

Aborder l'année et l'épreuve de cuisine du BTS

Depuis plusieurs années déjà, le métier a subi d'importantes modifications. Pendant très longtemps, la cuisine a d'abord été une affaire d'interprétation. Le chef, alors considéré comme un chef " d'orchestre ", interprétait avec son équipe des partitions connues. On allait dîner chez l'un pour sa fameuse blanquette et chez un autre pour son merveilleux beurre blanc...

De nos jours, le métier de restaurateur a changé: le chef est aussi devenu un compositeur. La clientèle lui demande d'imaginer et de réaliser des plats " différents ". Aujourd'hui, la logique commerciale impose de se démarquer de la concurrence par des produits ou des recettes originales.

Le chef ou le gérant de restaurant doivent donc, jour après jour, faire preuve d'innovation et de créativité.

1 La créativité

La créativité est importante pour le BTS.

Le référentiel de certification du BTS Hôtellerie restauration, comme beaucoup des sujets d'examens de ces dernières années, fait appel à des savoirs (connaissances théoriques) et à des savoir-faire (compétences pratiques) tout en demandant aux candidats une bonne mesure de créativité, notamment pour réaliser le " plat de conception" lors de l'épreuve de Génie Culinaire (durée: 3 h 30 mn, coefficient: 2,5). Des situations que l'on retrouve ensuite dans le cadre professionnel.

Pour créer des recettes, il est important de bien connaître les produits et leur saisonnalité, l'histoire et la géographie de la cuisine et la typologie de ses clients.

Puis, il faut avoir des idées, de préférence originales, qui sauront séduire. Ensuite, nombre de connaissances techniques sont nécessaires pour faire réaliser ces plats en tenant compte d'impératifs gustatifs et financiers.

Il faut aussi être capable de les goûter, de les analyser et de les corriger si nécessaire. Enfin, il est indispensable de bien savoir les " vendre " à sa clientèle.

Pour une démarche créative:

Aujourd'hui, une créativité bien ordonnée ", répondant à la fois aux attentes de la clientèle et à une logique commerciale bien pensée, nécessite de disposer de connaissances et de compétences dans cinq domaines :

la culture alimentaire générale, connaître la géographie et l'histoire du goût, appréhender les dimensions socioculturelles de l'alimentation...

les produits, maîtriser les données techniques relatives aux différentes familles de produits : caractéristiques gustatives, origine, saisonnalité, propriétés physico-chimiques...

les techniques culinaires, avoir la capacité de réaliser des recettes en maîtrisant les techniques de découpe, de cuisson, de présentation...

le savoir « vendre », adapter ses créations à sa clientèle, savoir en parler, développer une approche " marketing "

l'équilibre alimentaire, proposer des menus équilibrés, en respectant la place des différents groupes d'aliments

2 Avoir des idées

Difficile de définir la création en cuisine. Disons simplement qu'il s'agit de proposer des recettes qui étonneront par leur goût, leur aspect, leur texture ou leur présentation; le tout avec des ingrédients bien connus.

Les principes de la créativité

Pour "créer", il est important de procéder en deux phases nettement distinctes

Dans un premier temps: *Toutes les idées sont bienvenues. Rien d'impossible.*

La première phase de la création de recettes nouvelles consiste à laisser aller son imagination. On pense à tout sans aucune contrainte, sans soucis de règles d'aucune sorte, sans reculer devant des associations même Il impensables " Pour cette phase, pas besoin d'être réalistes, tout est possible, on rêve, on se" laisse aller " !

Dans un deuxième temps: *On fait le tri dans ses idées .Comment concrétiser ?*

La deuxième phase est celle des questions. Parmi ces idées « folles » lesquelles sont réalisables ? Comment ? Vont-elles plaire ? Sinon, comment les adapter ?

Exemple : Frites et Chantilly!

En recherchant des idées simples et festives, l'esprit s'arrête sur deux éléments incontournables des fêtes populaires: les frites et la Chantilly. Deux éléments que l'on a pas vraiment envie d'associer à priori... Pourtant, des pommes de terre et de la crème, l'association est légitime. Après cette première étape, poussons un peu le raisonnement.

Si la double complémentarité du chaud et du froid et du croustillant et du moelleux peut s'avérer intéressante, par contre associer le sucré et le salé de cette manière semble difficile...

Et si nous sucrons les frites ? Pourquoi pas ? On peut surtout, et on retrouve là le génie des produits laitiers, saler la crème et proposer par exemple des pommes croustillantes garnies d'une légère crème fouettée aux herbes . Voici comment d'une idée saugrenue à priori, on passe à une délicieuse recette simple à réaliser...

Des outils pour créer

1. Toutes les idées sont bienvenues

Au cours de la première phase de création, il ne faut pas hésiter à tout dire, à tout imaginer. Associer des idées qui normalement ne vont pas ensemble peut toujours déboucher sur quelque chose d'intéressant, même si les résultats paraissent à première vue un peu surréalistes. Bien sûr, il faut tout noter au fur et à mesure, puis laisser" mûrir" un peu avant la phase de concrétisation. Il existe pour cela plusieurs techniques :

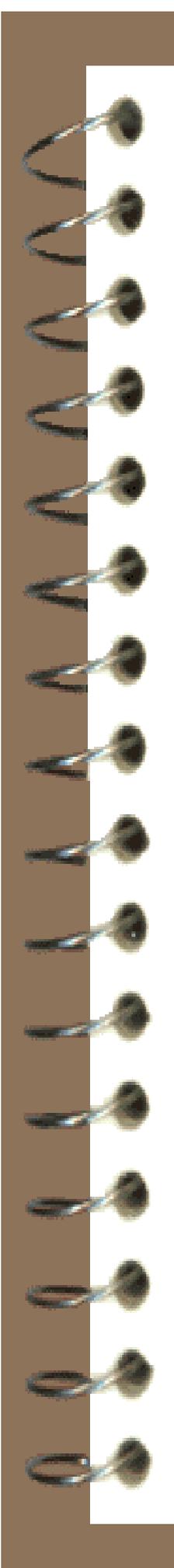
Partir du produit

Travailler un produit comme on a l'habitude de travailler un autre (épluchage, cuisson, accommodement, assaisonnement...). Le plus simple: inverser sucré et salé. On peut choisir,

par exemple, de traiter le comté comme du bœuf ou comme ...de la crème anglaise !

Exemples:

- . Pot au feu de comté
- . Tartare de comté
- . Carpaccio de comté
- . Rôti de comté en croûte
- . Sorbet de comté, coulis aux herbes . Pain perdu salé
- . Charlotte au comté
- . Salade de fruits acides et comté



Partir du plat

On ajoute un nouveau produit ou on remplace l'ingrédient principal... C'est de cette manière que sont nées par exemple les " choucroutes de la mer "...

Exemples :

Blanquette de veau au camembert
Tarte Tatin aux champignons

Blanquette de mangues
Papillotes de chèvre aux herbes

Les associations spontanées

Bourguignon de lotte
Tomates farcies amandes et fruits secs

Pavé de cantal à l'unilatérale
Frites de pommes

Faire correspondre des saveurs, des couleurs et des textures. Pour cela ne pas hésiter à noter dans un petit carnet toutes les idées survenant au hasard des repas ou des promenades sur les marchés...

Exemples :

Un plat tout blanc

Un plat associant le croquant, le moelleux et le sablé

un plat associant ananas, genièvre, veau et fromages de chèvre

Chocolat et noix vont bien ensemble, beaufort et noix aussi, puis-je faire quelque chose avec les trois ? Pourquoi pas une assiette dégustation servie avec un verre de Porto ?

On peut notamment travailler sur les contrastes de couleurs, de textures et de goûts, les tendances « début de siècle », avec plus d'épices et de volumes, ou les plats thématiques, où tout dans l'assiette, tourne autour d'une même idée.

Créer avec les produits laitiers

Leurs qualités techniques, notamment comme agent de texture et support d'arôme, leurs permettent d'occuper une place importante dans la recherche de recettes originales et savoureuses.

La mise en valeur des arômes

Un jus de cuisson, une infusion d'herbes, une pincée d'épices ou une purée de légumes se transforment en une toute nouvelle sauce minute avec un peu de crème ou de beurre émulsionné.

Beurres composés, jus crévés, sauces froides (yaourt, crème, fromage blanc...)

La douceur

Pour transformer, adoucir, arrondir, envelopper, équilibrer...

Les produits laitiers sont en quelques sortes les " diplomates " qui permettront de lier des arômes puissants et caractéristiques.

Exemples :

- le cantal, les noix et le chocolat; avec de la crème tout devient envisageable. - Le homard aux épices est " harmonisé " par la présence de beurre.

Les textures

En utilisant les grandes capacités de mise en oeuvre des produits laitiers, très bien illustrées par les appareils à crème prise, (comme la quiche), on peut réaliser des terrines,

des flans et bien d'autres choses.

La substitution

On peut inverser le sucré et le salé de préparations lactières. Exemples :

Béarnaise sucrée (sabayon)	Sauce crémée sucrée
Gougères (au fromage blanc) sucrées	Choux à la crème et au fromage
Chantilly salée	Flan salé

On peut aussi remplacer la viande ou le poisson par des produits laitiers (protéines équivalentes)... Très bien pour les régimes végétariens, ou les personnes n'aimant pas la viande. Cela peut aussi s'avérer intéressant au niveau du coût et de la recette...

Le copiage

Les cuisines du pourtour méditerranéen, d'Inde, du Moyen-Orient, des Etats-Unis ou du Mexique offrent une large place aux produits laitiers. Beaucoup de ces recettes peuvent être détournées...

Exemples:

Tandoori d'ananas en brochettes	Moussaka de fruits de saison, crème aigre
Beignets au fromage blanc et au miel	Tajine au fromage de chèvre
Tacos végétariens aux fromages frais	Cheese cake salé aux lardons

3 Présenter ses idées

Pourquoi mettre ses recettes en beauté ? D'abord pour mettre en appétit les convives, pour aiguïser leurs papilles en séduisant leur regard. Mais aussi pour personnaliser, pour donner du caractère à ses plats. Si le plat est l'œuvre " du chef, la décoration est sa signature.

Jouer sur les volumes, les formes et les couleurs, et puis composer.

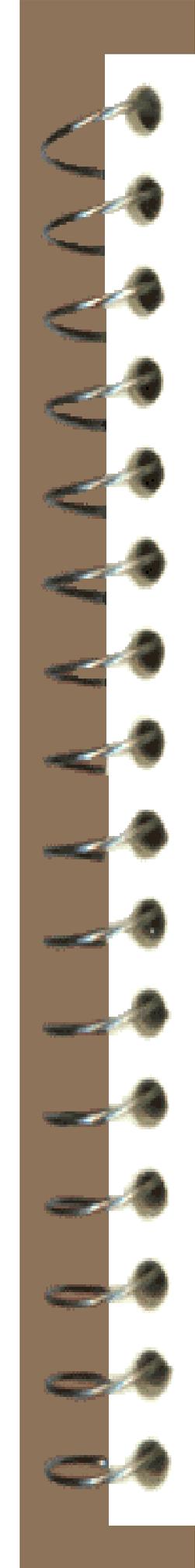
Les formes

Les produits sont soit travaillés, soit maintenus dans leur forme naturelle et originelle. Il s'agit ici de trouver à la fois équilibre et variété. Ainsi on pourra associer avec bonheur des formes anguleuses (carré, pointu...) à la douceur des formes rondes. A l'inverse, on évitera d'associer des formes trop voisines, comme des boulettes de viande avec des pommes vapeur, l'ensemble serait alors trop uniforme. Dans le même ordre d'idées, si un élément de la recette prend une place importante, telle steak au milieu de l'assiette, on l'associera plutôt avec des éléments fins et espacés, des lamelles de pommes de terre et de courgettes par exemple.

Les produits laitiers, naturellement ou en les travaillant, prennent toutes les formes possibles. On peut notamment dessiner au fond de l'assiette avec une sauce crème appliquée à la poche à douille, découper des morceaux de fromages aux formes désirées (penser aux emporte pièces). On varie aussi les formes de manière très naturelle avec un plateau de fromages bien composé. Sphère, cube, cône, cylindre, disque, parallélépipède... Les fromages ont toutes les formes. C'est d'ailleurs l'origine de leur nom (formes, fourmes, fromage, fromages...)

Les volumes

Ce n'est pas parce que l'assiette est plate que son contenu doit l'être aussi; mieux vaut donner du relief, du volume à ses compositions, travailler en « 3D » en somme. On enrichi aussi les regards sur les plats en variant et en alternant les volumes. Les éléments de petites tailles, mini steaks (trois plutôt qu'un gros), mini bouquets de légumes, mini frites... plaisent généralement beaucoup; de même que les petits fours des traiteurs, et autres mignardises. Ces petits éléments donnent aussi plus de possibilités de composition.



Les couleurs

Pour attirer les regards, un plat se doit d'être coloré. On se gardera de trop faire cuire les aliments de manière à conserver la couleur originelle des produits.

Avant de définir le choix des couleurs, il est nécessaire de procéder à une classification des produits. Pour assortir les teintes, trois possibilités: le camaïeu, la dominante et l'harmonie...

Le camaïeu utilise différents tons d'une même couleur.

Exemple, un dessert « brun »: biscuit au chocolat, crème au beurre café, nougatine, sauce chocolat, marrons glacés, noisettes concassées....

La dominante présente des éléments de la même teinte à l'exception d'un petit sujet . dont la couleur tranche.

Exemple: veau au poivron rouge avec une semoule de courgettes, homard au coulis de poivrons rouges, pétales de tomates, fines herbes.

L'harmonie associe plusieurs couleurs, avec élégance.

Exemple: langoustine rôties (rose orangées), sauce crémée au safran (jaune) et émincé de poireaux (vert).

Attention, l'association de plus de trois couleurs rend l'harmonie difficile à réaliser. L'addition d'éléments noirs et blancs (qui ne sont pas considérés comme des couleurs) ne dérange pas l'harmonie de l'assiette.

Le beurre (mixé), qui confère aussi de la brillance aux produits, et la crème (cuite) se mêlent avec tant d'ingrédients que l'on peut leur donner toutes les couleurs possibles.

Rouge: tomate, radis, betterave, poivron, piment, chou rouge, feuille de trévisse, haricots rouges, groseilles, fraises, framboises...

Orange: carotte, fleur de courgette, potiron, oeufs de saumon, haddock, moules, munster, maroilles, livarot, mimolette, abricots, clémentines, oranges, melon.....

Jaune: safran, jaune d'œuf , mayonnaise, citron, pamplemousse, poivron, maïs, pommes de terre, comté, cantal, beaufort, beurre, bananes, miel, ananas...

Vert: poireau, poivron, épinards, courgette, herbes, olives, concombre, haricots, petits pois, céleri, salade, kiwi, citron vert, pistache, pomme ...

Marron: champignons de Paris, croûtons grillés, oignons frits, gelée, noisettes concassées, cerneaux de noix, chocolat, nougatine, marrons glacés...

Bordeaux/violet: chou rouge, betterave, aubergine, artichaut, salade trévisse, quetsches, raisin, cassis, myrtilles, vin réduit...

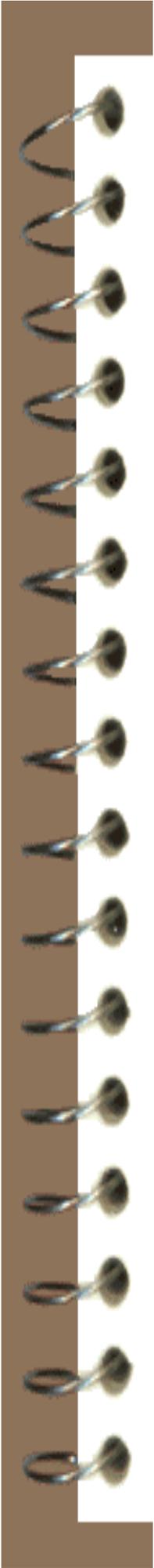
Blanc: blanc d'œuf , oignons nouveaux, chou fleur, gros sel, riz, produits laitiers frais, camembert, brie, chaource, amandes effilées, noix de coco râpée, sucre glace, meringue, nougat chantilly...

Noir: olives, radis noir, riz sauvage, genièvre, poivre, truffes, oeufs de lump, boudin, fromage des pyrénées, chèvre cendré, mûres, raisins, cassis, pruneaux, chocolat...

Le dressage

Quelques règles utiles

Surtout ne pas composer une assiette au dernier moment dans la précipitation, mieux vaut préparer sa composition tranquillement, d'abord en la dessinant, puis en faisant



des essais.

Un décor réussi = un décor net.

Poser les éléments en une seule fois, ne pas les déplacer dans l'assiette

Plus la présentation des aliments présente de fantaisie, plus l'assiette doit être sobre, et inversement.

« le point d'or »

Disposer d'abord l'élément le plus important avant de placer les autres, on le place généralement soit au centre, soit légèrement décalé, dans un endroit appelé " point d'or ". Les grandes assiettes facilitent le dressage et peuvent être mises sous cloche; attention cependant à bien utiliser l'espace sous peine de paraître " mesquin ". Les petites assiettes, par contre donnent toujours l'impression d'être mieux garnies; c'est une règle à respecter dans le cadre des régimes alimentaires.

Veiller à ce que les bords de l'assiette soient nets et propres.

Terroir/rustique

L'assiette n'a pas l'air d'être décorée, elle donne une impression d'abondance et de naturel, les tonalités brunes dominent et les différents éléments sont en contact les uns avec les autres.

Avec les produits laitiers: un gratin doré, du beurre fondant sur une pomme de terre. Privilégier des produits bruts: pommes de terres avec la peau, morceaux de fromage, cuillère de crème fraîche...

Gastronomique / picturale

Une goutte ici, une autre là... Un ensemble très sophistiqué où l'on sent le temps passé à décorer. La recherche de la symétrie est visible, les éléments sont séparés les uns des autres, les couleurs vives, franches, harmonieuses. Une impression de légèreté.

Asiatique / japonisante

Graphique et asymétrique. Très peu d'éléments et de couleurs, des formes très brutales, l'assiette est un tableau qui transmet la volonté picturale de son auteur.

Traiteur /classique

Le domaine de la symétrie et des couleurs, des fleurs de radis, des roses de tomates ou des citrons dentelés décorent l'assiette. On peut aussi trouver des fagots, des fleurons ou de la gelée. Les grands apprêts classiques de la cuisine bourgeoise en somme. Avec les produits laitiers : le lustrage au beurre.

Des produits à assembler rapidement, des fonds de plat = lait gélifié, beurres composés froids...

Ludique / enfantine

Pour faire aimer aux petits les plats des grands, pour leur faire découvrir la vraie cuisine,

des couleurs vives et des compositions figuratives: tête de clown, souris, hérissons...

Avec les produits laitiers: les formes et les couleurs et toutes les saveurs de l'enfance.

" Fromage frais sur assiette ".

Un même produit, cinq présentations possibles...

- Terroir / rustique

Le fromage frais est grossièrement tartiné sur des tranches de pain de cap

Il est assaisonné de grains de sel et de poivre mignonnettes. Les tartines sont posées sur une assiette avec salade verte, quartiers de tomates et champignons émincés.

- Gastronomie I picturale

Le " Millefeuille croustillant de fromage frais ", dressé au centre de l'assiette, est constitué d'une alternance de cercles de pâte à brick dorée au four et de fromage frais assaisonné. Décor de cerneaux de noix, de grains de raisins et de gouttes de vinaigre balsamique.

- Asiatique I japonisante

Le fromage rais, assaisonné, est retravaillé en boulettes, éventuellement roulées dans des épices ... et enfilée en alternance avec bâtonnets de céleri et quartiers de tomates sur des brochettes en bois.

- Traiteur I classique

Le fromage frais, détendu avec de la crème et assaisonné est dressé sur des canapés " fraîcheur " réalisés à partir de feuilles d'endives et de petites tomates creusées. Dressage en rosace sur fond de coulis d'herbes. Peluches de cerfeuil en décor.

- Enfantine I ludique

Décor " tête de clown " réalisé à partir de fruits confits et raisins secs. Fraises émincées en couronne.

4 Vendre ses idées

Tous les clients n'ont pas les mêmes goûts! Mieux vaut donc adapter sa démarche créative aux goûts de son public, sans pour autant perdre son âme et son originalité.

Avant d'imaginer une recette, quelques questions sont à se poser. Qui sont mes clients ? Préfèrent-ils les goûts forts ou doux ? Attendent-ils plutôt des recettes traditionnelles ou des innovations ? Sont-ils plus sensibles à des plats classiques, exotiques ou à des spécialités locales ? Quel budget sont-ils prêts à accepter ?

On peut se poser aussi le même genre de questions à propos des examinateurs du BTS.

Des recettes bien nommées

Les noms donnés aux plats présentent une grande importance; ces quelques mots posés sur la carte donneront ou non aux clients l'envie de commander le plat (*sans oublier que la pertinence de l'appellation est jugée à l'examen*).

Faut-il être descriptif ?

L'avantage des intitulés de plats descriptifs réside dans leur précision; leur inconvénient principal est la longueur. On peut aussi opter pour des noms " poétiques ", OU " mystérieux " qui évoquent la recette plutôt que de la décrire, qui donnent une ambiance et permettent d'engager la conversation avec les clients, en racontant une anecdote par exemple. Les explications sur le contenu peuvent alors figurer en sous-titre.

Ne pas oublier que l'on peut reprendre des noms de garnitures classiques (Dugléré, demi- deuil...) ou employer des références culturelles (Melba...), régionales (à la parisienne...) ou historiques (Du Barry, Orloff, Pojarski...) à condition de les respecter (Du Barry: avec du chou fleur).

Les produits laitiers utilisés dans un plat aident souvent à trouver des noms, notamment dans le cas de recettes d'inspiration régionale. Par exemple : Avec du maroilles: " du nord ", "des corons ", "du ch'ti ", " de l'Artois ", " du mineur "...

Avec du munster: Il à l'alsacienne ", "de la cigogne "...

Avec de la crème, du camembert... : normande, du bocage , rouennaise ,caennaise ...

Avec du cantal ou de la fourme: à l'auvergnate , " du bougnat ,des volcans , des puy

Avec des fromages des alpes (emmental, beaufort, abondance...) : savoyard ,dauphinois,

Avec du yaourt: " à la bulgare Il," des steppes "...

Sans oublier que la texture des produits laitiers peut aussi donner lieu à des appellations :
" crémeux ", "moelleux ? l'embeurrée ", "fondant "...

5 Parler de son travail

Savoir bien parler de son travail est l'atout maître du restaurateur. Une phase importante, d'abord pour le contact, ensuite pour donner aux gens envie de commander. L'argumentation autour de la description du plat peut se dérouler de la manière suivante: les produits, les idées et les cinq sens.

Les produits

Mettre en valeur la saisonnalité, la qualité, la fraîcheur, l'origine géographique ou le fournisseur : « Pour ma cassolette de champignons à la crème, je ne prends que des champignons ramassés le jour même... »

« C'est du veau sous la mère, élevé dans le limousin. »

Les idées

Développer la thématique d'inspiration du chef, expliquer comment il en est arrivé à cette idée, par exemple au cours d'un voyage... Justifier aussi la dénomination.

- " J'ai vraiment découvert les possibilités du curry lors d'un voyage en Inde... "

- " Un soir chez un ami, nous avons simplement dîné d'une poêlée de champignons et d'une tarte Tatin ; je me suis dit pourquoi pas une Tatin aux champignons... "

Les cinq sens

- Le goût et l'odorat: parler des arômes et des saveurs du plat. Les saveurs dominantes, associées, superposées... Justifier les associations d'arômes par rapport à la thématique du plat et éventuellement par rapport à son nom. Par exemple dans une " terrine savoyarde "

on a associé du beaufort, des noix, du lard fumé et des champignons sauvages...

- Le toucher: évoquer les textures et températures.

- La vue: décrire la composition graphique

- L'ouïe: éventuellement parler de grésillement, croustillant...

Les convives

On peut aussi parler du type de population à qui cette recette plaît habituellement (" c'est un plat qui plaît beaucoup aux amateurs de saveurs méditerranéennes, c'est vraiment parfait... "), ou évoquer les gens célèbres qui aiment ce plat ou ce genre de cuisine. L'idée générale étant de rapprocher la recette des gens qui se trouvent autour de la table.

Source : Extrait du coffret : La créativité avec les produits laitiers - CIDIL