

TECHNIQUE (S) DE BASE	CREME PRISE SALEE A BASE D'OEUFS		Page : 450-452 Bret
<b>DEFINITION</b>	Appareil entrant généralement dans la composition des quiches. Par extension, on peut englober dans ce chapitre les flans de légumes, les crèmes renversées car toutes ces préparations sont régies par des règles communes		
quantités	unité	poids	<b>Progression : Quiche à base de crème prise salée :</b> 1. Dans une calotte, battre légèrement les œufs. 2. Incorporer le crème et le lait. Assaisonner 3. Chinoiser 4. Garnir le fond de tarte avec la garniture froide, verser la crème prise et enfourner dans un four réglé à 180/200 degrés 5. A mi-cuisson, décercler et terminer la cuisson à four plus doux. 6. En fin de cuisson, laissé reposer et débarrasser sur le grille <b>Commentaires</b> En lorraine, cette crème prise prend le nom de migraine : crème de base de la quiche lorraine.
Œuf entier	Pièce	2	
Œuf jaune	Pièce	2	
Crème liquide	Litre	0,20	
Lait	Litre	0,20	
Sel fin	Kg	Pm	
Poivre blanc	Kg	Pm	
Muscade noix	Kg	Pm	

ETAPES	POINTS CRITIQUES	PRECAUTIONS
<b>PREPARER LA CREME</b>	Œuf mal dispersé	Commencer par battre les œufs et ajouter ensuite le liquide.
	Traces de coquilles	La crème à base d'œufs doit toujours être chinoisée
<b>GARNIR</b>	Garnir la quiche	Ne jamais garnir avec une garniture chaude. Le beurre fondrait, l'amidon de la pâte s'empêserait et la pâte aurait du mal à cuire
	Attente	Garnir la quiche juste avant de la cuire au risque de la voir se détremper
<b>CUIRE LA QUICHE</b>	La pâte s'affaisse	Démarrer dans un four chaud pour coaguler les protéines de la pâte. Baisser l'intensité au bout de 10 min de cuisson
	Homogénéité de la cuisson	Décercler les tartes avant la fin de la cuisson pour permettre une coloration régulière

NATURE	LIMITES	COMMENTAIRES
<b>Rapport œufs/liquide</b>	Crème renversée : 6œufs/litre	C'est en refroidissant que les blanc gélatinisent et apportent la fermeté à la préparation
	Crème prise (quiche) : 5 œufs et 5 jaunes / litre	Une quantité d'œufs insuffisante dans une quiche ne permettra pas de capter toute l'eau du lait et de la crème. Le fond de pate se détrempera après cuisson
<b>Température de fin de cuisson</b>	Crème prise : 85° à cœur	Comme les royales, ces crèmes prises ne doivent pas bouillir : donc cuisson à une température inférieure à 100°
	Quiches et tartes salées : 95°	Les quiches sont cuites lorsqu'elles commencent à souffler.

### COMPREHENSION / APPROFONDISSEMENT

#### Quiche et tartes : Principe

La cuisson des quiches et tartes salées est délicate. Il faut arriver à mener conjointement :

1. Le saisissement de la pâte pour éviter sa déformation (une pré-cuisson à blanc est parfois recommandée,
2. La coagulation des œufs de la crème prise
3. La coloration de la pâte et de la surface de la crème prise (fromage)
4. L'arrêt de la cuisson avant gonflement (signe de la sur-cuisson de la crème). Elle perdrait une grande partie de son onctuosité.

La température du four est primordiale :

Une température trop élevée (220°) va colorer la surface de la crème prise avant que la pâte ne soit cuite.

Une température trop basse (180°) empêchera une coagulation rapide des protéines de la pâte : les bords vont s'affaisser.

La composition de la crème prise :

Le blanc d'œuf entier apporte de la fermeté et emprisonne la majeure partie de l'eau de la crème. Les jaunes apportent de l'onctuosité et du moelleux.

#### Cuisson au bain marie : Incidences

*Il est préférable de cuire au bain marie les crèmes prises, flans, royales, terrines pour éviter de faire souffler l'appareil. La préparation perd en finesse et onctuosité. Elle devient sèche et déformée*

### CONNAISSANCES LIEES/ OBSERVATIONS - source : cuisine Expliquée – Gilles Charles – Editions BPI

Garniture à base d'œufs (T452 )