

TECHNIQUE (S) DE BASE	SAUCES SUCREES AUX FRUITS COULIS DE FRUITS		Page : 668 /670 HAYE Nicolas
DEFINITION	C'est une préparation semi-liquide réalisée à partir d'une purée de fruits tamisée légèrement sucrée. Ces coulis accompagnent des préparations froides ou chaudes		
quantités	unité	pois	Progression : Coulis de fraises
Fraise	KG	0,500	1. Laver rapidement les fraises
Sucre glace	KG	0,050	2. Les équeuter et les éponges
Citron en jus	KG	PM	3. Les disposer dans un Blender et les mixer avec le sucre glace et le jus de citron
			4. Passer au tamis et réserver au frais
			5. Le garder assez épais
Commentaires	Les coulis gagnent à être réalisés avec des fruits sains et bien murs. Coulis faiblement sucré qui doit être utilisé très rapidement.		

ETAPES	POINTS CRITIQUES	PRECAUTIONS
Réalisation	Nombreux grains de fraise	Il est préférable de tamiser les coulis pour leur apporter de l'onctuosité.
	Couleur fade	Ne pas trop mixer les chairs de fruits : elles s'éclaircissent (incorporation d'air)
Dégustation	Coulis fade	Utiliser des fruits frais et murs ou alors des pulpes surgelées
	Coulis trop sucré ou trop acide	La quantité de sucre peut varier en fonction de la maturité des fruits. Ne pas mettre tout le sucre ou le citron au départ.

NATURE	LIMITES	COMMENTAIRES
Chauffage des pulpes	60° maximum	Au-delà les fruits perdent leur couleur franche. Et perte également de vitamines
Rapport sucre fruits	20 à 30 % de sucre total en moyenne	Lors d'un service à l'assiette, il est intéressant de proposer un service en saucière
Quantité servie	20 à 30 g en saucière 10 à 15 g à l'assiette	La quantité de sucre va varier en fonction de la maturité des fruits. Les pulpes surgelées contiennent en moyenne 10% de sucre

COMPREHENSION / APPROFONDISSEMENT

Les différents types de coulis :

```

graph LR
    A[coulis de fruits] --> B[TENDRES]
    A --> C[FERMES]
    B --> D[MIXER TAMISER]
    D --> E[COULIS A FROID]
    C --> F["pocher dans : un sirop, un sirop de vin, un jus de fruit sucré"]
    F --> G[MIXER TAMISER]
    G --> H[COULIS A CHAUD]
  
```

Coulis à froid : Lors de la fabrication des coulis, l'objectif principal est de conserver le goût initial du fruit.

Coulis à chaud : Certains fruits doivent être ramollis pour pouvoir être transformés en pulpe. Ces fruits sont alors pochés puis mixés et tamisés. C'est le cas des agrumes entiers, des poires... L'emploi de fruits au sirop (cas des poires, des prunes...) supprime cette phase de cuisson.

- La cuisson des fruits permet aussi des échanges savoureux (cas des pruneaux, des agrumes, poires..).
- Le sirop de cuisson va sucrer et aromatiser la pulpe de fruits. Dans ce cas, la recherche du goût du produit n'est pas le but recherché.

N.B : D'un point de vue nutritionnel et organoleptique, la cuisson des fruits entraîne une déperdition des vitamines, des goûts et des couleurs.

Service des coulis
Autrefois le service au plat appelait un service en saucière. A l'assiette, il s'agit d'amener couleur, esthétique et complément gustatif à l'assiette. Avec l'apport des verrines, la sauce prend encore un nouveau statut. Elle devient une sauce à boire. On rencontre ainsi de nombreux milk-shake cocktails et autres coulis dressés en verre et destinés à être bu.