



la cuisson par expansion

1. La cuisson « pocher » départ liquide froid

buts du pochage départ liquide froid

- faire en sorte que l'aliment plongé dans le liquide donne son goût au liquide (viande ou légumes d'une garniture aromatique)
- donner, par l'intermédiaire du liquide, du goût aux aliments qui y sont plongés
- réussir un échange de saveurs entre les différents aliments plongés dans un même liquide : l'osmose
- blanchir un aliment

Buts du blanchiment départ eau froide :

- débarrasser un aliment du sel qu'il contient (aliment conservés par le sel : lard, poissons...)
- éliminer le sang d'une viande ou d'un abat (blanquette de veau, poularde, cervelle...)
- retirer l'urine des rognons
- ôter l'amidon de surface dans le riz ou les pommes de terre (avant de les faire rissoler pour éviter qu'elles n'attachent au fond de la poêle)

dans le cas du blanchiment, **l'eau chargée d'éléments indésirable est jetée.**

dans le cas du pochage, le liquide peut être utilisé comme

- fond : fumet de poisson, fond de viande, marmite...
- sauce : blanquette, sauce suprême...
- potage : potage cultivateur, marmite, consommé...

le pochage peut également servir à réhydrater des aliments : légumes secs (lentilles, haricots secs, pois cassés...)

Une cuisson spécifique : La cuisson à la marinière

cette cuisson s'accorde parfaitement à un pochage à froid puisque les aliments débutent leur cuisson dans une atmosphère froide : pour les moules à la marinière on les dispose dans une marmite et on leur ajoute du vin blanc, des échalotes, du persil qui en chauffant vont créer une vapeur dans laquelle vont cuire les moules.

Quelles questions se poser pour vérifier ses connaissances ?

Si vous savez répondre aux questions qui suivent - sans regarder sur votre cours - alors c'est que vous avez retenu le cours :

Quels sont les buts du blanchiment ?

Quels sont les buts du pochage départ liquide froid ?

Dans le cas du blanchiment, comment utilise-t-on le liquide ?

Quels sont les aliments que l'on cuit par ce procédé ?