

TECHNIQUE (S) DE BASE			RAGOUT A BLANC ET SAUCE TYPE RAGOÛT A BLANC	Page 202/204 Hervé
<b>DEFINITION</b>			Cuisson combinée sans coloration mariant une phase de raidissage et une phase de pochage dans un liquide lié (velouté) qui deviendra la sauce d'accompagnement. Pour viandes blanches et volailles.	
quantités	unité	poids	<b>Progression :</b> (fricassée de volaille)	
Poulet (cuisse de)	pce	10	1. Flamber les cuisses de poulet, partager en deux, assaisonner.	
Beurre	kg	0,08	2. Raidir les morceaux dans le beurre chaud.	
Oignon ciselé	kg	0,12	3. Décanter.	
Farine	kg	0,06	4. Ajouter les oignons et les faire suer.	
Fond blanc de volaille	L	1,5	5. Singer et cuire le roux à blanc (quelques instants).	
Ail (gousse d')	pce	5	6. Mouiller avec le fond blanc de volaille.	
Bouquet garni	pce	1	7. Porter à ébullition et remettre les morceaux de poulet.	
Finition du velouté de volaille :			8. Ajouter le bouquet garni et l'ail écrasé.	
Crème épaisse	L	0,4	9. Couvrir et cuire au four à 150°C pendant 1h30.	
Commentaire			10. Décanter, ajouter la crème, réduire à consistance et passer.	
			Cette technique de base peut être appliquée sur toutes les viandes à chair blanche, comme le veau, le poulet... Seul le temps de cuisson variera.	

ETAPES	POINTS CRITIQUES	PRECAUTIONS
<b>RAIDIR</b>	Ebullition autour de la viande	La température de chauffe n'est pas assez forte.
	Coloration	A éviter car la sauce devra être claire.
<b>SUER / SINGER</b>	Ordre	Les légumes doivent être suer après la viande sous peine de brûler.
	Quantité de farine	La proportion farine/liquide de mouillement doit être respectée.
	La viande attache	La farine accroche au fond du récipient : cuire au four et non sur plaque. Remuer durant la cuisson.
<b>MOUILLER / CUIRE</b>	Grumeaux	Il faut délayer la farine progressivement avec le fond et remettre les morceaux ensuite.
	Allure de pochage	Comme la cuisson pochée (TT 201), la cuisson doit être douce (à frémissement).

#### COMPREHENSION/ APPROFONDISSEMENT

##### **Différencier le ragoût à blanc du ragoût à brun :**

les viandes à chair blanche sont destinées à être cuisinées en ragoût à blanc, les viandes à chair brunes ou rouges sont plus destinées à être cuisinées en ragoût à brun  
Toujours cuire la viande en morceaux.

La viande du ragoût à blanc est raidie au beurre, celle du ragoût à brun est rissolée dans l'huile.

On peut torrifier le ragoût à brun entre la phase « singer » et la phase « mouiller ».

Après avoir décanter, on réduit à nappe et l'on crème le ragoût à blanc, tandis que l'on met au point la sauce de ragoût à brun.

Les deux ragoûts servent à la cuisson de viande fermes, riches en collagène, devant être attendries. La phase de raidissage permet à la M.G. de capter les arômes liposolubles (améliore le goût) . Ensuite intervient la liaison (farine) pour obtenir une sauce liée en fin de cuisson.

La viande cuit ainsi dans une émulsion (eau + M.G.). Cette cuisson permet de capturer les arômes liposolubles (qui se dissolvent dans une M.G.), par le raidissage, puis les arômes hydrosolubles (qui se dissolvent dans l'eau) par le pochage. Le résultat est donc plus riche en goût qu'une cuisson simple, mais aussi plus riche du point de vue nutritionnel.

##### Limites

1) 0,040-0,050 kg farine/L mouillement. Ce rapport est fondamental.

2) Cuisson classique à 150°C, sans surveillance à 85°C ou à basse température entre 62°C et 67°C.

3) Eviter toujours l'ébullition.

#### CONNAISSANCES LIEES/ OBSERVATIONS – *La cuisine expliquée. G Charles . Ed BPI*

##### Connaissances liées :

**Sauter une viande (TT211), Ragoût à brun (TT222), Pocher (départ à froid) (TT202), Veloutés et béchamel (TT363).**