

LES CUISSONS Généralités

C1-2.11 Mettre en œuvre les cuissons de base

AXE DE TRAVAIL
2

Immersion et découverte de la restauration

SITUATION PROFESSIONNELLE

« Après vos quatre semaines d'insertion, vous êtes commis de cuisine dans un restaurant traditionnel, et vous allez découvrir, au fur et à mesure, tous les gestes et techniques de bases dans la restauration commerciale. »





Réussir une cuisson, c'est en fait bien adapter un type de cuisson aux pièces à cuire.

DEFINITION

Cuire, c'est modifier par la chaleur l'aspect physique et la composition chimique d'un aliment pour le rendre :

- plus
- plus
- plus
- plus (destruction des microbes)

ACTION DE LA CHALEUR SUR LES PRINCIPAUX NUTRIMENTS ENTRETIEN ET SECURITE

NUTRIMENTS	EXEMPLES	ACTION DE LA CHALEUR		
		VAPORISATION Dessèchement des aliments		
		COAGULATION Puis CHANGEMENT DE COULEUR (BRUNISSEMENT)		
		FUSION DECOMPOSITION EN DECHETS TOXIQUE (ACROLEINE)		
		AMIDONS: Epaississement puis coloration SUCRES: Dissolution puis caramélisation		

La cellulose	ELLE SE RAMOLLIT ET DEVIENT PLUS DIGESTE
Les vitamines	DISSOLUTION DETRUITE PAR LA CHALEUR



La cuisson de la pomme intervient en modifiant sa couleur, son volume et son poids, sa consistance, son goût ainsi que son odeur et sa saveur. Elle transforme également sa composition chimique. Remplir le tableau en essayant d'analyser une pomme cuite.

		The same	
	A.		
10			
		CA.	
-			

Propriétés	Exemples de modification
ASPECT	
ODEUR	
SAVEUR	
TEXTURE	

LA CLASSIFICATION DES CUISSONS









Type de cuisson	Principe de la cuisson	Mode de cuisson	
·····································	 L'aliment est soumis à une chaleur vive pour coaguler la surface et le colorer. la plupart des sucs sont conservés à l'intérieur et d'autres exclus (ils seront récupérés pour réaliser des jus ou sauces 		
**	 ♣ L'aliment est soumis à une chaleur vive pour coaguler la surface sans la colorer. ♠ Certains sucs sont conservés à l'intérieur et d'autres exclus (qui n'auront que peu d'intérêts sauf exception) 		

3 P a g e							
		 L'aliment est cuit dans un à froid. le but recherché est un éc entre l'aliment et son milieu 	hange de su	ıcs	(poisson légun		
<u>*</u> *		 L'aliment sera dans un premier temps soumis à une cuisson avec brunissement puis cuisson dans un liquide. Le but est de dissoudre les sucs brunis dans le liquide puis de favoriser les échanges avec le milieu de cuisson 				······································	
		Les Autres types de	cuissons				
		C'est une cuisson par déplacement et échauffer moléculaire	nent		nmes de terre, Œufs e, Meringue	hors	
	•••••	● On parle de coction ca		Ex : Poi	Ex : Poisson à la tahitienne		
Les Coctions		n'est pas la chaleur qui intervient, mais le milieu dans lequel est placé		Ex : Rhubarbe, Fraises			
	•••••	l'aliment		Ex : Magret de canard, saumon			
		Le choix d'une cuisson se	fait par rap	port:			
•		forme, son volume, sa qualit				illon de	
ACTIVITÉ		es connaissances, le chef vous p cocher les affirmations qui vous				Pour	
	UN POULE	Г RÔTI					
Le poulet est de couleur brune Une odeur caramélisée se dégage La chair du poulet est ferme et savoureuse Le poulet cuit dans une sauce UNE POULE AU POT UN POULET RÔTI RÔTI				ET COMMENT			
La poule est de couleur claire Une odeur de liquide parfumé se dégage La chair de la poule est souple et moelleuse La poule cuit dans une sauce UNE FRICASSÉE DE VOLAILLE			10	NE POUL AU POT	E		
Le poulet est de couleur claire Une odeur de sauce parfumée se dégage La chair du poulet est savoureuse et moelleuse Le poulet ne cuit pas dans une sauce				UNE ICASSÉE /OLAILLE			

 $^{^{\}rm 1}$ Dans le cas d'un glaçage à brun, il y a un brunissement en fin de cuisson