>COMPOSITION :</i>	324
21.1.2. <i>VALEUR ALIMENTAIRE DE LA VIANDE :</i>	324

21.1.3. EXAMEN VISUEL D'UN MORCEAU DE VIANDE :	325
21.1.3.1. LA FIBRE DE LA VIANDE :	325
21.1.3.2. LA VIANDE PERSILLÉE :	325
21.1.3.3. LA VIANDE MARBRÉE :	325
21.1.4. L'HYGIÈNE DES VIANDES :	325
21.1.5. ACHAT DES VIANDES.....	326
21.1.5.1. LA QUALITE DE LA VIANDE :	326
21.1.5.1.1. LA TENDRETÉ :	326
21.1.5.1.2. LA SUCCULENCE :	326
21.1.5.1.3. LA SAVEUR :	326
21.1.5.2. LA CATÉGORIE D'UNE VIANDE :	326
21.1.5.3. APPRECIATION LORS DE L'ACHAT :	327
21.1.6. LE STOCKAGE ET LA CONSERVATION DE LA VIANDE :	329
21.1.6.1. VIANDE FRAÎCHE, EN CARCASSES OU EN GROS MORCEAUX RÉFRIGÉRÉS.	329
21.1.6.2. VIANDE RÉFRIGÉRÉE, EN MUSCLES PARÉS OU PIÉCÉS :	330
21.1.6.3. VIANDE RÉFRIGÉRÉE, CONDITIONNÉE SOUS-VIDE ET SOUS ATMOSPHERE CONTRÔLÉE :	330
21.1.6.4. VIANDE CONGELÉE ET SURGELÉE :	330
21.2. LE BŒUF : (VIANDE ROUGE).....	331
21.2.1. DEFINITIONS GENERALES DES BOVINS ADULTES :	331
21.2.2. LES RACES BOVINES :	331
21.2.3. DÉCOUPE DU BŒUF :	334
21.2.3.1. ANATOMIE DU BŒUF :	334
21.2.3.2. DIVISION DE LA DEMI CARCASSE DU BŒUF :	335
21.2.3.3. QUARTIER AVANT DE BŒUF :	335
21.2.3.3.1. SOUS-DIVISION DES MORCEAUX ET UTILISATION CULINAIRE –QUARTIER AVANT DE BŒUF :	336
21.2.3.4. QUARTIER ARRIERE DE BŒUF :	338
21.2.3.4.1. SOUS-DIVISION DES MORCEAUX ET UTILISATION CULINAIRE : QUARTIER ARRIERE DU BŒUF :	338
.....	338
21.2.3.5. LA DÉCOUPE : DÉNOMINATION CULINAIRE DE QUELQUES MORCEAUX DE BŒUF :	341
21.3. LE VEAU : (VIANDE BLANCHE).....	344
21.3.1. LES DIFFERENTS VEAUX :	344

21.3.1.1. LE VEAU NOUVEAU-NÉ :.....	344
21.3.1.2. LE VEAU “ CUL DE POULAIN ” :.....	344
21.3.1.3. LE VEAU “ GRAS ” OU VEAU DE BOUCHERIE :.....	344
21.3.1.4. LE BROUTART :.....	345
21.3.2. <i>DECOUPE DU VEAU</i> :.....	345
21.3.2.1. DECOUPE D’UN DEMI VEAU.....	345
21.3.2.2. DIVISION D’UN DEMI-VEAU :.....	346
21.3.2.2.1. SOUS DIVISION ET DESTINATION CULINAIRE DES DIFFERENTES PIECES DE VEAU :	347
21.3.2.3. LA DÉCOUPE : DÉNOMINATION CULINAIRE DE QUELQUES MORCEAUX DE VEAU :	347
21.4. LE PORC : (VIANDE BLANCHE).....	348
21.4.1. <i>ESPÈCES PORCINES RENCONTRÉES EN BOUCHERIE</i> .....	348
21.4.1.1. LE POURCEAU :.....	348
21.4.1.2. LA TRUIETTE :.....	348
21.4.1.3. LA COCHE :.....	348
21.4.1.4. LA TRUIE :.....	348
21.4.1.5. LE VERRAT :.....	349
21.4.1.6. LE VERRAT INTERNE :.....	349
21.4.2. <i>ANATOMIE DU PORC</i> :.....	349
21.4.2.1. DÉCOUPE D’UN DEMI-PORC :.....	350
21.4.2.2. DIVISION ET SUBDIVISION D’UN DEMI-PORC :.....	351
1.1.1.1. JAMBON.....	351
1.1.1.2. EPAULE.....	351
1.1.1.3. POITRINE.....	351
1.1.1.4. CARRE DE PORC.....	351
21.4.2.2.1. UTILISATION CULINAIRE DES MORCEAUX DE PORC : (LA NUMÉROTATION CORRESPOND À LA DÉCOUPE DU DEMI-PORC POINT 15.4.2.1.).....	352
21.5. L’AGNEAU - LE MOUTON : (VIANDE ROUGE).....	353
21.5.1. <i>LES DIFFERENTS OVINS</i> :.....	353
21.5.1.1. L’AGNEAU BLANC :.....	353
21.5.1.2. L’AGNEAU DE LAIT :.....	353
21.5.1.3. L’AGNEAU GRIS :.....	353

21.5.1.4. LE MOUTON :.....	353
21.5.1.5. LA BREBIS :.....	353
21.5.1.6. LE BELIER :.....	353
21.5.2. LA DECOUPE DU MOUTON : .....	353
21.5.2.1. DEMI MOUTON : GRANDES DIVISIONS :.....	354
21.5.2.1.1. UTILISATIONS CULINAIRES DES DIFFÉRENTS MORCEAUX DE MOUTON (AGNEAU) :	355
21.5.2.1.2. DECOUPE DU MOUTON : LES DIFFERENTS MORCEAUX..	356
21.6. LE CHEVAL (VIANDE ROUGE) :.....	357
21.6.1. GENERALITES :.....	357
21.6.2. LES DIFFERENTES VIANDES CHEVALINES :.....	357
21.6.3. LA DECOUPE DU CHEVAL :.....	358
21.6.3.1. QUARTIER AVANT DU CHEVAL :.....	358
21.6.3.2. QUARTIER ARRIERE DU CHEVAL :.....	359
21.6.4. UTILISATIONS CULINAIRES DES DIFFÉRENTS MORCEAUX DE CHEVAL :	359
21.6.4.1. QUARTIER AVANT :.....	359
21.6.4.2. QUARTIER ARRIÈRE DE CHEVAL :.....	360
21.7. CUISSON DES VIANDES ET DES VOLAILLES :.....	361
21.7.1. CUISSON PAR POCHAGE :.....	361
21.7.1.1. CUISSON PAR POCHAGE DEPART DANS UN LIQUIDE FROID :361	
21.7.1.1.1. GENERALITES :.....	361
21.7.1.1.2. TECHNIQUE DE POCHAGE DES VIANDES ET VOLAILLES AU DEPART D'UN LIQUIDE FROID :	362
21.7.1.1.3. VIANDES ET VOLAILLES CUITES PAR POCHAGE AU DEPART D'UN LIQUIDE FROID :	362
21.7.1.1.4. EXEMPLE D'UNE VOLAILLE POCHEE :.....	363
21.7.1.1.5. EXEMPLE D'UNE VIANDE ROUGE POCHEE :.....	364
21.7.1.2. CUISSON PAR POCHAGE DANS UN LIQUIDE BOUILLANT :....	365
21.7.1.2.1. GENERALITES :.....	365
21.7.1.2.2. : VIANDES ET VOLAILLES CUITES PAR CETTE TECHNIQUE :	365
21.7.1.2.3. EXEMPLE D'UNE VIANDE ROUGE POCHEE AU DEPART D'UN LIQUIDE BOUILLANT :	365
21.7.2. CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES A LA VAPEUR :.....	366
21.7.2.1. GENERALITES : .....	366
21.7.2.2. : VIANDES ET VOLAILLES CUITES PAR CETTE TECHNIQUE :	366

21.7.2.3. EXEMPLE D'UNE VOLAILLE CUITE A LA VAPEUR :.....	366
21.7.3. CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES SOUS-VIDE :.....	367
21.7.4. CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES RÔTIES :.....	367
21.7.4.1. GENERALITES :.....	367
21.7.4.2. LES VIANDES ET VOLAILLES CUITES PAR CETTE TECHNIQUE :	368
21.7.4.3. TECHNIQUE DE CUISSON DES VIANDES ET DES VOLAILLES RÔTIES :	368
21.7.4.3.1. CUISSON DES VIANDES ROUGES RÔTIES :.....	369
21.7.4.3.2. CUISSON DES VIANDES BLANCHES RÔTIES :.....	370
21.7.4.3.3. CUISSON DE LA VOLAILLE RÔTIE :.....	371
21.7.4.4. DRESSAGE DES VIANDES ET VOLAILLES RÔTIES :.....	372
21.7.5. CUISSONS DES VIANDES ET VOLAILLES POÊLEES : (APPELES AUSSI RÔTIS SPECIAUX)	372
21.7.5.1. GENERALITES :.....	372
21.7.5.2. : LES VIANDES ET VOLAILLES CUITES PAR CETTE TECHNIQUE :	372
21.7.5.3. TECHNIQUES DE CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES POÊLEES :	373
21.7.6. CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES SAUTEES :.....	374
21.7.6.1. GENERALITES :.....	374
21.7.6.2. LES VIANDES ET VOLAILLES CUITES PAR CETTE TECHNIQUE :	374
21.7.6.3. TECHNIQUE DE CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES SAUTEES :	374
21.7.6.3.1. CUISSON DES VIANDES ROUGES SAUTEES :.....	376
21.7.6.3.2. CUISSON DES VIANDES BLANCHES ET VOLAILLES SAUTÉES :	377
21.7.6.4. DRESSAGE DES VIANDES ET VOLAILLES SAUTEES :.....	377
21.7.7. CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES GRILLEES :.....	378
21.7.7.1. GENERALITES :.....	378
21.7.7.2. LES VIANDES ET VOLAILLES CUITES PAR CETTE TECHNIQUE :	378
21.7.7.3. TECHNIQUE DE CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES GRILLEES :	378
21.7.7.3.1. CUISSON DES VIANDES ROUGES GRILLEES :.....	379
21.7.7.3.2. CUISSON DES VIANDES BLANCHES ET VOLAILLES GRILLEES :	379
21.7.7.4. DRESSAGE DES VIANDES ET VOLAILLES GRILLEES :.....	380
21.7.8. CUISSONS DES VIANDES ET VOLAILLES EN FRITURE :.....	380
21.7.8.1. GENERALITES :.....	380
21.7.9. CUISSONS DES VIANDES ET VOLAILLES BRAISEES :.....	380

21.7.9.1. GENERALITES :.....	380
21.7.9.2. LES VIANDES ET VOLAILLES TRAITEES PAR CETTE TECHNIQUE :	381
21.7.9.3. TECHNIQUE DE CUISSON DES VIANDES ROUGES BRAISEES :	381
21.7.9.4. TECHNIQUE DE CUISSON DES VIANDES BLANCHES ET VOLAILLES BRAISEES :	383
21.7.10. CUISSONS DES VIANDES ET VOLAILLES EN SAUTES MIXTES (RAGOÛTS OU SAUTES EN SAUCE) :	384
21.7.10.1. GENERALITES :.....	384
21.7.10.2. LES VIANDES ET VOLAILLES CUITES PAR CETTE TECHNIQUE :	384
21.7.10.3. TECHNIQUE DE CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLE EN SAUTE MIXTE :	384
21.7.11. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES VIANDES ET DES VOLAILLES :	386
21.7.11.1. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES POCHEES :	386
21.7.11.2. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES A LA VAPEUR ET SOUS-VIDE :.....	387
21.7.11.3. TABLEAU RECAPITULATIF DES VIANDES ET VOLAILLES RÔTIES :	388
21.7.11.4. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES VIANDES BLANCHES ET VOLAILLES POÊLEES :	389
21.7.11.5. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES SAUTEES :	390
21.7.11.6. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES GRILLEES :	391
21.7.11.7. TABLEAUX RECAPITULATIFS DE LA CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES BRAISEES :	392
21.7.11.7.1. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES BRAISEES A BRUN :	392
21.7.11.7.2. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES BRAISEES A BLANC : .....	393
21.7.11.8. TABLEAU RECAPITULATIF DE LA CUISSON DES VIANDES ET VOLAILLES CUITES EN SAUTES MIXTES OU SAUTES EN SAUCE :.....	394

## **22. LES ABATS :.....395**

22.1. GENERALITES :.....	395
22.2. DEFINITION :.....	395
22.2.1. CLASSIFICATION :.....	396
22.2.1.1. LES ABATS BLANCS :.....	396
22.2.1.2. LES ABATS ROUGES :.....	396
22.2.2. LA CONSOMMATION DES ABATS :.....	397
22.2.3. LA QUALITE DES ABATS :.....	397



22.2.3.1. PRECAUTIONS A PRENDRE A LA LIVRAISON : .....	398
22.2.3.2. PRECAUTIONS PARTICULIERES LORS DU STOCKAGE :.....	398
22.2.4. <i>PREPARATION , CUISSON ET UTILISATION DES ABATS</i> .....	399
22.2.4.1. LES ABATS BLANCS :.....	399
22.2.4.1.1. AMOURETTE OU MOELLE EPINIERE (VEAU ET BŒUF) :...	399
22.2.4.1.1.1. PREPARATION ET CUISSON :.....	399
22.2.4.1.1.2. UTILISATION ET SUGGESTION DE GARNITURES :.....	399
22.2.4.1.2. RIS OU THYMUS :.....	399
22.2.4.1.2.1. PREPARATION ET CUISSON :.....	399
22.2.4.1.2.2. UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURES.....	400
22.2.4.1.3. TRIPES.....	400
22.2.4.1.3.1. PREPARATION ET CUISSON.....	400
22.2.4.1.3.2. UTILISATION ET SUGGESTION DE GARNITURES.....	400
22.2.4.1.4. GRAS DOUBLE.....	401
22.2.4.1.5. TRIPOUX D'Auvergne.....	401
22.2.4.1.6. LA TÊTE.....	401
22.2.4.1.6.1. PREPARATION ET CUISSON.....	401
22.2.4.1.6.2. UTILISATION ET SUGGESTION DE GARNITURE.....	401
22.2.4.1.7. CERVELLE.....	401
22.2.4.1.7.1. PREPARATION ET CUISSON.....	401
22.2.4.1.7.2. UTILISATION ET SUGGESTION DE GARNITURE.....	402
22.2.4.1.8. LES PIEDS.....	402
22.2.4.1.8.1. PREPARATION ET CUISSON.....	402
22.2.4.1.8.2. UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURES.....	402
22.2.4.1.8.3. PREPARATION ET CUISSON.....	402
22.2.4.1.8.4. UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURES.....	402
22.2.4.1.8.5. PREPARATION ET CUISSON.....	403
22.2.4.1.8.6. UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURES.....	403
22.2.4.1.9. LA FRAISE DE VEAU.....	403
22.2.4.1.9.1. PREPARATION ET CUISSON.....	403
22.2.4.1.9.2. UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURES.....	403

22.2.4.2. LES ABATS ROUGES.....	403
22.2.4.2.1.LE CŒUR. (Agneau, veau, parfois bœuf et porc).....	403
22.2.4.2.1.1.PREPARATION ET CUISSON.....	404
22.2.4.2.1.2.UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURE.....	404
22.2.4.2.2.LE FOIE (Veau, agneau, porc, bœuf).....	404
22.2.4.2.2.1.PREPARATION ET CUISSON.....	404
22.2.4.2.2.2.UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURES.....	404
22.2.4.2.3.LA LANGUE. (Bœuf, veau, agneau).....	404
22.2.4.2.3.1.PREPARATION ET CUISSON.....	404
22.2.4.2.3.2.UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURES.....	405
22.2.4.2.4.LA LANGUE ÉCARLATE :.....	405
22.2.4.2.4.1.PREPARATION ET CUISSON.....	405
22.2.4.2.4.2.UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURES.....	405
22.2.4.2.5.LES ROGNONS (Veau, génisse, porc, agneau).....	405
22.2.4.2.5.1.PREPARATION ET CUISSON.....	405
22.2.4.2.5.2.UTILISATION ET SUGGESTIONS DE GARNITURES.....	405
<b>23. LES GIBIERS :.....</b>	<b>406</b>
23.1. CLASSIFICATION :.....	406
23.1.1. <i>LE GIBIER DE/OU EN POIL</i> :.....	406
23.1.1.1. LE GROS GIBIER.....	406
23.1.1.1.1. LE SANGLIER.....	406
23.1.1.1.2.LE CHEVREUIL.....	406
23.1.1.1.3.LE CERF.....	407
23.1.1.2. LE PETIT GIBIER.....	408
23.1.1.2.1. LE LIEVRE.....	408
23.1.1.2.2. LE LAPIN DE GARENNE.....	408
23.1.2. <i>LE GIBIER DE/OU EN PLUME</i> :.....	409
23.1.2.1. LE FAISAN.....	409
23.1.2.2. LE PERDREAU, LA PERDRIX.....	410
23.1.2.3. LE PIGEON RAMIER.....	410

23.1.2.4. LA PALOMBE.....	410
23.1.2.5. BÉCASSE, BÉCASSINE.....	410
23.1.2.6. LA CAILLE, LA GRIVE, L'ALOUETTE.....	411
23.1.2.7. LE CANARD SAUVAGE.....	411
23.2. L'ACHAT DU GIBIER :	412
23.2.1. GENERALITES :	412
23.2.2. ACHAT DES GIBIERS PROPREMENT DIT :	413
23.3. LES PREPARATIONS DE BASE :	413
23.3.1. LE FOND DE GIBIER :	413
23.3.2. SAUCE POIVRADE :	413
23.3.2.1. SAUCES DERIVEES DE LA SAUCE POIVRADE :	413
23.3.2.1.1. SAUCE GRAND-VEEUR OU VENAISON :	413
23.3.2.1.2. SAUCE CHEVREUIL :	413
23.3.2.1.3. SAUCE DIANE :	414
23.4. TABLEAU DES PRINCIPALES UTILISATIONS CULINAIRES DES GIBIERS :	415
23.5. LA CUISSON DES GIBIERS :	418
23.5.1. LES GIBIERS RÔTIS :	418
23.5.1.1. LES GIBIERS DE POIL :	418
23.5.1.1.1. LES PETITS GIBIERS :	418
23.5.1.1.1.1. LE RÂBLE DE LIÈVRE :	418
23.5.1.1.1.1.1. TECHNIQUE DE PRÉPARATION DU RÂBLE DE LIÈVRE CRÈME :	418
23.5.1.1.1.1.2. TECHNIQUE DE PRÉPARATION D'UN RÂBLE DE LIÈVRE SAUCE POIVRADE :	419
23.5.1.1.2. LES GROS GIBIERS PIÉCÉS :	419
23.5.1.1.2.1. PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES :	419
23.5.1.1.2.2. TECHNIQUE DE CUISSON :	419
23.5.1.2. LES GIBIERS DE PLUME :	419
23.5.1.2.1. LES CAILLES :	419
23.5.1.2.1.1. TECHNIQUE DE CUISSON DES CAILLES ROTIES A LA LIEGEOISE :	419
23.5.1.2.2. LE PERDREAU :	420
23.5.1.2.2.1. TECHNIQUE DE PRÉPARATION D'UN PERDREAU RÔTI SUR CANAPÉ :	420
23.5.1.2.3. BECASSE ET BECASSINE :	420

23.5.1.2.3.1. TECHNIQUE DE PREPARATION D'UNE BECASSE FINE CHAMPAGNE :	420
23.5.1.2.4. LE FAISAN, LE CANARD SAUVAGE :.....	420
23.5.1.2.4.1. TECHNIQUE DE PREPARATION D'UN FAISAN CRÈME :	420
23.5.1.2.4.2. TECHNIQUE DE PREPARATION D'UN FAISANT FINE CHAMPAGNE :	421
23.5.2. <i>LES GIBIERS POÊLES</i> :.....	421
23.5.2.1. TECHNIQUE DE PREPARATION D'UNE POULE FAISANE EN COCOTTE SOUWAROFF OU SOUVAROFF : .....	421
23.5.3. <i>LES GIBIERS GRILLES</i> :.....	422
23.5.4. <i>LES GIBIERS SAUTES</i> :.....	422
23.5.4.1. LES GIBIERS DE POIL :.....	422
23.5.4.1.1. PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES :.....	422
23.5.4.1.2. TECHNIQUE DE PRÉPARATION :.....	422
23.5.4.2. LES GIBIERS DE PLUME :.....	422
23.5.5. <i>LES GIBIERS EN CIVET (ou ragoût)</i> :.....	423
23.5.5.1. PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES :.....	423
23.5.5.2. TECHNIQUE DE PRÉPARATION :.....	423
23.5.5.3. DRESSAGE :.....	423
23.5.6. <i>LES GIBIERS BRAISES</i> :.....	423
23.5.6.1. LES GIBIERS BRAISES A BRUN :.....	424
23.5.6.1.1. TECHNIQUE DE CUISSON D'UN LAPEREAU SAUTE CHASSEUR ;	424
23.5.6.2. LES GIBIERS BRAISES A BLANC :.....	424
23.5.6.2.1. TECHNIQUE DE CUISSON D'UNE PERDRIX EN CHARTREUSE :	424
23.5.6.2.2. DRESSAGE :.....	425
23.5.6.3. LES GIBIERS EN SALMIS :.....	425
23.5.6.3.1. TECHNIQUE DE CUISSON D'UN SALMIS DE FAISAN :.....	425
<b>24. LES CHARCUTERIES</b> :.....	<b>425</b>
24.1. LES SAUMURES :.....	426
24.1.1. <i>INTRODUCTION</i> :.....	426
24.1.2. <i>LEGISLATION DU 8 JUIN 1983</i> :.....	426
24.1.2.1. EXIGENCES RELATIVES À LA SAUMURE ; DÉFINITION:.....	426

24.1.2.2. EXIGENCES RELATIVES AU SAUMURAGE:.....	426
24.1.2.3. LES SAUMURES :UTILISATION :.....	427
24.1.2.3.1. BUT D'UNE SAUMURE :.....	427
24.1.2.3.1.1. INGREDIENTS D'UNE SAUMURE :.....	427
24.1.2.3.1.1.1. LE SEL :.....	427
24.1.2.3.1.1.2. LES ADJUVANTS :.....	427
24.1.2.3.1.1.2.1 SORTES D'ADJUVANTS :.....	427
24.1.2.3.1.1.2.2 BUTS D'UTILISATION :.....	427
24.1.2.3.1.1.2.3 METHODE D'UTILISATION DU SALPETRE :....	427
24.1.2.3.1.1.2.4 METHODE D'UTILISATION DU NITRITE DE SODIUM :	428
24.1.2.3.1.1.2.5 LES SUCRES :.....	428
24.1.2.3.1.1.2.6 LES AROMATES :.....	428
24.1.3. LES DIFFERENTES SAUMURES:.....	428
24.1.3.1. LA SAUMURE SEMI-BOUILLIE:.....	428
24.1.3.2. LA SAUMURE BOUILLIE: .....	429
24.1.3.3. LA SAUMURE NON-BOUILLIE:.....	429
24.1.3.4. LA SAUMURE « SECHE »:.....	429
24.1.4. PREPARATION D'UNE SAUMURE:.....	429
24.1.4.1. SAUMURE SEMI-BOUILLIE :.....	429
24.1.4.2. SAUMURE « SECHE »:.....	430
24.1.4.3. EXEMPLES D'UTILISATION DES SAUMURES:.....	431
24.1.4.3.1. LE JAMBON SEC:.....	431
24.1.4.3.2. LE JAMBON CUIT:.....	431
24.2. LES PÂTÉS ET FARCES :.....	432
24.2.1. LES PÂTES :.....	432
24.2.1.1. GENERALITES :.....	432
24.2.1.2. COMPOSANTS DE BASE :.....	433
24.2.1.3.LES VIANDES, LE GRAS:.....	433
24.2.1.3.1. TRAITEMENT DE LA VIANDE:.....	433
24.2.1.3.1.1. LE REFROIDISSEMENT DE LA VIANDE:.....	433
24.2.1.3.1.2. CONSERVATION DES VIANDES:.....	434

24.2.1.3.1.3. REFRIGERATION DES VIANDES :.....	434
24.2.1.3.2. LE REFROIDISSEMENT DU GRAS: .....	434
24.2.1.3.3. LE PRE SALAGE DES VIANDES ET DU GRAS :.....	435
24.2.1.3.3.1. LE PRE SALAGE DES VIANDES :.....	435
24.2.1.3.3.2. LE PRESALAGE DU GRAS DE PORC:.....	436
24.2.1.4. LES RECETTES :.....	436
24.2.1.4.1. LES FARCES FINES :.....	436
24.2.1.4.1.1. LA GALANTINE DE VEAU :.....	436
24.2.1.4.1.2. LE COCHON DE LAIT FARCI EN GALANTINE :.....	437
24.2.1.4.1.3. LA BALLOTINE DE VOLAILLE AUX NOISETTES :.....	439
24.2.1.4.2. LES TERRINES :.....	441
24.2.1.4.2.1. MONTAGE D'UN PATE EN CROUTE :.....	441
24.2.1.4.2.2. PÂTÉ DE FOIE EN TERRINE .....	442
24.2.1.4.2.3. PÂTE DE FOIE DE CAMPAGNE :.....	443
24.2.1.4.2.4. PÂTE DE GIBIER (LIEVRE) :.....	443
24.3. LES CHARCUTERIES A BASE DE GELEE :.....	444
24.3.1. LA TETE DE VEAU EN TORTUE :.....	444
24.3.2. TETE DE VEAU VINAIGRETTE :.....	445
24.3.3. TETE PRESSEE :.....	446
24.4. LE FOIE GRAS :.....	446
24.4.1. HISTOIRE ET GENERALITES :.....	446
24.4.2. COMMENT BIEN CHOISIR LE FOIE GRAS :.....	446
24.4.3. LE FOIE GRAS PREPARE :.....	447
24.4.3.1. LE FOIE GRAS MI-CUIT :.....	447
24.4.3.2. LE FOIE GRAS EN CONSERVE :.....	447
24.4.3.3. L'HYGIENE DU FOIE GRAS :.....	447
24.4.3.4. LE PARAGE DU FOIE GRAS : .....	448
<b>25. LES MOUSSES, MOUSSELINES ET SOUFFLES FROIDS.....</b>	<b>448</b>
25.1. GENERALITES :.....	448
25.2. COMPOSITION DE L'APPAREIL POUR MOUSSES ET MOUSSELINES FROIDES :	449

25.3.LES SOUFFLES FROIDS :.....	450
<b>26.LES GELEES, LES ASPICS, LES CHAUDS-FROIDS :.....</b>	<b>450</b>
26.1. LA GELEE :.....	450
26.1.1. <i>COMMENT OBTENIR UNE BONNE GELEE</i> :.....	451
26.1.2. <i>LE DÉCOR À LA GELÉE : (AVEC GÉLATINE INDUSTRIELLE)</i> .....	452
26.1.2.1. SUBSTANCES UTILISEES POUR LA DECORATION :.....	452
26.1.2.1.1.LE BLANC :.....	452
26.1.2.1.2.LE JAUNE :.....	452
26.1.2.1.3. LE ROUGE :.....	452
26.1.2.1.4. LE VERT :.....	453
26.1.2.1.5. LE NOIR :.....	453
26.1.2.1.6. LE MOULAGE EN GELEE :.....	453
26.1.3. <i>LES ASPICS</i> :.....	454
26.1.3.1. DEFINITION :.....	454
26.1.4. <i>LES CHAUDS-FROIDS</i> :.....	454
<b>27. LES PÂTES :.....</b>	<b>456</b>
27.1.CLASSIFICATION :.....	456
27.2. LES PATES SECHES :.....	457
27.2.1. <i>LA PATE A CROUTE OU PATE BRISEE:</i> .....	457
27.2.2. <i>LA PATE GRASSE</i> :.....	458
27.2.3. <i>LA PATE SABLEE</i> :.....	459
27.2.4. <i>LA PÂTE FEUILLETÉE</i> :.....	460
27.3.LES PÂTES MOLLES :.....	463
27.3.1. <i>LA PÂTE À CRÊPES</i> :.....	463
27.3.2. <i>LA PÂTE À CHOUX</i> :.....	464
27.4. LES PATES MONTEES :.....	466
27.4.1.. <i>LA GENOISE OU BISCUIT DUCHESSE</i> :.....	466
27.4.2. <i>LA PÂTE À BISCUITS</i> :.....	467
27.4.3. <i>LA PATE A BISCUIT CUILLER</i> :.....	467

27.4.4. LA PÂTE A BISCUIT JOCONDE :.....	468
27.4.5. BISCUIT SACHER :.....	469
27.4.6. LA PÂTE À FRIRE :.....	469
27.4.6.1. LA PÂTE À FRIRE POUR FRITOTS :.....	469
27.4.6.2. LA PÂTE À FRIRE POUR BEIGNETS :.....	470
27.5.LES PATES LEVEES:.....	471
27.5.1.LA PATE A BRIOCHE:.....	471
27.5.2. LA PATE A BABA OU A SAVARIN :.....	472
27.5.3.LA TARTE EN PÂTE LEVEE :.....	473
27.5.4.LA PÂTE À PAIN (POUR PIZZA) :.....	474
<b>28. LES CREMES :.....</b>	<b>476</b>
28.1.GÉNÉRALITÉS :.....	476
28.2.CLASSIFICATION DES PRINCIPALES CREMES DE BASE :.....	476
28.2.1. LA CREME CHANTILLY :.....	476
28.2.2. LA CREME ANGLAISE :.....	477
28.2.3. LA CRÈME PÂTISSIÈRE :.....	478
28.2.3.1. LA CREME MOUSSELINE :.....	479
28.2.3.2. LA CREME DIPLOMATE :.....	479
28.2.3.3. LA CREME CHIBOUST :.....	479
28.2.3.4. LA CREME LEGERE :.....	480
28.2.3.5. TABLEAU RECAPITULATIF DES DIFFERENTES PROPORTIONS DE LA CREME PÂTISSIERE ET DERIVEES .....	481
28.2.4. LA CREME PUDDING VANILLE :.....	483
28.2.4.1. LA CREME PUDDING AU FRUITS COCKTAILS :.....	483
28.2.4.2. LA CREME PUDDING AU CAFE :.....	483
28.2.5. LA CREME FRANGIPANE :.....	483
28.2.6. LA CREME GANACHE :.....	484
28.2.7. LA CRÈME SEMOULE VANILLE :.....	485
28.2.7.1. LA CREME SEMOULE AUX FRUITS COCKTAIL :.....	485
28.2.7.2. LA CREME SEMOULE AU CAFE :.....	486



28.2.8. <i>LA CREME AU BEURRE</i> :.....	486
<b>29. LES APPAREILS</b> :.....	<b>487</b>
29.1. CLASSIFICATION : .....	487
29.1.1. <i>LES APPAREILS A BAVAROIS OU A MOSCOVITES</i> :.....	487
29.1.1.1. BAVAROIS AUX ŒUFS :.....	487
29.1.1.2. BAVAROIS AUX FRUITS :.....	488
29.1.2. <i>L'APPAREIL A FLAN OU CREME RENVERSEE</i> :.....	489
29.1.2.1. FLAN MIKADO :.....	489
29.1.2.2. FLAN VIENNOIS :.....	490
29.1.2.3. CREME BEAU RIVAGE :.....	490
29.1.3. <i>L'APPAREIL A SOUFFLES</i> :.....	490
29.1.4. <i>LES APPAREILS A MERINGUES</i> :.....	492
29.1.4.1. COMPOSITION :.....	492
29.1.4.2. CLASSIFICATION :.....	493
29.1.4.2.1. LA MERINGUE ORDINAIRE :.....	493
29.1.4.2.2. LA MERINGUE CUITE OU SUR LE FEU OU SUISSE :.....	493
29.1.4.2.3. LA MERINGUE ITALIENNE :.....	493
29.1.4.2.4. FONDS DE PROGRES OU DE SUCCES :.....	493
29.1.4.3. PRECAUTIONS :.....	493
29.1.4.4. UTILISATION :.....	494
29.2. DIVERS :.....	495
29.2.1. <i>PRALIN GÂTEAUX</i> :.....	495
29.2.2. <i>BROYAGE D'AMANDES</i> :.....	495
<b>30. LES MOUSSES</b> :.....	<b>496</b>
30.1. EXEMPLES DE COMPOSITION DE QUELQUES MOUSSES :.....	496
30.1.1. <i>MOUSSE AU CHOCOLAT</i> :.....	496
30.1.2. <i>MOUSSE AU CHOCOLAT AU CAFE</i> :.....	497
<b>31. LES SAUCES</b> :.....	<b>498</b>
31.1. COMPOSITION :.....	498

31.2. UTILISATION :	498
<b>32. LES DESSERTS :</b>	<b>500</b>
32.1. CLASSIFICATION DES DESSERTS :	500
32.1.1. CLASSIFICATION DES ENTREMETS DE CUISINE :	500
32.1.1.1. LES ENTREMETS CHAUDS :	501
32.1.1.2. LES ENTREMETS FROIDS :	503
32.1.2. LES PETITES PIECES DE PÂTISSERIE ET LES PETITS FOURS :	505
32.1.2.1. CLASSIFICATION :	505
32.1.2.1.1. LES PETITS FOURS SECS :	505
32.1.2.1.2. LES PETITS FOURS FRAIS OU REDUCTION :	505
32.1.2.1.3. LES FRUITS DEGUISES :	506
<b>33. LES GLACES ET LES SORBETS :</b>	<b>507</b>
33.1. GENERALITES :	507
33.2. LES GLACES :	507
33.2.1. APPAREIL A CREME GLACEE VANILLE :	507
33.2.1.1. RECETTES CLASSIQUE	507
33.2.1.2. RECETTE ACTUELLE :	508
33.2.2. APPAREIL A GLACE AU MELON :	509
33.2.3. APPAREIL A GLACE AU MIEL :	509
33.3. LES SORBETS :	510
33.3.1. APPAREIL A SORBET (EX : ORANGE GIVREE).....	511
33.4. LES APPAREILS A BOMBES ET A PARFAITS GLACES :	511
33.5. APPAREIL A SOUFFLES GLACES :	512
<b>34. LE TRAVAIL DU SUCRE :</b>	<b>513</b>
34.1. LE SUCRE COULÉ. :	513
34.2. LE SUCRE BULLÉ :	513
34.3. LE SUCRE SOUFFLÉ :	513
34.4. LE SUCRE TIRÉ :	514
34.5. PASTILLAGE POUR MÉDAILLON :	514

34.6.GLACE ROYALE : .....	514
34.7. POUR MANIPULER :.....	514
34.7.1. L'ACIDE TARTRIQUE :.....	514
34.7.2.L'OXYDE DE TITANE : .....	515
34.7.3. COLORANT EN POUDRE :.....	515
<b>35.LA CUISSON SOUS-VIDE :.....</b>	<b>516</b>
<b>36. QUANTITES A PREVOIR PAR COUVERT :.....</b>	<b>516</b>
36.1.LE BŒUF :.....	518
36.2. LE VEAU :.....	519
36.3. L'AGNEAU :.....	520
36.4. LE PORC :.....	521
36.5.LES ABATS :.....	521
36.6.LES VOLAILLES ET LAPINS (LAPEREAU) :.....	522
36.7.LES POISSONS :.....	523
36.8. LES LÉGUMES :.....	524
<b>37. RELEVER DES MARCHANDISES NECESSAIRES AUX PREPARATIONS, GLOBALISATION : 525</b>	
37.1.INVENTAIRE DES MARCHANDISES NÉCESSAIRES AUX PRÉPARATIONS D'UN MENU ET DES PLATS COMPOSANT UNE CARTE DE RESTAURANT :.....	525
37.2.INVENTAIRE DES MARCHANDISES NÉCESSAIRES POUR LES MISES EN PLACES PRÉVUES (SUIVANT FICHES TECHNIQUES DES PAGES PRÉCÉDENTES). .....	536
37.3.GLOBALISATION DES MARCHANDISES SUR LA FEUILLE ÉCONOMAT	539
37.4.PASSAGE DES COMMANDES AUX DIFFÉRENTS FOURNISSEURS OU ÉCONOMAT	540
<b>38.MERCURIALE.....</b>	<b>543</b>
<b>39. LES NORMES H.A.C.C.P.(DOSSIER RÉALISÉ PAR MR. JACQUES CHARLIER CHEF D'ATELIER À I.P.CINEY) :561</b>	
39.1.HYGIENE ET SECURITE ALIMENTAIRE :.....	561
39.1.1. CE QUE DIT LA LOI. :.....	561
39.1.2.POURQUOI UN ALIMENT PEUT-IL DEVENIR TOXIQUE ?.....	562

39.1.3. <i>QUELLES PRÉCAUTIONS FAUT-IL PRENDRE POUR QU'UN ALIMENT RESTE SAIN ?</i> :	565
39.2. L'IMPORTANCE DES TEMPÉRATURES :	568
39.2.1. <i>LE FROID</i> :	568
39.2.2. <i>LE CHAUD</i> :	569
39.3. LA DESINFECTION :	570
ETAPES POUR NETTOYER LE SOL EN FIN DE SERVICE.....	572
<b>40. BIBLIOGRAPHIE.....</b>	<b>573</b>
<b>41. TABLE DES MATIERES :</b> .....	<b>574</b>