

TECHNIQUE (S) DE BASE			FRUITS Pochés	Page : 618/620 SEMERIA L
DEFINITION			Fruits lentement pochés dans un sirop aromatisé. Le pochage a deux objectifs : attendri la chair des fruits et les enrichir en sucre.	
	unité	qté	Progression: poires pochées	
Vin rouge corsé	L	1.50	1. Dans une russe, réunir le vin, la crème de cassis, le sucre, la cannelle, et la vanille.	
Cassis(crème de)	L	0.15	2. Porter à ébullition durant 5 minutes. Refroidir rapidement.	
Sucre semoule	Kg	0.750	3. Eplucher et citronner les poires. Les évider.	
Cannelle (bâton)	Pce	1	4. Immerger les poires dans le sirop de vin rouge, les recouvrir de papier sulfurisé, et d'une grille ronde.	
Vanille (gousse)	Pce	1	5. Les pocher 20 minutes à frémissement (98°C)	
Poires Williams	Pce	10	6. Refroidir dans sirop de cuisson.	
Citron jaune	Pce	1		
Commentaires			Les poires gagnent à être stockées dans leur jus de cuisson (au moins jusqu'au lendemain) de manière à permettre la pénétration de la couleur.	

ETAPES	POINTS CRITIQUES	PRECAUTIONS
Sirop	Sirop acide	Il faut faire bouillir et flamber le vin rouge de manière à atténuer son acidité.
Pochage	Les fruits flottent/ coulent	Sirop trop riche en sucre / trop pauvre en sucre
	Noircissement des fruits	Les conserver bien immergés
	Les fruits éclatent	Ebullition trop vite. Sirop trop pauvre en sucre.

NATURE	LIMITES	COMMENTAIRES
Sirop : taux de sucre	Sirop à 30°B (moitié sucre, moitié eau)	Adapter taux de sucre en fonction de maturité et utilisation du fruit
Température de pochage	Entre 95 et 100 °C	Les fruits sont généralement pochés très lentement

COMPREHENSION / APPROFONDISSEMENT
<p><u>L'objectif du pochage des fruits :</u> Le pochage des fruits est fondé sur l'osmose. L'objectif des d'attendrir la cellulose du fruit et d'enrichir la chair en sucre. Le sirop utilisé (composé pour moitié de sucre) est plus sucré que les fruits eux-mêmes . Lors du chauffage, les fruits vont perdre de leur constitution et s'enrichir en sucre. La durée de pochage dépendra de la fragilité du fruit. La phase de refroidissement ou de macération permet le prolongement de l'osmose.</p> <p><u>Equilibre du sirop :</u> Si le sirop est trop sucré, les fruits flottent en surface. Certains risquent de se ratatiner et de perdre de leur volume. Si le sirop n'est pas assez sucré, les fruits se noient dans le sirop, se gorgent d'eau et perdent une partie de leur sucre. Il y a un risque d'éclatement des fruits. Le taux de sucre dépend de la maturité du fruit et de leur utilisation. Lire l'article d'Hervé This : « Les fruits au sirop » dans Casseroles et éprouvettes (p 148-9)</p> <p><u>Le pochage :</u> Généralement pour fruits fermes (ex : pomme, poire, coin), ou pour aromatiser d'autre fruits (ex : prune, cerise). 1^{ère} cuisson attendrit et 2^{ème} colore et caramélise (possibilité d'ajouter du beurre pour capter arômes liposolubles. La double cuisson est en général pour les fruits fermes. Si double cuisson : le premier pochage ne doit pas être mené à terme.</p> <p><u>La coloration :</u> La coloration peut être une caramélisation, un rissolage, un flambage. Seuls les fruits tendres sont sautés ou caramélisés, la durée de cuisson peut être plus ou moins poussée selon le résultat que l'on veut obtenir.</p> <p><u>Cuisson à court-mouillement :</u> Il est possible de marquer les fruits avant cuisson (caramélisation) puis de les cuire avec très peu liquide (sirop ; jus de fruits..) un peu çà la manière cout mouillement ou braisage. C'est le cas du tagine à l'ananas. Le liquide est indispensable car il permet le ramollissement des fibres insolubles (cellulose).</p> <p><u>Acidification du sirop de pochage :</u> Dans la cas des fruits risquant de s'oxyder, le sirop est additionné d'un peu de jus de citron (1citron/2L d'eau). Le citron est un produit très acide : en ajoutant du jus de citron a l'eau, le pH de l'eau qui tire du 7 (neutre) chute à 3.5 (très acide) ! Les fruits s'oxydent ainsi très difficilement mais prennent une saveur acide. Il est possible de supprimer cette saveur acide en cuisant les fruits sous vide.</p>

CONNAISSANCES LIEES/ OBSERVATIONS - Source : cuisine expliquée : Charles Gilles – Editions BPI		
Sirop en sucre T 821	Confitures et fruits confis T 803	Pocher (départ à froid) T202