

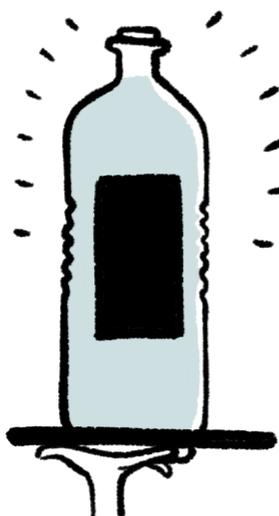
FONDS, BOUILLONS ET FUMETS

*Sise aussi sont des émuls Ne eos serio. Nemquodior as voluptat.
Iqui si occum lam dohnt quaessed quam quidem vendipitatia nonsequid.*

MIAM!

POURQUOI Y A-T-IL DES FONDS ET DES BOUILLONS PLUS SAVOUREUX QUE D'AUTRES ?

L'idée, quand on prépare un bouillon, un fond ou un fumet, c'est de déplacer un maximum de saveurs d'ingrédients solides (viandes, légumes, aromates...) vers un liquide (eau). Exactement comme quand on prépare un thé avec des feuilles de thé séchées ou une infusion avec des feuilles de verveine. Quand on prépare un bouillon ou un fond, en fait, on réalise une infusion de viande.



POURQUOI LA QUALITÉ DE L'EAU DE CUISSON EST-ELLE PRIMORDIALE ?

L'eau va non seulement cuire les ingrédients du bouillon, mais surtout, elle en est l'ingrédient principal : les bouillons, fonds et fumets sont majoritairement composés d'eau (à laquelle on ajoute des saveurs). Si l'eau a un goût au départ (javel ou autre), on retrouvera ce goût dans notre bouillon en fin de cuisson. Il faut donc une eau la plus neutre possible pour que son goût n'interfère ni ne couvre les saveurs des autres ingrédients.

... ET POURQUOI NE FAUT-IL PAS UTILISER DE L'EAU CHAUDE DU ROBINET ?

Avant que l'eau chaude n'arrive au niveau du robinet, la chaleur dissout quelques minéraux accrochés à l'intérieur de la tuyauterie qui donnent un mauvais goût à l'eau. Il faut utiliser de l'eau froide et jamais, jamais de l'eau chaude, comme base d'un fond ou d'un bouillon ni en cuisine d'ailleurs... Sauf pour laver la vaisselle...

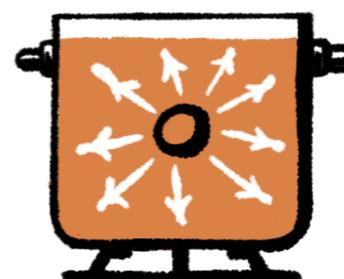


yannis peux tu rajouter des points de sels dans le bouillon salé

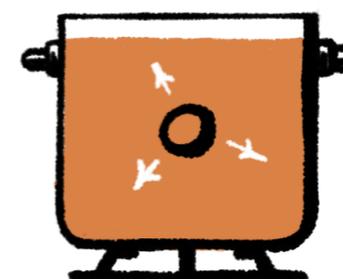


... ET POURQUOI NE FAUT-IL PAS POIVRER NON PLUS ?

Le poivre, comme le thé ou la verveine, infuse lorsqu'il est chauffé dans un liquide. Et comme eux, il devient amer et âcre, s'il infuse trop longtemps. À moins que vous souhaitiez ajouter de l'âcreté et de l'amertume à son bouillon, ne poivrez jamais votre bouillon en début ou en cours de cuisson. Autrefois, on ajoutait du poivre pour profiter de ses propriétés antiseptiques et tuer les microbes parce que les viandes n'étaient pas d'une propreté absolue.



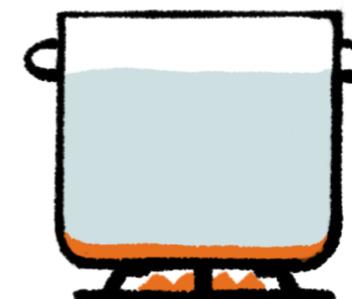
Bouillon non salé



Bouillon salé

POURQUOI LA QUANTITÉ D'EAU EST-ELLE IMPORTANTE ?

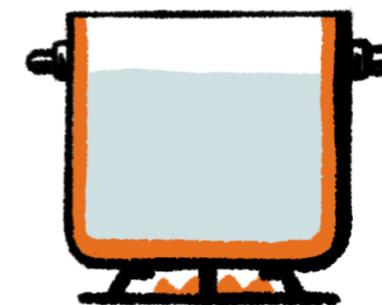
À partir d'un certain point, l'eau est saturée de saveurs et ne peut plus en absorber de nouvelles, même si on prolonge la cuisson pendant des heures. En gros, c'est comme une valise : quand elle est pleine, elle est pleine, et vous ne pouvez plus rien ajouter dedans. Le truc, c'est d'avoir une assez grande quantité d'eau au départ pour qu'elle puisse capter le maximum de saveurs des viandes.



En fer ou en Inox

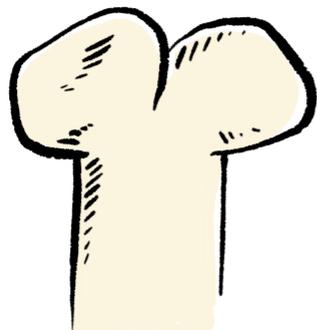
... ET POURQUOI LE MATÉRIAU DE CUISSON L'EST-IL AUSSI ?

Certains matériaux, comme la fonte, accumulent la chaleur dans leur épaisseur avant de la restituer sur toute leur surface. Ainsi, le liquide est chauffé de la même façon, en bas ou sur les côtés, et on a une cuisson homogène partout. D'autres, comme le fer ou l'inox, n'accumulent pas la chaleur et la restituent uniquement à l'endroit où ils la reçoivent. Là, ça chauffe très fort en dessous, mais pas du tout sur les côtés. Du coup, la cuisson est différente selon l'endroit où se trouvent les ingrédients dans la cocotte et le résultat est moins bon. Enfin, et c'est un peu plus technique, la fonte émet une chaleur rayonnante douce alors que le fer et l'inox émettent une chaleur rayonnante violente. Et nous, ce qu'on recherche dans la réalisation des bouillons et des fonds, c'est de la douceur. Donc exit fer et inox !



En fonte

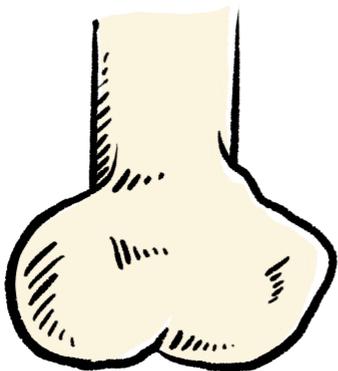
FONDS, BOUILLONS ET FUMETS



POURQUOI FAUT-IL FAIRE DORER LES OS AVANT DE LES METTRE DANS L'EAU ?

Les os en eux même ne donnent pas de goût, ils sont majoritairement composés de calcaire. Ce qui donne des saveurs, ce sont les cartilages des articulations, la moelle contenue au cœur de certains os, et les petits morceaux de viande accrochés dessus.

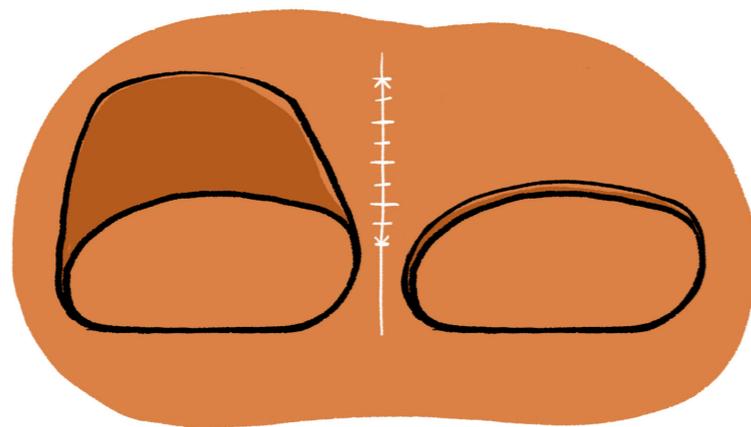
Quand vous faites dorer les os, vous profitez des saveurs créées par les réactions de Maillard sur les petits morceaux de viande restés dessus, sur certaines parties des cartilages et sur la moelle. Les os auront donc beaucoup plus de saveurs à diffuser dans le bouillon.



POURQUOI LA TAILLE DES MORCEAUX DE VIANDE EST-ELLE IMPORTANTE ?

Je reviens sur l'objectif principal quand on prépare un fond ou un bouillon : récupérer le maximum de saveurs des différents ingrédients. Si vous mettez un gros morceau de viande, les saveurs contenues au centre du morceau doivent traverser une grande quantité de matière pour arriver vers le liquide. Cette distance est beaucoup trop longue et une grande partie des saveurs n'y arrive pas. C'est un peu idiot.

Alors que si vous coupez des morceaux de viande en tranches pas trop épaisses, la distance à parcourir par les saveurs depuis le cœur du petit morceau sera réduite, ce qui facilite leur transfert vers le liquide. Et vous obtenez alors un bouillon bien plus savoureux.



LE BON GESTE

POURQUOI FAUT-IL CUIRE DOUCEMENT ET LONGUEMENT LES BOUILLONS ?

Pour la réalisation des bouillons et des fonds, il faut utiliser des viandes qui contiennent du collagène parce qu'en chauffant, ce collagène se transforme en gélatine et confère beaucoup de saveurs. Petit problème : pour se transformer en délicieuse gélatine, le collagène doit chauffer longtemps et à une température pas trop forte. Voilà pourquoi un bon bouillon doit être cuit longuement et doucement, aux alentours de 80 °C, mais jamais à petits bouillons ni même à frémissement. Comment vérifier la température ? Dès que vous voyez 1 ou 2 petites bulles remonter doucement, vous y êtes... et le résultat n'aura rien à voir avec ce que vous connaissez.



POURQUOI LIT-ON SOUVENT : « RETIREZ LES IMPURETÉS » DU BOUILLON ?

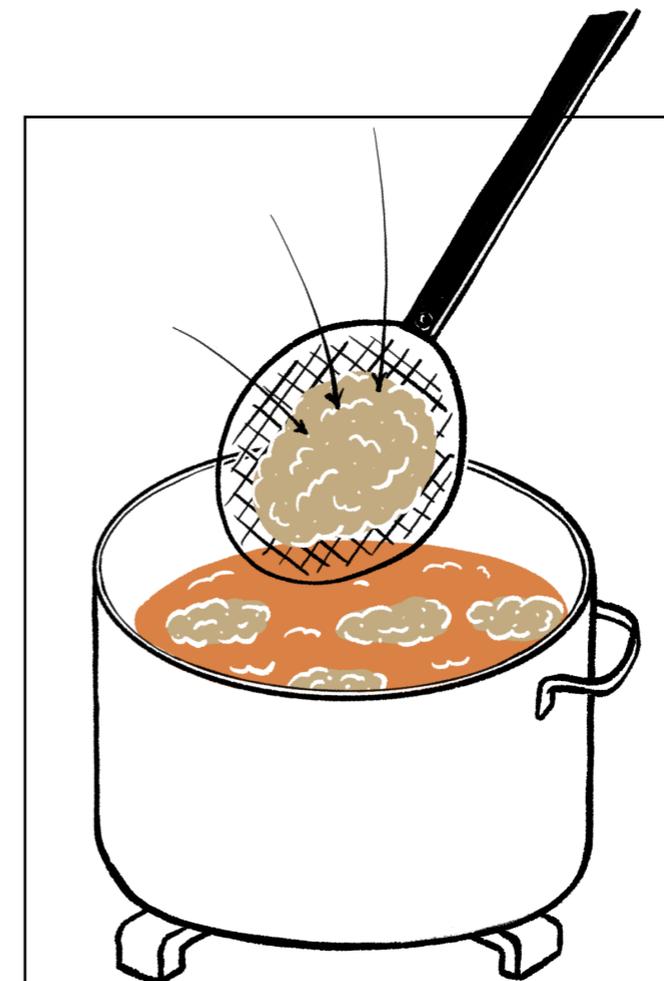
Autant vous le dire tout de suite, c'est une des pires âneries qu'on entend en cuisine ! Il n'y a pas d'impuretés dans un bouillon, à moins que vous n'ayez laissé de la terre sur vos légumes. Les particules minuscules qui se baladent dans le bouillon, ce sont des petits morceaux de viande détachés, pas des impuretés. D'ailleurs, vous en faites quoi des impuretés quand vous préparez une côte de bœuf ? Rien, pour la simple raison qu'il n'y en a pas...

POURQUOI FAUT-IL D'ABORD CUIRE UN FOND À COUVERT ET LE RÉDUIRE ENSUITE ?

Si vous ne couvrez pas, une partie de l'eau va s'évaporer et la quantité de liquide va diminuer au fur et à mesure, comme pour une réduction. Le liquide va être saturé bien avant que les viandes aient perdues tout ce qu'elles avaient à donner. Quel dommage ! En couvrant, vous empêchez cette évaporation, et vous laissez le maximum de saveurs de votre viande migrer vers le liquide. C'est après ce transfert qu'il faut réduire, surtout pas en même temps !

... ET POURQUOI APPELLE-T-ON « GLACE » UN FOND TRÈS RÉDUIT ?

Plus le fond perd de l'eau, plus il réduit et plus sa teneur en gélatine augmente. C'est cette gélatine, brillante, qui donne au fond très, très réduit un aspect brillant, qui reflète comme une glace.



« L'ÉCUME » EN 2 QUESTIONS

1

CE QU'ON NOMME COURAMMENT « ÉCUME » N'EST PAS DE L'ÉCUME ?

L'écume est un mélange de liquide et d'impuretés à la surface d'un liquide. Dans notre cas, il n'y a pas d'impuretés, donc il n'y a pas d'écume, point final.

2

... ET FAUT-IL « ÉCUMER », MÊME SI CE N'EST PAS DE L'ÉCUME ?

Ce qu'il peut y avoir, c'est une mousse blanchâtre en surface. Composée de protéines et de gras de viande qui coagulent, et d'air (c'est la raison pour laquelle c'est une mousse), elle va donner un goût amer au bouillon. Il faut donc la retirer. Cette mousse se crée si on cuit le bouillon à feu trop fort. Mais si vous faites chauffer à une température plus basse, vous n'en aurez pratiquement pas.

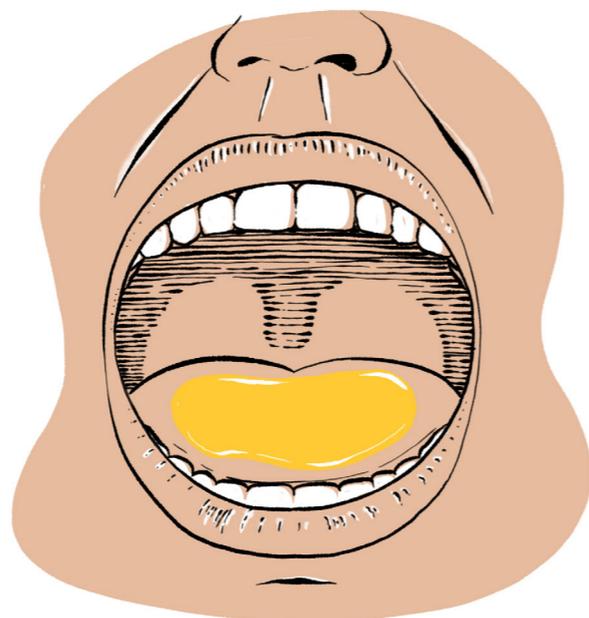
FONDS, BOUILLONS ET FUMETS

c'est moche non ?

LE BON GESTE

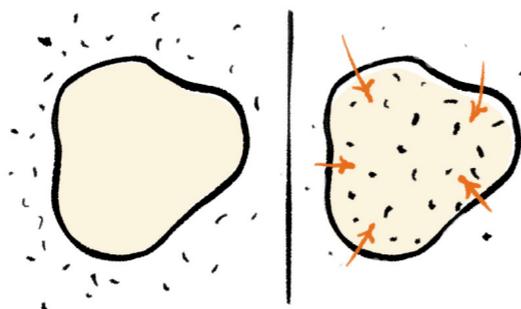
POURQUOI FAUT-IL DÉGRAISSER (OU PAS) LES BOUILLONS ?

Le gras contenu dans un bouillon ou dans un fond va recouvrir légèrement nos papilles gustatives qui percevront plus ou moins finement les saveurs et de façon plus ou moins longue. Un bouillon non dégraissé donne des saveurs longues et moins précises alors qu'un bouillon dégraissé donne des saveurs plus courtes mais très précises. Vous pouvez ne dégraisser que partiellement votre bouillon pour avoir des saveurs longues ET précises.



... ET POURQUOI PEUT-ON UTILISER DU PAIN POUR DÉGRAISSER ?

Généralement, on laisse reposer le bouillon une nuit au frais pour que le gras fige à la surface avant de le retirer. Mais si vous êtes pressé, vous pouvez aussi prendre des tranches de pain de mie et les passer rapidement à plat sur la surface du bouillon. Le pain va absorber une partie du liquide dans lequel se trouve le gras et le bouillon s'en trouvera en partie dégraissé.



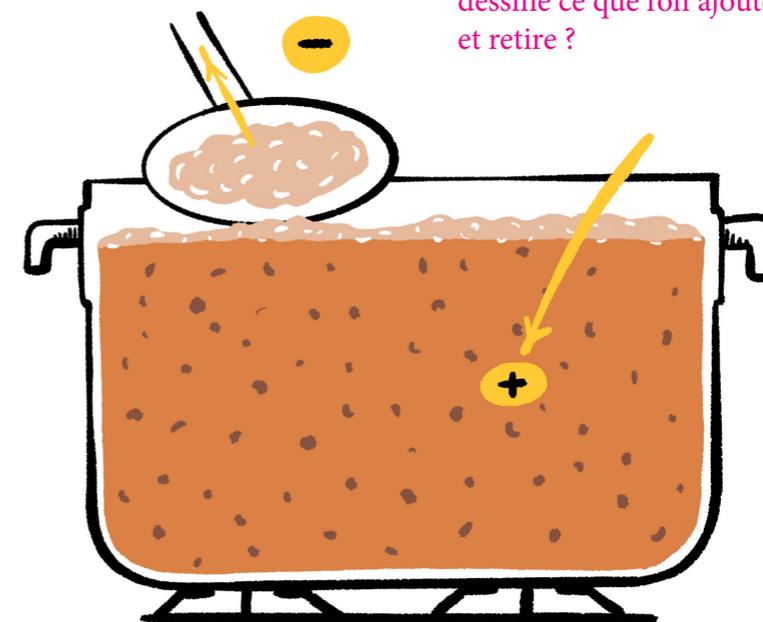
POURQUOI UN BON BOUILLON GÉLIFIE-T-IL ?

Pendant la cuisson, le collagène contenu dans les viandes se transforme en une délicieuse gélatine. Si on a utilisé des viandes de qualité, contenant assez de collagène, ou beaucoup d'os de volaille, le bouillon va se transformer en gélatine pendant la nuit. Cette gélification est signe de qualité et de beaucoup de saveurs.

CLARIFIER EN 2 QUESTIONS

1 POURQUOI CLARIFIE-T-ON LES BOUILLONS ?

La clarification sert à retirer le maximum des particules en suspension pour avoir un bouillon le plus limpide possible. Elle se réalise avec un mélange de blancs d'œufs, de viande hachée et de légumes coupés en très petits morceaux. Les blancs d'œufs vont cuire et emprisonner les particules en suspension et le bouillon deviendra limpide.



est ce que l'on écrit ou on dessine ce que l'on ajoute et retire ?

2 ... PUIS AJOUTE-T-ON DE LA VIANDE HACHÉE ET DES LÉGUMES PENDANT LA CLARIFICATION ?

Pendant la clarification, on retire les particules en suspension, on l'a vu. Le problème, c'est que ces particules donnaient beaucoup de saveurs à notre bouillon. En les retirant on l'a énormément appauvri. Pour contrebalancer cette perte de goût, on en rajoute par l'intermédiaire de la viande hachée et des légumes qui perdent des saveurs pendant le temps de la clarification.

MIAM!

POURQUOI EST-IL « AGRÉABLE » D'INCORPORER UN TRAIT DE SAUCE SOJA DANS LE BOUILLON ?

Vous avez entendu parler de l'umami ? Non ? Allez voir page XX, je vous explique précisément ce que c'est. L'umami apporte une sensation de bien-être. Si vous versez un trait de sauce soja, ou si vous ajoutez une croûte de Parmesan pendant la réalisation de votre bouillon ou de votre fond, vous allez ajouter un peu d'umami. Vous ne distinguerez pas ces saveurs, mais uniquement l'agréable sensation qu'il procure.



LE HOMARD

*Sise aussi sont des émuls Ne eos serio. Nemquodior as voluptat.
Iqui si occum lam dolut quaessed quam quidem vendipitatia nonsequid.*



POURQUOI LES FEMELLES SONT-ELLES MEILLEURES QUE LES MÂLES ?

Le mâle a de grosses pinces mais la femelle un corps charnu et savoureux. Le mâle, un poil frimeur, préfère dépenser toute son énergie pour avoir les pinces les plus énormes possibles, alors que la femelle, plus maligne, entretient un joli corps, plus rond et plus charnu. Préférez les femelles, elles sont bien meilleures !

POURQUOI LE HOMARD A-T-IL DES PINCES ET PAS LA LANGOUSTE ?

Le homard est un ogre qui mange tout ce qui passe devant lui : petits poissons, crabes, mollusques, coquillages... Il a besoin de pinces pour attraper et broyer ses proies avant de les engloutir. La langouste, elle, se nourrit d'algues, d'invertébrés et aussi de charognes : elle est nécrophage, comme les hyènes. Et tous ces trucs tout mous n'ont pas besoin d'être découpés. Donc elle n'a pas besoin de pinces.

... ET POURQUOI SONT-ELLES DIFFÉRENTES L'UNE DE L'AUTRE ?

Le homard possède deux grosses pinces qui ont des fonctions bien distinctes. L'une, fine, longue, coupante et munie de nombreuses petites dents pointues, sert à saisir des proies souples comme des petits poissons, et à les découper. L'autre, appelée « la broyeuse » ou « le marteau », est plus épaisse avec de grosses dents. Elle permet de broyer les coquilles et les carapaces de certaines proies, comme celle d'un autre homard, car le bestiau est cannibale !

POURQUOI ARRIVE-T-IL QU'ON PÊCHE DES HOMARDS AVEC UNE SEULE PINCE ?

Lorsqu'il est coincé, le homard peut abandonner une pince pour s'échapper ; une autre repoussera à la place, comme la queue des lézards. Le problème, c'est que la pince qui repoussera sera obligatoirement une pince coupante. Et s'il se retrouve avec 2 pinces coupantes, celle d'origine se transformera en pince broyeuse. La nature est bien faite...



POURQUOI LE HOMARD MUE-T-IL ?

Le squelette se trouve généralement à l'intérieur du corps et grandit en même temps que les muscles. Chez le homard, comme chez la langouste, le crabe et les insectes, le squelette appelé « exosquelette », est externe. Et comme ce squelette ne grandit pas, le bestiau est bien obligé d'en changer quand il grossit. Notre homard cesse alors de se nourrir et maigrit. Son exosquelette se casse parce qu'il est trop grand. Une ouverture se crée par laquelle il s'extirpe. Puis il se gonfle d'eau pour acquérir une taille supérieure et fabrique un nouvel exosquelette qu'il changera à chaque fois qu'il grandira. Cela se produit tout au long de sa vie, soit une quarantaine d'années. Et oubliez tout de suite l'idée de déguster la bête lorsqu'elle mue : soit elle est maigrichonne, soit elle est remplie d'eau. Dans les deux cas, elle n'a aucune saveur !

POURQUOI LE HOMARD SERVAIT-IL D'ENGRAIS AUX ÉTATS-UNIS ?

Les homards canadiens étaient tellement abondants au XVII^e siècle qu'on ne savait plus quoi en faire. Surnommé le cafard de la mer et vendu pour presque rien, il servait de nourriture pour les plus démunis, les prisonniers, les employés de maison ou encore comme engrais par les Indiens. C'est la création du chemin de fer aux USA qui a changé sa réputation. Servi au cours des repas pendant les longs trajets, les passagers ouest américains, qui ne connaissaient pas sa mauvaise réputation, le trouvèrent délicieux et créèrent un véritable engouement pour notre crustacé. Les chefs commencèrent à le cuisiner pour satisfaire la demande et le homard devint un met de choix...

ATTENTION !

POURQUOI FAUT-IL ÉVITER DE MANGER DU HOMARD BRETON PENDANT LES FÊTES DE FIN D'ANNÉE ?

La pêche du homard breton s'interrompt au début de l'automne. Du coup, ceux qu'on trouve pour les fêtes sont soit des homards qu'on a gardé dans des casiers plusieurs mois, dont les chairs sont plus maigres, peu savoureuses et souvent abîmées par les bagarres entre congénères ; soit des homards américains qui n'ont aucun goût. C'est pas la saison, on vous dit ! Rohhh...

ET POURQUOI EST-IL PLUS FIN QUE LE HOMARD CANADIEN ?

Ils sont cousins car tous deux issus de l'Atlantique : le homard bleu (ou homard breton) est pêché sur les côtes bretonnes, alors que le homard canadien est pêché sur les côtes nord-américaines. Mais ils n'ont rien à voir en terme de qualité : le homard bleu vit dans les rochers où il trouve une nourriture de grande qualité, alors que son cousin américain vit sur des fonds vaseux sans intérêt. La chair du homard breton est subtile, ferme, iodée, alors que celles de son cousin est molle, cotonneuse et sans réelle saveur.

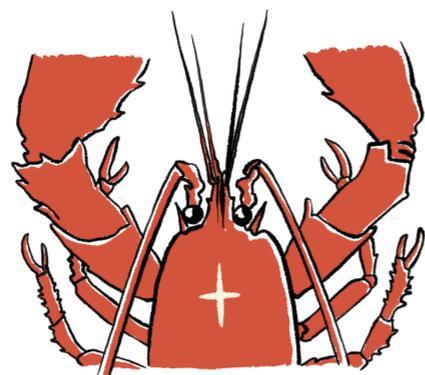
LE HOMARD

POURQUOI FAUT-IL BIEN VÉRIFIER QUE LE HOMARD EST VIVANT QUAND ON L'ACHÈTE ?

Après la mort, les chairs du homard dégagent des enzymes et des bactéries qui s'attaquent aux tissus. Vérifiez avant l'achat que le bestiau se débat quand vous le soulevez, qu'il replie bien sa queue sous son thorax et que ses antennes sont bien mobiles.

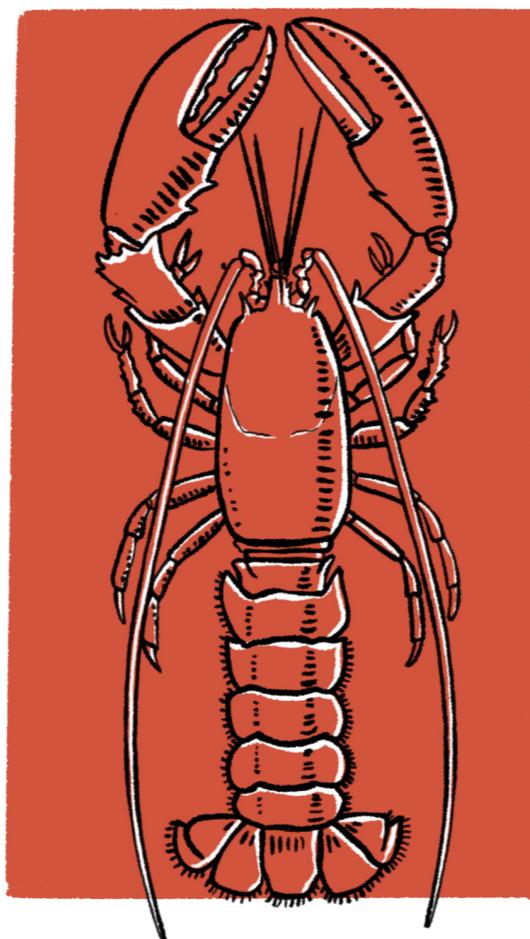
POURQUOI FAUT-IL LE CHOISIR AVEC UNE CARAPACE BIEN DURE ?

Le pire moment pour déguster un homard, c'est au moment de sa mue, on vient de le voir. Plus la carapace sera dure et épaisse, plus on sera éloigné de la période de mue. CQFD.

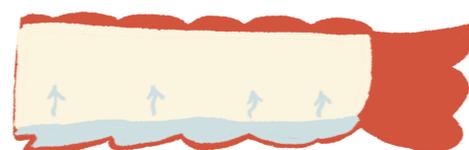


POURQUOI FAUT-IL PLANTER UN COUTEAU DANS LA CROIX DESSINÉE SUR SA TÊTE POUR LE TUER ?

Le homard ne possède pas de système central nerveux ou alors très rudimentaire, on n'en est pas vraiment sûr. Quant à la douleur, les études montrent que le homard répond à des stimuli mais on ne sait pas si c'est parce qu'il ressent de la douleur. En tous cas, quand vous lui plantez un la pointe d'un couteau dans la tête, vous le tuez immédiatement et il n'a pas le temps de ressentir de la douleur. C'est donc la meilleure façon de l'occire.



LE BON GESTE



mettre une poêle ou un grill pour comprendre que l'on chauffe

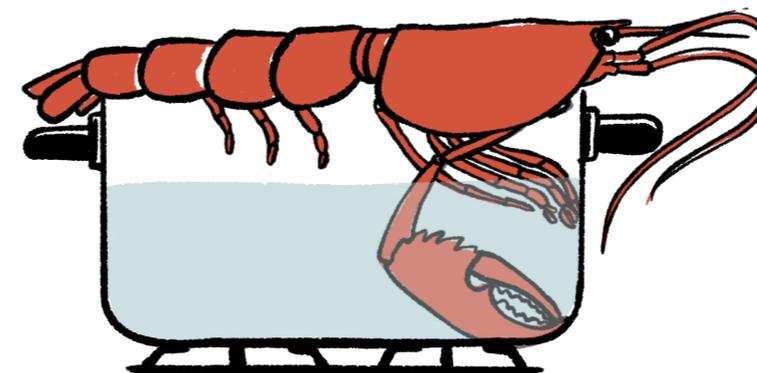
POURQUOI FAUT-IL SAISIR UN HOMARD COUPÉ EN DEUX D'ABORD DU CÔTÉ CHAIR ?

Pendant la cuisson, la chair va perdre un peu de jus. Lorsque vous retournez votre homard après l'avoir fait dorer côté chair, ce jus perdu va rester dans la carapace, légèrement se transformer en vapeur et délicatement cuire notre bestiau. Alors que si vous faites l'inverse, ce jus va se perdre.

il doit être bleu le homard il me semble ? on l'a pas encore cuit ?

POURQUOI LIGOTE-T-ON LE HOMARD AVANT DE LE POCHER ?

Lorsqu'il est poché, l'animal a tendance à se recroqueviller sur lui-même et ses anneaux se resserrent. Cela pose 2 problèmes importants : tout d'abord, la découpe se fera plus difficilement après cuisson ; et surtout, en se recroquevillant, le dos est en extension alors que le ventre est en contraction, et la chaleur ne pénètre pas à la même vitesse des deux côtés. Résultat, le dos cuit plus rapidement que le ventre et la cuisson n'est pas terrible.

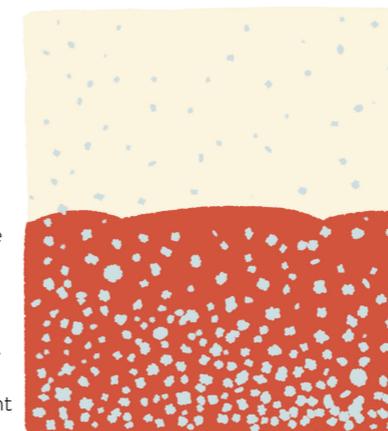


POURQUOI FAUT-IL D'ABORD POCHER LES PINCES AVANT DE PLONGER LE HOMARD EN ENTIER ?

Les pinces nécessitent un temps de cuisson plus long que le corps ; 4 ou 5 minutes suffisent pour avoir une cuisson équilibrée. Tenez l'animal par le coffre et plongez les pinces dans le fumet ou le court-bouillon. Pour éviter de vous brûler avec la vapeur, tenez l'animal sur le rebord de la casserole, le coffre à l'extérieur.

POURQUOI LE HOMARD BLEU DEVIENT-IL ROUGE À LA CUISSON ?

La carapace du homard contient un pigment rouge, l'astaxanthine. C'est ce fameux pigment que contiennent aussi les crevettes, les crabes, les langoustes et même les plumes des flamants roses. Sur la carapace des homards, cette molécule est associée et cachée par une protéine, la crustacyanine. Lors de la cuisson, les protéines crustacyanine se délitent et laissent apparaître le joli rouge du homard.



POURQUOI FAUT-IL POCHER LE HOMARD DANS UN FUMET OU UN COURT-BOUILLON MAIS PAS DANS L'EAU ?

On l'a déjà vu plusieurs fois mais j'y reviens. Les saveurs passent par osmose du plus dense vers le moins dense. Si vous pochez votre homard dans de l'eau, il va y perdre des saveurs. Alors que si vous le pochez dans un bouillon ou un fumet, le liquide sera déjà chargé de saveurs et aura du mal à en accepter d'autres. Votre homard restera plus savoureux !



PSCHITT!

POURQUOI LE HOMARD CRIE-T-IL QUAND ON LE CUIT ?

Arrêtez de croire tout ce qu'on vous dit : le homard ne crie pas quand on le plonge dans de l'eau bouillante. Il émet un petit bruit aigu, qui rien à voir avec un cri. Ce ne sont que les poches de gaz contenu dans sa carapace qui gonflent sous l'effet de la chaleur et qui la fissurent. Pfff, non mais imaginer le homard en train de crier, faut vraiment avoir de l'imagination...

POULPE, CALMAR, SEICHE...

*Sise aussi sont des émuls Ne eos serio. Nemquodior as voluptat.
Iqui si occum lam dolut quaessed quam quidem vendipitatia nonsequid.*

POURQUOI LES POULPES, SEICHES ET LES CALMARS ONT-ILS UNE POTHE D'ENCRE ?

C'est leur système de défense. Quand ils sont attaqués, ils lâchent un peu d'encre formant une sorte de nuage noir qui aveugle leur assaillant leur permettant de s'enfuir. Et ne jetez pas cette encre, malheureux, elle est délicieuse ! On s'en sert dans certains risotti et dans certaines préparations espagnoles pour leur donner une jolie couleur noire et des saveurs extraordinaires.

POURQUOI FAUT-IL ATTENDRIE LE POULPE, MAIS PAS LES CALMARS NI LES SEICHES ?

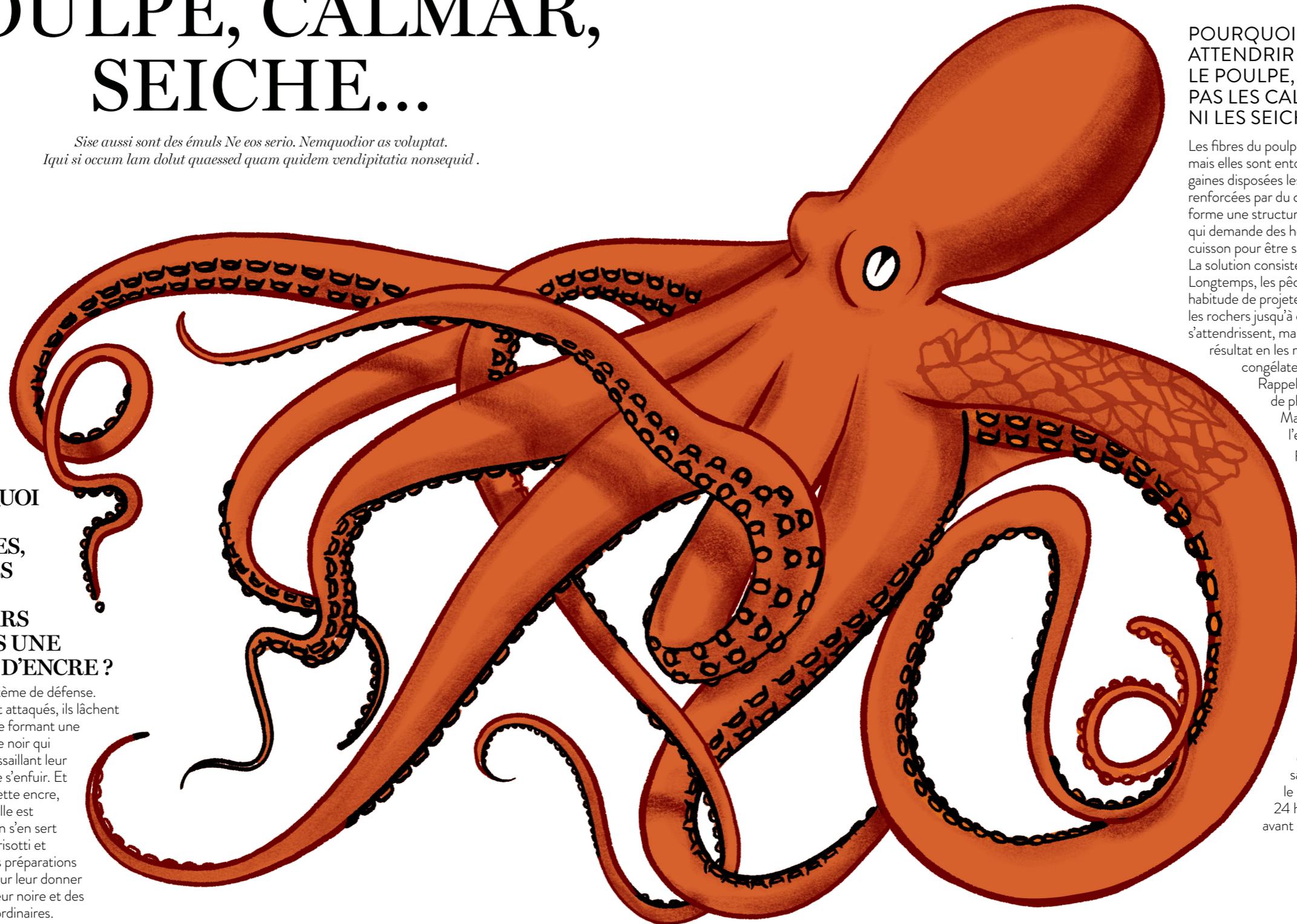
Les fibres du poulpe sont très minces, mais elles sont entourées de plusieurs gaines disposées les unes sur les autres et renforcées par du collagène. L'ensemble forme une structure extrêmement dure qui demande des heures et des heures de cuisson pour être supprimée.

La solution consiste à casser ces gaines. Longtemps, les pêcheurs ont eu pour habitude de projeter les poulpes sur les rochers jusqu'à ce que les chairs s'attendrissent, mais on obtient le même résultat en les mettant simplement au congélateur pendant 48 heures.

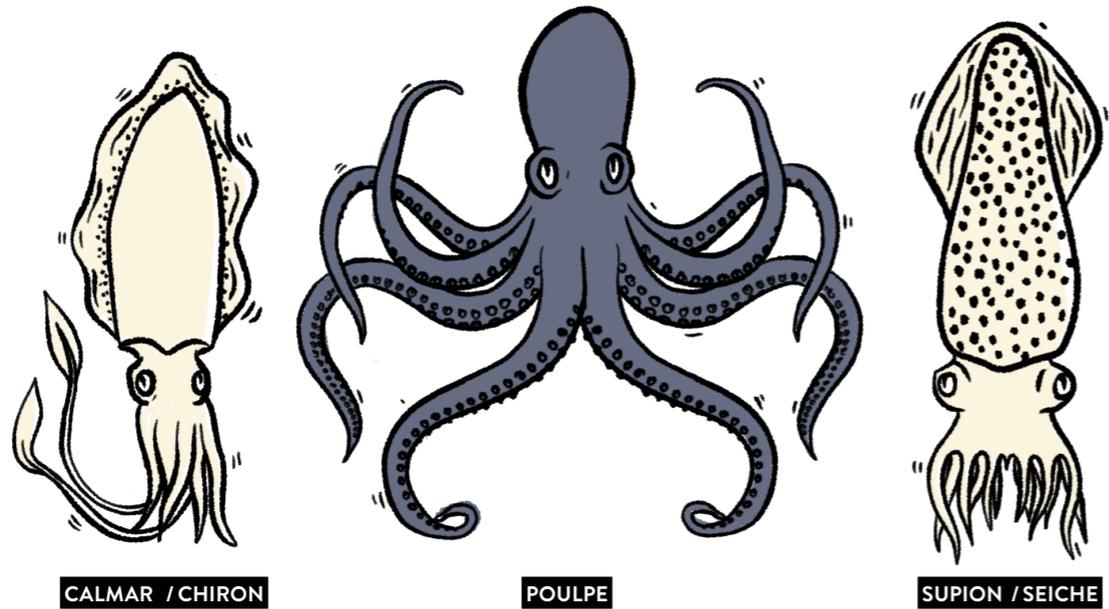
Rappelez-vous vos cours de physique-chimie...

Mais si, rappelez-vous : l'eau congelée occupe plus de volume que l'eau liquide. Et c'est exactement ce qui nous intéresse.

En gelant, l'eau contenue dans les chairs de l'animal augmente de volume et casse les fibres dans lesquelles elle est emprisonnée. Et boum, les gaines hyper dures explosent sous l'augmentation du volume de l'eau pour donner des chairs tendres et savoureuses ! Laissez le poulpe décongeler 24 heures au réfrigérateur avant de le cuire.



POULPE, CALMAR, SEICHE...



CALMAR / CHIRON

POULPE

SUPION / SEICHE

POURQUOI LE CALMAR (OU CALAMAR) ET LE CHIPIRON SONT-ILS LE MÊME ANIMAL, MAIS PAS LE SUPION ?

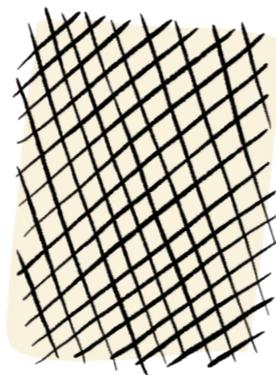
Calmar, encornet et chipiron sont tous des calmars à des tailles différentes : le calmar est grand, et le chipiron, tout petit. Le supion, lui, n'a rien à voir car c'est une petite seiche. Son nom vient de l'occitan supî qui veut dire « seiche ».

POURQUOI Y A-T-IL UNE DIFFÉRENCE ENTRE LE CALMAR BLANC ET LE CALMAR ROUGE ?

Les calmars côtiers sont blancs alors que les calmars océaniques, rouge grenat, sont pêchés au large au dessus de grandes profondeurs. Ces derniers sont aussi beaucoup plus gros, pouvant atteindre jusqu'à plusieurs kilos. Leurs saveurs sont très différentes : les chairs du blancs sont plus fermes et plus goûteuses.

POURQUOI FAUT-IL QUADRILLER LES SEICHES ET LES GROS CALMARS AVEC UN COUTEAU AVANT DE LES CUIRE ?

Ces deux-là nécessitent une cuisson très rapide pour éviter de devenir caoutchouteux. Lorsque vous faites des petites entailles régulières, vous permettez à la chaleur de pénétrer plus vite dans les chairs et d'éviter de sur-cuire l'extérieur pour que le centre le soit.



POURQUOI UN POULPE CONGELÉ N'EST-IL PAS UN SIGNE DE MAUVAISE QUALITÉ ?

On vient de voir qu'il faut congeler le poulpe pour casser ses fibres. S'il a déjà été congelé, c'est autant de travail en moins à faire à la maison. N'hésitez pas devant un poulpe congelé !



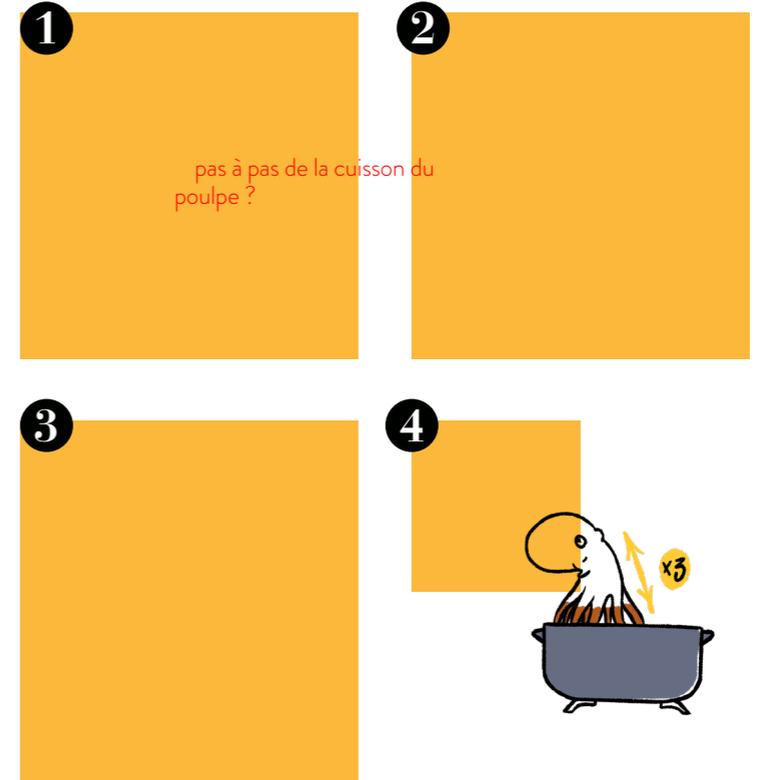
POURQUOI LA CUISSON NE SE FAIT-ELLE JAMAIS À L'EAU BOUILLANTE ?

Grand Dieu, mais parce que l'eau bouillante est bien trop chaude pour notre céphalopode ! Un peu de délicatesse et de respect s'il vous plaît ! Il faut le cuire à une température plus basse, juste en dessous du frémissement pour éviter d'avoir des chairs trop fermes et sans goût. C'est fragile, une bête comme ça, alors la chouchoute...

TUTO

POURQUOI FAUT-IL PLONGER PLUSIEURS FOIS LES TENTACULES DANS LE BOUILLON AVANT DE CUIRE LE POULPE ENTIÈREMENT ?

Cette opération s'appelle « friser le poulpe ». Le but est de faire doucement pénétrer la chaleur à l'intérieur et d'avoir un rétrécissement homogène des chairs : plongez les tentacules pendant 10 secondes dans le bouillon, puis sortez les 1 minute pour laisser la chaleur pénétrer à l'intérieur et laisser refroidir l'extérieur avant de les replonger. Répétez cette opération 3 ou 4 fois.



LE VRAI DU FAUX...

METTRE UN BOUCHON EN LIÈGE DANS LE BOUILLON DE CUISSON DU POULPE ?

Je vais vous expliquer pourquoi cette façon de faire perdure alors qu'elle n'a strictement, mais strictement aucun intérêt. Autrefois, on cuisait les poulpes dans d'énormes faitouts sur les ports. Pour vérifier leur niveau de cuisson et les remonter facilement, on les accrochait à des fils reliés à des bouchons en liège qui flottaient à la surface. Certaines personnes imaginent qu'un bouchon en liège contribuerait à attendrir du poulpe, alors que c'est exactement le contraire qui se passe : les tanins contenus dans le bouchon aident à la stabiliser le collagène et à garder des fibres plus dures. Donc, pas de bouchon dans le bouillon !

Un dessin d'une grande bassine avec des points et des numéros (comme les jeux pour enfants) afin de les relier entre eux et découvrir les différents fils accrochés aux bouchons ? Ou un truc genre labyrinthe (toujours dessin pour enfant) ?

LES FROMAGES

*Sise aussi sont des émuls Ne eos serio. Nemquodior as voluptat.
Iqui si occum lam dolut quaessed quam quidem vendipitatia nonsequid.*

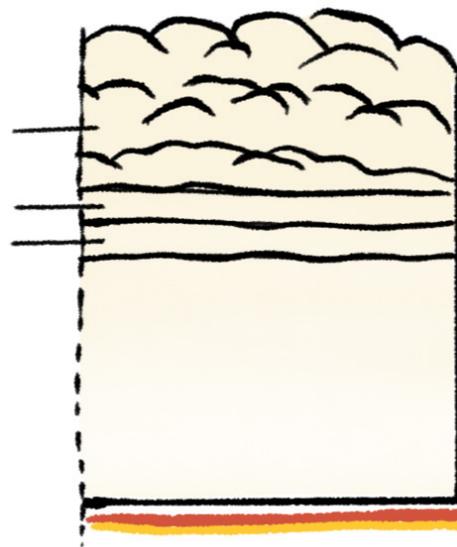
ATTENTION, C'EST TECHNIQUE !

POURQUOI UNE PEAU SE FORME-T-ELLE QUAND LE LAIT CHAUFFE ?

Le lait est constitué à 85 % d'eau. Le reste, ce sont des protéines, des sucres des lipides, etc. Quand le lait chauffe et atteint 70 à 80 °C, les protéines s'agglutinent et remontent à la surface, formant une espèce de peau.

ET POURQUOI LE LAIT DÉBORDE-T-IL QUAND IL BOUT ?

La peau qui s'est formée en surface retient les molécules de matières grasses qui remontent aussi sous l'effet de la chaleur. L'ensemble épaissit et quand le lait atteint 100 °C, les bulles de vapeur se trouvent bloquées par la peau épaisse, faisant tout remonter jusqu'à ce que l'ensemble déborde. Pour éviter cela, il faut retirer la peau au fur et à mesure ou placer une cuillère en bois en biais dans la casserole ; elle retiendra la peau et laissera les bulles remonter par les bords.



à légènder

il faut dessiner une vallée pas une montagne



POURQUOI DES FROMAGES VENANT DE LA MÊME VALLÉE N'ONT PAS FORCÉMENT LES MÊMES SAVEURS ?

Les deux côtés d'une même vallée ne sont pas orientés de la même façon. Un côté peut être plus ensoleillé que l'autre ; y pousseront une herbe et des plantes différentes, qui donneront un lait avec des qualités différentes et donc un fromage qui développera des saveurs différentes.

POURQUOI Y A-T-IL DES SAISONS POUR LES FROMAGES ?

Si la plupart des animaux « fromagers » produisent du lait tout au long de l'année, la brebis, elle, n'en donne qu'entre décembre et juillet. De plus, certaines caractéristiques du lait sont différentes selon les saisons : au printemps, nos chèvres, brebis, vaches... gambadent dans des champs recouverts d'une herbe grasse et de qualité, qui donne aussi un lait de qualité. Et avec un lait de qualité, on fait un fromage... de qualité.

Donc si on a du bon lait entre mars et juillet (et jusqu'à septembre pour les animaux de montagne), il faut tenir compte du temps d'affinage pour savoir quand est la meilleure saison. Par exemple, le cabécou sera délicieux d'avril à août, alors que le saint-nectaire le sera plus tard, entre septembre et octobre, parce que le temps d'affinage est plus long.

POURQUOI SALE-T-ON TOUJOURS LES FROMAGES PENDANT LEUR FABRICATION ?

Bien sûr, le sel va participer au goût, mais il a bien d'autres utilités. En absorbant l'humidité, il rend la pâte plus ferme, chasse les mauvais champignons et bactéries, permet une conservation plus longue, et crée une croûte protectrice.

INFO +

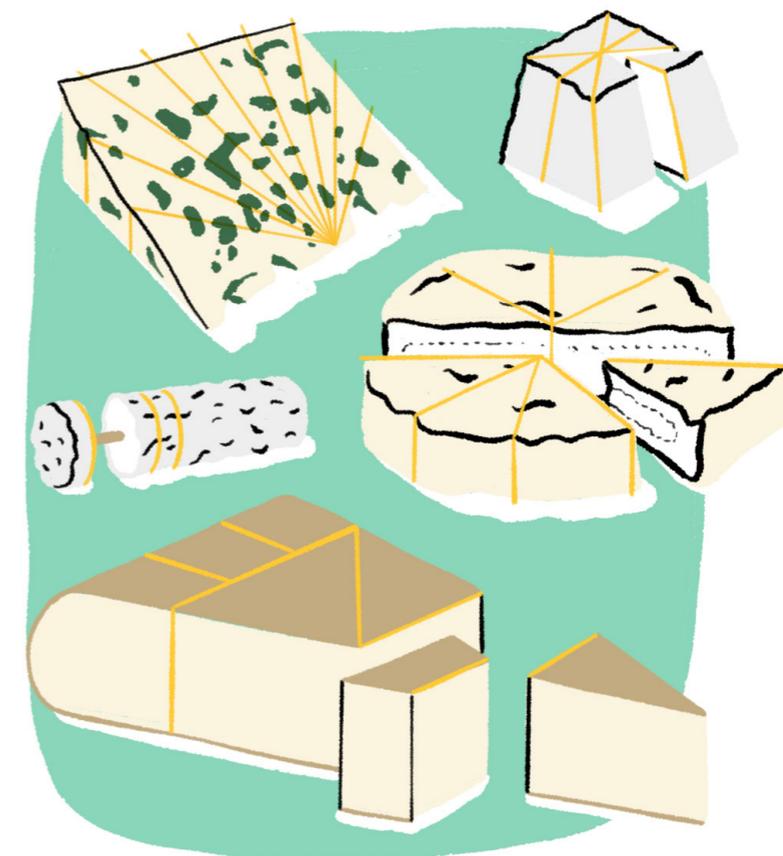
POURQUOI LES FROMAGES SONT-ILS SOUVENT CONDITIONNÉS DANS DES BOÎTES EN BOIS ?

Le bois présente un énorme intérêt pour la conservation des fromages car il contient un biofilm. Pas de panique, c'est très simple ! Un biofilm, c'est un regroupement de cellules en symbiose composées de micro-organismes (bactéries, moisissures, levures, etc.). Ce biofilm va enrober le fromage pour le protéger pendant son affinage. On s'est d'ailleurs récemment aperçu que le bois limitait aussi grandement la présence de *Listeria*.



POURQUOI NE COUPE-T-ON PAS TOUS LES FROMAGES DE LA MÊME FAÇON ?

Il y a des fromages avec de la croûte, d'autres avec un cœur coulant, et d'autres encore en forme de pyramide ou de cœur. L'idée de la découpe, c'est d'offrir à tout le monde des morceaux de qualité identique : autant de croûte, autant de cœur coulant, etc. La seule exception se fait sur les fromages coulants type mont d'or ou époisses pour lesquels on se sert d'une cuillère.

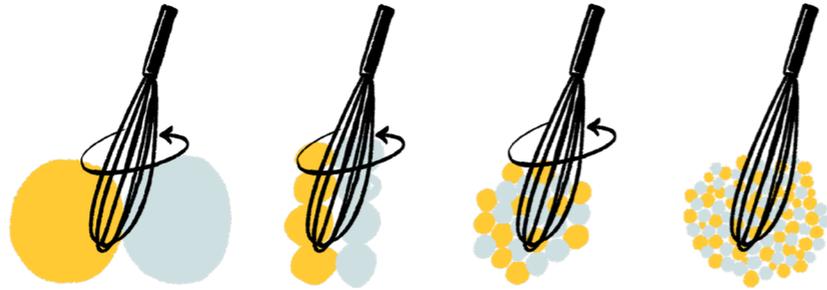


POURQUOI LES VÉGÉTARIENS NE MANGENT-ILS PAS DE FROMAGE ?

Le fromage est composé de lait qu'on fait coaguler avec de la présure qui est généralement d'origine animale : on l'extrait du 4^e estomac (l'abomasum, appelé aussi « caillette ») des jeunes ruminants non sevrés, habituellement des veaux. Et comme il y a des produits d'origine animale dans les fromages, cela ne convient pas aux végétariens. Aujourd'hui, on trouve quelques fromages qui utilisent des coagulants d'origine végétale et qui conviennent aux végétariens.

LES SAUCES

*Sise aussi sont des émuls Ne eos serio. Nemquodior as voluptat.
Iqui si occum lam dolut quaessed quam quidem vendipitatie nonsequid.*



COUP DE MAIN

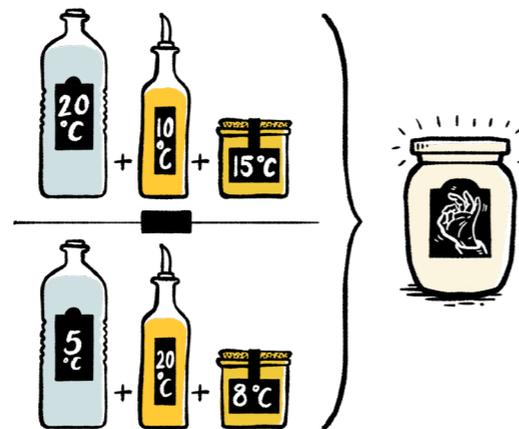
POURQUOI FAUT-IL COMMENCER PAR RAJOUTER L'HUILE PETIT À PETIT DANS UNE MAYONNAISE ?

Quand on bat ensemble quelques gouttes d'huile et du jaune d'œuf, on divise les gouttes d'eau – contenues dans le jaune, et d'huile en gouttelettes. Et plus on bat, plus on divise les gouttelettes en mini-gouttelettes. Et c'est là que la magie opère : les mini-gouttelettes du jaune s'accrochent d'un côté avec les mini-gouttelettes d'eau et de l'autre avec les mini-gouttelettes d'huile ; l'ensemble

épaissit et se tient.

Si vous mettez trop d'huile au début, vous n'arriverez pas à diviser cette huile en mini-gouttelettes et votre mayonnaise n'épaissira pas.

Donc doucement sur l'huile au début, et dès que ça commence à prendre, vous pouvez y aller plus franchement.



POURQUOI LE FAIT QUE LES INGRÉDIENTS D'UNE MAYONNAISE SOIENT À LA MÊME TEMPÉRATURE N'A AUCUNE IMPORTANCE ?

À moins que vous ne gardiez votre huile au réfrigérateur, ce qui la fait figer et l'empêche de se disperser en mini-gouttelettes, la température des ingrédients n'a strictement aucune importance : l'eau contenue dans le jaune et/ou dans la moutarde, si vous en rajoutez, ne fige pas au frais. Ne vous embêtez pas avec des croyances qui datent d'un autre âge !

ET POURQUOI UNE MAYONNAISE TOURNE-T-ELLE ?

Ça arrive quand on ajoute trop d'huile d'un coup et que les gouttelettes d'eau et d'huile ne sont plus accrochées entre elles.

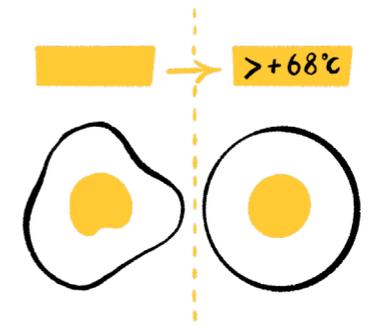
Il y a 2 trucs pour la sauver :

Solution 1 : versez l'huile qui surnage dans un bol, battez vigoureusement votre mayonnaise jusqu'à ce qu'elle épaississe à nouveau avant de rajouter petit à petit l'huile que vous avez retirée.

Solution 2 : ajoutez une demi-cuillère à café d'eau et battez à nouveau jusqu'à ce que ça épaississe.

POURQUOI CUIT-ON L'ESTRAGON DANS DU VINAIGRE AU DÉBUT DE LA BÉARNAISE POUR LE RETIRER ENSUITE, PUIS EN REMETTRE À LA FIN ?

On fait cuire des feuilles d'estragon au départ pour en récupérer le maximum de saveurs qui vont former les notes de fond de la sauce. Puis on les retire parce que, en cuisant, ces feuilles vont ramollir et former une amas informe et inesthétique, comme des épinards trop cuits. On en remet des fraîches à la fin pour obtenir un goût frais et pimpant d'estragon, ainsi qu'une jolie sauce.



POURQUOI LES SAUCES HOLLANDAISE ET BÉARNAISE ÉPAISSISSENT-ELLES ?

Pensez à la cuisson des œufs. Quand on met un œuf dans de l'eau bouillante, le jaune liquide, devient coque au bout de 3 minutes, c'est-à-dire légèrement épais, puis il devient mollet ou pâteux, et enfin il devient dur, donc ferme.

La cuisson de la hollandaise et de la béarnaise, c'est la même chose : le jaune épaissit à la chaleur tout en se mêlant au beurre pour faire une sauce délicieuse.



TECHNIQUE

POURQUOI FOUETTER EN 8 NE CHANGE STRICTEMENT RIEN ?

Oubliez ce vieux précepte qui ne servait qu'à embêter les jeunes commis en cuisine ! L'important, c'est de fouetter dans toutes les parties de la casserole. Les molécules se fichent bien de savoir si elles sont fouettées en 8 ou en 4. Ça ne change strictement rien !

2 QUESTIONS POUR ÊTRE EXPERT

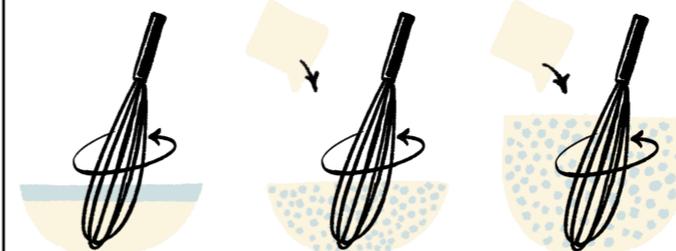
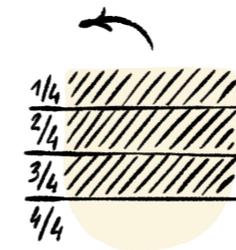
1 POURQUOI LES SAUCES HOLLANDAISE ET BÉARNAISE PEUVENT-ELLES GRUMELER (ON DIT « TRANCHER ») ?

Lorsque les sauces hollandaise ou béarnaise chauffent trop longtemps, l'eau rajoutée en début de cuisson ou contenue dans le vinaigre et dans le jaune d'œuf s'évapore. Quand il n'y a plus assez d'eau pour que l'émulsion soit stable, la sauce « tranche ». La sauce peut « trancher » aussi si on la chauffe trop fort. Le jaune cuit trop et devient ferme, comme dans un œuf dur, et se sépare de la sauce en formant des grumeaux. Quand on prépare ces sauces, il faut qu'il y ait toujours assez d'eau et que la température soit assez chaude pour épaissir le jaune, mais pas trop pour ne pas le rendre dur.

2 ET POURQUOI SE RATTRAPENT-ELLES FACILEMENT ?

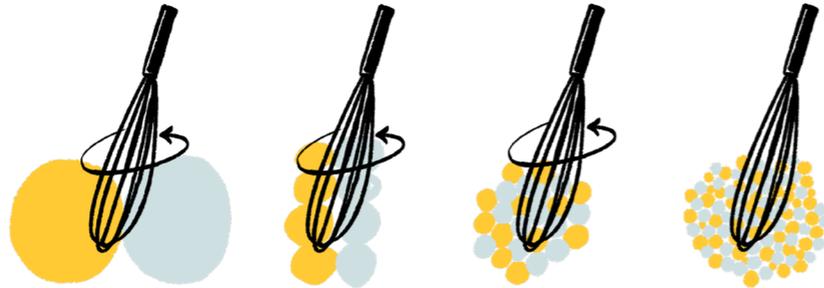
Il suffit de retirer les $\frac{3}{4}$ de la sauce dans un bol, de verser 1 ou 2 cuillérées à café d'eau dans ce qu'il reste dans la casserole.

Puis fouetter vigoureusement jusqu'à ce que l'émulsion se reforme. On réincorpore ensuite la sauce réservée dans le bol, petit à petit, toujours en fouettant jusqu'à ce que la sauce reprenne une consistance normale.



LES SAUCES

*Sise aussi sont des émuls Ne eos serio. Nemquodior as voluptat.
Iqui si occum lam dolut quaessed quam quidem vendipitatia nonsequid.*



COUP DE MAIN

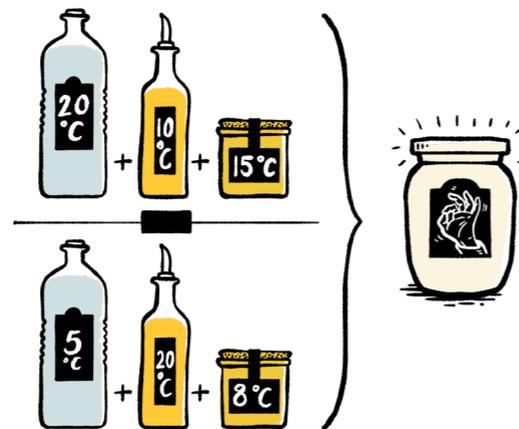
POURQUOI FAUT-IL COMMENCER PAR RAJOUTER L'HUILE PETIT À PETIT DANS UNE MAYONNAISE ?

Quand on bat ensemble quelques gouttes d'huile et du jaune d'œuf, on divise les gouttes d'eau – contenues dans le jaune, et d'huile en gouttelettes. Et plus on bat, plus on divise les gouttelettes en mini-gouttelettes. Et c'est là que la magie opère : les mini-gouttelettes du jaune s'accrochent d'un côté avec les mini-gouttelettes d'eau et de l'autre avec les mini-gouttelettes d'huile ; l'ensemble

épaissit et se tient.

Si vous mettez trop d'huile au début, vous n'arriverez pas à diviser cette huile en mini-gouttelettes et votre mayonnaise n'épaissira pas.

Donc doucement sur l'huile au début, et dès que ça commence à prendre, vous pouvez y aller plus franchement.



POURQUOI LE FAIT QUE LES INGRÉDIENTS D'UNE MAYONNAISE SOIENT À LA MÊME TEMPÉRATURE N'A AUCUNE IMPORTANCE ?

À moins que vous ne gardiez votre huile au réfrigérateur, ce qui la fait figer et l'empêche de se disperser en mini-gouttelettes, la température des ingrédients n'a strictement aucune importance : l'eau contenue dans le jaune et/ou dans la moutarde, si vous en rajoutez, ne fige pas au frais. Ne vous embêtez pas avec des croyances qui datent d'un autre âge !

ET POURQUOI UNE MAYONNAISE TOURNE-T-ELLE ?

Ça arrive quand on ajoute trop d'huile d'un coup et que les gouttelettes d'eau et d'huile ne sont plus accrochées entre elles.

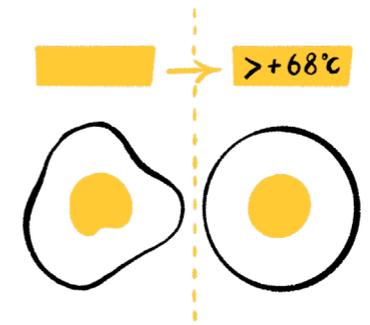
Il y a 2 trucs pour la sauver :

Solution 1 : versez l'huile qui surnage dans un bol, battez vigoureusement votre mayonnaise jusqu'à ce qu'elle épaississe à nouveau avant de rajouter petit à petit l'huile que vous avez retirée.

Solution 2 : ajoutez une demi-cuillère à café d'eau et battez à nouveau jusqu'à ce que ça épaississe.

POURQUOI CUIT-ON L'ESTRAGON DANS DU VINAIGRE AU DÉBUT DE LA BÉARNAISE POUR LE RETIRER ENSUITE, PUIS EN REMETTRE À LA FIN ?

On fait cuire des feuilles d'estragon au départ pour en récupérer le maximum de saveurs qui vont former les notes de fond de la sauce. Puis on les retire parce que, en cuisant, ces feuilles vont ramollir et former une amas informe et inesthétique, comme des épinards trop cuits. On en remet des fraîches à la fin pour obtenir un goût frais et pimpant d'estragon, ainsi qu'une jolie sauce.



POURQUOI LES SAUCES HOLLANDAISE ET BÉARNAISE ÉPAISSISSENT-ELLES ?

Pensez à la cuisson des œufs. Quand on met un œuf dans de l'eau bouillante, le jaune liquide, devient coque au bout de 3 minutes, c'est-à-dire légèrement épais, puis il devient mollet ou pâteux, et enfin il devient dur, donc ferme.

La cuisson de la hollandaise et de la béarnaise, c'est la même chose : le jaune épaissit à la chaleur tout en se mêlant au beurre pour faire une sauce délicieuse.



TECHNIQUE

POURQUOI FOUETTER EN 8 NE CHANGE STRICTEMENT RIEN ?

Oubliez ce vieux précepte qui ne servait qu'à embêter les jeunes commis en cuisine ! L'important, c'est de fouetter dans toutes les parties de la casserole. Les molécules se fichent bien de savoir si elles sont fouettées en 8 ou en 4. Ça ne change strictement rien !

2 QUESTIONS POUR ÊTRE EXPERT

1 POURQUOI LES SAUCES HOLLANDAISE ET BÉARNAISE PEUVENT-ELLES GRUMELER (ON DIT « TRANCHER ») ?

Lorsque les sauces hollandaise ou béarnaise chauffent trop longtemps, l'eau rajoutée en début de cuisson ou contenue dans le vinaigre et dans le jaune d'œuf s'évapore. Quand il n'y a plus assez d'eau pour que l'émulsion soit stable, la sauce « tranche ». La sauce peut « trancher » aussi si on la chauffe trop fort. Le jaune cuit trop et devient ferme, comme dans un œuf dur, et se sépare de la sauce en formant des grumeaux. Quand on prépare ces sauces, il faut qu'il y ait toujours assez d'eau et que la température soit assez chaude pour épaissir le jaune, mais pas trop pour ne pas le rendre dur.

2 ET POURQUOI SE RATTRAPENT-ELLES FACILEMENT ?

Il suffit de retirer les $\frac{3}{4}$ de la sauce dans un bol, de verser 1 ou 2 cuillérées à café d'eau dans ce qu'il reste dans la casserole.

Puis fouetter vigoureusement jusqu'à ce que l'émulsion se reforme. On réincorpore ensuite la sauce réservée dans le bol, petit à petit, toujours en fouettant jusqu'à ce que la sauce reprenne une consistance normale.

