

TECHNIQUE (S) DE BASE			LES FRUITS EN CUISINE	Page : 426/428 Romand
<b>DEFINITION</b>			Garniture de fruits destinée à accompagner des plats salés. Les fruits peuvent être présents dans les sauces, en garnitures d'accompagnement et parfois dans les pièces principales.	
quantités	unité	poids	<b>Progression : Rhubarbe pochée (pour 10 personnes) :</b>	
SIROP A 16 °B (30 °BRIX°)			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Confectionner un sirop de sucre.</li> <li>• « Eplucher » les tiges de rhubarbe, les détailler en biseaux.</li> <li>• Ranger les tronçons de rhubarbe dans un plat et les recouvrir de sirop chaud. Couvrir et enfourner à 120/130°C.</li> <li>• Laisser pocher lentement durant 20 minutes environ.</li> <li>• Egoutter délicatement les tronçons. Faire réduire le sirop de pochage.</li> </ul>	
Eau	L	1,00		
Sucre semoule	Kg	0,500		
RHUBARBE POCHEE				
Rhubarbe (tige de)	Kg	1,500		
Commentaires	Il faut éviter une ébullition trop forte qui ferait éclater les fibres de la rhubarbe. Il faut conserver les tronçons entiers. Il est possible de pocher la rhubarbe sous vide avec du sucre et sans eau à 95°C durant 30 min.			

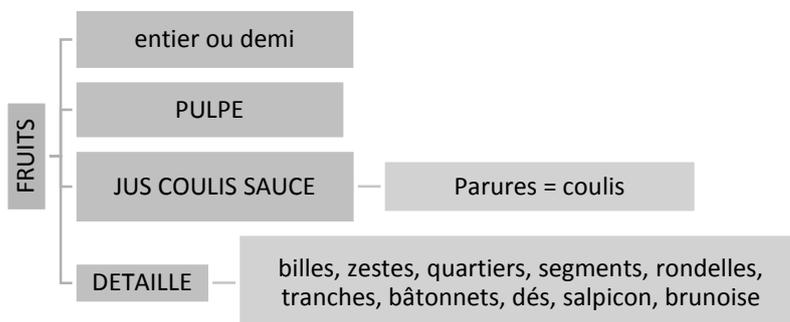
ETAPES	POINTS CRITIQUES	PRECAUTIONS
<b>PREPARER</b>	Trier	Supprimer les tiges creuses. Ne conserver que les tiges bien fermes.
	Effiler	Etapes indispensable pour supprimer les fibres.
<b>FAIRE LE SIROP</b>	Trop sucrée	En accompagnement de plat salé, ne pas trop sucrer. Ne pas faire cuire le sirop trop longtemps.
<b>POCHER</b>	Forte ébullition	Ne pas cuire sur plaque ou sur feu vif. Choisir un matériel qui chauffe plus régulièrement et de manière homogène (four).
	Pocher à couvert	Montée en température plus douce.
	Rhubarbe fibreuse	Rhubarbe mal épluchée. Il faut l'effiler.

### COMPREHENSION / APPROFONDISSEMENT

#### Les fruits en cuisine : Utilisation

##### Façonnage

Les fruits peuvent être plus ou moins gros et plus ou moins ferme. Le façonnage va permettre de leur donner une taille idéale (pour manger, cuire ou décorer): Il conviendra de trouver la forme et la taille idéale à lui donner. La taille plus ou moins grosse peut être guidée par l'utilisation (élément de décor, garniture d'une sauce, élément de garniture...) Il peut s'agir d'un cloutage de pièce d'une farce à base de fruits, d'un laquage, d'un glaçage.



##### Accord

Les fruits sont de plus en plus utilisés en cuisine. Cette tendance à marier le sucre et le sel est issue de la cuisine médiévale et de la cuisine asiatique. Les fruits comme les sauces sucrées/salées accompagnent très souvent des plats riches en gras.

Les fruits peuvent être insérés dans une pièce principale (poisson, viande ou volaille) soit sous forme de fruits secs soit sous formes de farce à base de fruits frais ou sec.

Ils peuvent être intégrés dans une sauce sous forme de jus, de pulpes, de dés, d'alcool, de gelée. Il peut s'agir d'une sauce exotique, d'une sauce aigre douce, d'un déglacage de sauce, d'une liaison, d'une vinaigrette

Les fruits utilisés en garniture sont principalement :

- Pochés dans un sirop léger, Pochés sous-vide (dans un liquide ou à sec).
- Confits, Sautés, caramélisés.
- Pochés/sautés. // Pochés/caramélisés.
- Séchés.

Les fruits les plus fermes peuvent parfois être pochés de manière à les attendrir. Ils peuvent ensuite être sautés ou caramélisés.

**CONNAISSANCES LIEES/ OBSERVATIONS** Source : Cuisine expliquée – Editions BPI – Gilles Charles

Garniture à base de fruits T 801 -802 -803-804