

TECHNIQUE (S) DE BASE	FAÇONNER UN FILET DE POISSON A 2 FILETS (<i>saumon</i>)	Page : 46-48 Piatte/ Farnier/ Courcelle
DEFINITION	Valoriser un filet de poisson rond en proposant différents façonnages. Ces façonnages varieront en fonction de la taille et de la nature du poisson.	
	<ul style="list-style-type: none"> • Parer la partie ventrale du filet de saumon. Supprimer la partie trop grasse. Supprimer les nageoires et les cartilages. • Désarêter les filets de saumon. • Dépouiller : Inciser la peau au niveau de la queue, dépouiller le filet en tirant sur la peau et en séparant la peau du filet à l'aide d'un couteau long. • Peser le filet, le détailler en pavés de 0.120/0.150 kg. • Rendements 85% suppression de la peau et des parures pour un filet de saumon 	
Commentaires	La peau est supprimée si la cuisson n'apporte rien (pochée). On la conserve pour apporter du croustillant ou du maintien pour escaloper ou trancher	

PIÈCE	QUANTITÉ À PRÉVOIR	COMMENTAIRES
Poisson rond entier à fileter	0,250 g / personne	Bar, merlan
Poisson entier (sans tête, vidé) à fileter	0,200 kg /personne	Cabillaud, dorade, julienne, saumon
Filet de poisson non paré	0,150 à 0,180 kg / personne	Le poids peut varier selon les établissements.
Pavé de poisson P.A.C	0,100 à 0,150 kg / personne	

ETAPES	POINTS CRITIQUES	PRECAUTIONS
PARER	Bords pas net	Ne pas hésiter à parer les parties ventrales grasses.
	Chair abîmée	Utiliser des couteaux très aiguisés.
DEPOUILLER	Peau coupée	Il est possible de reprendre la peau par l'autre extrémité.
	Peau difficile à supprimer	Il subsiste des cartilages : le parage des bords n'a pas été correct.
RINCER	Chair abîmée par le rinçage	Rincer les chairs sous un très mince filet d'eau en les maintenant bien à plat.
FAÇONNER	Portions inégales	Peser le filet entier pour avoir une idée du nombre de pièces à détailler.

FACONNAGES	UTILISATIONS
GOUJONNETTES	Les goujonnettes sont de petites lanières de chair destinées à être panées et frites ou sautées.
CUBES	Ils seront pochés ou sautés et accompagnés d'une sauce à la manière d'un ragoût
PAVE	Tournedos : détailler en tranches de 2 cm de large sur 12 cm de long les filets de saumon. Décoller la peau sur les trois quarts de la longueur puis rouler le filet en spirale en enroulant la peau autour. Maintenir la forme à l'aide d'un cure-dent.
	Utilisations : Intact, Tournedos, clouté (piqué de copeaux d'olives, de feuilles de basilic, ouvert en portefeuille et farci, farci ou non et masqué d'une croûte moderne, roulé sur lui-même et mis dans un cercle à bavarois (rouelle)
ESCALOPE	Escaloper un filet de poisson Parer le filet de poisson (supprimer les nageoires et le cartilage), le désarêter. A l'aide d'une tranche lard ou d'un filet de sole, escaloper en biais le filet de manière à obtenir de fines tranches (1 à 2 mm d'épaisseur). Supprimer la tache marron grasse.
	Utilisations : intactes, marinées pour carpaccio, pour fonder un cercle puis garni de farce diverse, enveloppe pour paupiette ou ballottine.

COMPREHENSION / APPROFONDISSEMENT
<p>Pour choisir un façonnage à appliquer sur un filet de poisson, il faudra prendre en compte :</p> <p>La taille du poisson (petit ou gros). La fragilité des chairs des poissons, Leur tenue à la cuisson.</p> <p><u>Poissons à chair ferme</u> :</p> <p>Ils peuvent pratiquement subir tous les façonnages. Comme leur chair a une certaine tenue à la cuisson, il est possible de les farcir, de les piquer, de les clouter. La majorité de ces poissons ont des chairs qui se collent entre elles à la cuisson (cas du saumon, de la truite...)</p> <p><u>Poissons à chair fragile</u> :</p> <p>Ils ont des chairs très souvent feuilletées (cabillaud, colin, merlu...) qui ne se solidarisent pas à la cuisson. Pour cette raison, ces poissons devront être simplement détaillés en limitant au maximum les manipulations.</p>

<p>CONNAISSANCES LIEES/ OBSERVATIONS <i>Source : cuisine expliquée – Gilles Charles – Editions BPI</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Façonner des poissons ronds entiers (TT131). Farcir une pièce de poisson (TT135).
--