

TECHNIQUE (S) DE BASE	LES DOUBLES CUISSONS		Page : 214 /216 Daclin
DEFINITION	Système de cuisson récent qui se propose de coupler deux ou plusieurs modes de cuissons. On raisonne alors en objectif de cuisson à atteindre et on choisit le meilleur chemin		
quantités	unité	poids	Progression :
Filet poché			<ol style="list-style-type: none"> 1. Parer les filets de lapin. Les rouler et les ficeler 2. Assaisonner. 3. Les conditionner dans un sac de cuisson sous-vide, piquer une sonde hypodermique 4. Pocher les filets à la vapeur à 80°C jusqu'à atteindre 58° à cœur. 5. Ouvrir les sacs et éponger les filets. Les faire colorer dans le beurre chaud sur toutes les faces (obtenir 62°C à cœur)
Lapin (filet)	pce	10	
Sel fin	kg	pm	
Poivre	kg	pm	
Filet sauté			
Beurre	kg	0,050	
Commentaires	L'objectif du pochage est de coaguler et de précuire le cœur de la pièce. L'objectif de la cuisson sautée est d'apporter une couche croustillante à l'envoi		

ETAPES	POINTS CRITIQUES	PRECAUTIONS
Pocher	Stockage en attente	Réserver les filets mais ne pas les refroidir
	Pourquoi 58°C ?	Le lapin se consomme rosé (62°), prévoir une marge pour la phase de coloration
Sauter	Quand cuire ?	La cuisson sautée doit intervenir après le pochage
	La pièce bout	Bien éponger la pièce cuite sous-vide avant de la saisir
	Coloration très rapide	La coloration est rapide car la décomposition des protéines est déjà avancée

Nature	Limites	Commentaires
Hygiène	Risque de développement microbien en cas de liaison réfrigérée	Eviter les pré-cuissons à J-1 /J-2. Ne conditionner et précuire que le jour J
Durée de fabrication	Moins d'une heure entre le début et la fin du 2 ^{ème} cycle	Limiter les risques concernant l'hygiène en enchaînant rapidement les 2 phases
Mise en place d'une liaison réfrigérée	Ne pas descendre en dessous de 58° à cœur	Cela signifie que les pièces saignantes ne peuvent être traitées de cette manière

COMPREHENSION / APPROFONDISSEMENT

Phase 1 coloration externe

➔

Phase 2 : Pénétration de la chaleur

➔

Méthode classique

Phase 1 pénétration de la chaleur

➔

Phase 2 : Coloration externe

➔

Méthode inversée

L'objectif de la cuisson est d'assurer une coloration externe avant de faire pénétrer la chaleur à cœur. Il est possible de coupler des modes cuisson simples de manière à atteindre des objectifs bien particuliers. Ainsi il est possible de précuire une pièce de viande à cœur puis de la colorer au moment de l'envoi. Il y a inversion des phases de fabrication avec pour objectif d'obtenir une croûte plus croustillante. Cette double cuisson s'applique généralement pour les morceaux tendres.

Alternance de phase sèche et phase humide : Il est possible de réaliser des cuissons combinées en colorant les pièces et en les terminant en ambiance humide (les ragoûts, les braisés). Lors de l'envoi il faudra redonner du croustillant.

Alternance de phase humide et phase sèche : Cette méthode permet d'obtenir des résultats exceptionnels de tendreté et de jutosité. Il est possible par exemple : pocher dans un liquide/rôtir (canard, filet de porc)

Alternance de modes de cuisson : Il est également possible d'assembler des modes de cuissons avec brunissement.

CONNAISSANCES LIEES / OBSERVATIONS – cuisine expliquée – Charles Gilles – Ed BPI			
Pocher à chaud T 201	Pocher à la vapeur T 204	Pocher sous vide T 205	
Sauter T 211	Griller T 213	Rôtir T 215	Poêler T 216