

Dossier

ENQUÊTE

Les coupe-légumes : une aide à la créativité

Cet été, la canicule a amené les clients à augmenter leur consommation de légumes frais en salades et en accompagnement. L'assemblage en mélanges frais et colorés offre aux clients des produits de qualité qu'ils désirent trouver dans leurs assiettes. Trop souvent, la préparation des légumes (épluchage, découpe...) mobilise beaucoup d'énergie pour des produits à rentabilité variable.

L'utilisation d'un coupe-légumes peut aider le professionnel

De nouvelles exigences conduisent le professionnel à adapter ses méthodes de travail et à investir dans du matériel performant. Pour l'aider à assurer une bonne gestion de son entreprise, des solutions appropriées existent comme l'utilisation des produits de 4^{ème} et 5^{ème} gamme et de coupe-légumes simples ou combinés.

Souvent, les artisans hésitent à investir dans les coupe-légumes alors qu'ils présentent de réelles commodités. Leur rapidité d'exécution et les quantités produites amortissent rapidement leur coût d'achat.

Quelles sont les dernières innovations

Dernièrement, la gamme de coupe-légumes s'est élargie avec la mise au point de coupe-légumes manuels (Dynamic) et des combinés coupe-légumes/cutter (Dito Sama et Robot Coupe). Le choix du matériel s'effectue en fonction de sa production et de la structure de son entreprise. Les appareils manuels sont intéressants pour les entreprises de petites tailles qui souhaitent allier efficacité et faible investissement. Le combiné est pratique pour des entreprises plus importantes, voulant investir dans ces deux types d'appareil.

Pour visualiser les performances de ces matériels, le PIT les a testés sur différents légumes suivant leur fragilité : tomates, courgettes et carottes. Ceux-ci ont été coupés en dés à la mandoline (à droite sur la photo), avec un combiné de Robot Coupe (au milieu) et avec l'appareil manuel de Dynamic (à gauche). D'après les photos sur la page encartée, vous pouvez constater que le coupe-légumes manuel

permet une coupe nette des légumes fragiles (tomates), contrairement au combiné qui a tendance à les écraser. En revanche, il demande une bonne coordination des mouvements pour obtenir une coupe régulière (courgettes). La découpe des légumes peu fragiles (carottes) ne présente pas de difficultés particulières avec les 3 procédés.

Une nouvelle option du combiné, la vitesse variable, évite l'écrasement des légumes fragiles. Sur certaines marques, la vitesse maximale est sélectionnée automatiquement par l'appareil suivant l'accessoire utilisé ce qui garantit les bonnes manipulations.

Pour mieux cibler votre investissement, une fiche de synthèse (voir en page encartée) sur les coupe-légumes a été élaborée à partir des essais comparatifs.

Nota : La conception des machines répond à des normes de sécurité et d'hygiène imposées par la réglementation. Avant sa commercialisation, chaque matériel est testé par des professionnels qui jugent de leur résistance et de leur fonctionnalité.

En résumé

- Adapter ses méthodes de travail et utiliser du matériel performant pour libérer la créativité ;
- Choisir un matériel adapté à sa production et à son entreprise : du coupe-légumes manuel au combiné ;
- Assurer une qualité en combinant les aides culinaires aux machines ou les différentes machines.

Des points noirs dans ce rose clair, semblant des truffes dans leur chair, leur donnent vaguement un air, de galantine, et leur petit trottinement, à cette graisse incessamment, communiquer un tremblement, de galantine.

(Les cochons roses, Edmond ROSTAND)

Guy KRENZER
Eric GODDYN
Pascal LE HECH

Le foie gras en trois déclinaisons

Foie gras de canard entier

Ingédients

Foie gras de canard (450 à 500 g) - sel nitrité : 7 g/kg - sel fin : 7 g/kg - poivre blanc : 1,5 g/kg - sucre : 1 g/kg - alcool (cognac) : QS.

Préparation

Déveiner le foie. L'assaisonner avec les ingrédients sans trop le manipuler. Laisser reposer filmé 24 heures en chambre froide. Mettre sous vide et cuire juste à température à 62°C à cœur. Refroidir.

Présentation

Enrober le foie gras d'une première couche de gelée. Déposer des truffes coupées en lamelle sur la gelée puis glacer de nouveau.



ASTUCES

► La qualité de la matière première est primordiale. Le foie doit être souple, non cassant. Il doit avoir une texture lisse et sans granulosité. Quant à sa couleur, elle est déterminée en fonction de l'alimentation (maïs) et de la région d'élevage.

► Le poids idéal d'un foie d'oie se situe entre 600 à 900 grammes, et pour le foie de canard entre 300 et 500 grammes. Un foie trop léger veut souvent dire que les cellules hépatiques ne sont pas assez remplies de graisse. En fin de cuisson, le foie sera sec.

Un foie trop lourd conduit au cours de la cuisson à des lésions de membranes cellulaires ce qui provoque une fonte importante.

► Préférer des foies gras enveloppés dans un papier sulfurisé et entourés de glace pillée. S'assurer que la date d'abattage ou de conditionnement est bien mentionnée.

Les foies gras éviscérés à chaud ont un meilleur rendement : ils ne fondent pas. Par contre, les foies gras éviscérés à froid bénéficient d'une meilleure maturation.

► Pour éviter l'éclatement des cellules graisseuses lors du conditionnement sous vide, s'assurer que le foie gras est à une température inférieure à 4°C.

► Pour un foie gras rosé, la cuisson sous vide peut s'effectuer à juste température, c'est à dire dans une ambiance à 60°C jusqu'à une température à cœur de 55°C. Dans ce cas, il convient de valider la durée de vie du produit par la réalisation d'une analyse bactériologique.

Codes des Usages

Attention aux appellations

Le « foie gras truffé » garantit un taux de truffe (*Tuber melanosporum*) d'au moins 3%. Entre 1 et 3%, le pourcentage incorporé doit être indiqué dans la dénomination de vente. L'utilisation de brisures ou pelures de truffe n'est pas autorisée.

Pour une indication « en gelée » dans la dénomination de vente, le pourcentage de gelée est limité au maximum à 20% pour les préparations de masse inférieure à 250 grammes et à 15% pour les autres préparations.

Les préparations de foie gras ne doivent pas contenir plus de 2 grammes de saccharose par kilogramme. Dans tous les cas, l'assaisonnement est limité à 4% de la masse de la préparation.

Historique

La production de foie gras date d'au moins 4500 ans. Des fresques découvertes sur des tombeaux égyptiens le prouvent. Mais ce sont les Romains qui révèlent les qualités gustatives du foie des oies qu'ils nourrissent de figues. Cette tradition a été perpétuée et diffusée par communautés juives en exode.

En France, l'occupation du Sud Ouest par les Romains nous permet de nous initier à cette spécialité. Mets de roi à la table de Louis XV, le foie gras atteint la célébrité sous Louis XVI grâce à une recette de pâté en croûte.

(source : CIFOG)



Pâté de foie gras de Strasbourg

Ingrédients (pour 6 à 7 personnes)

Foie gras d'oie (750 g à 1 kg) - sel nitré : 8 g/kg - sel de Guérande : 8 g/kg - sucre : 1 à 2 g/kg - poivre du moulin ou mélange d'épices : 2 g/kg - truffe QS ou 3% minimum - facultatif : alcool (vin d'Alsace)

Farce de volaille au foie gras

Crème UHT : 500 g - blanc de volaille : 300 g - foie gras d'oie : 250 g - brisure de truffe : 50 g - sel fin : 17 g - huile de truffe : 10 g - poivre blanc moulu : 2 g

Pâte

Farine : 500 g - beurre : 330 g - sel : 10 g - sucre : 20 g - œuf entier : 65 g - eau : 85 g

Préparation de la pâte

Préparer une pâte demi-feuilletée avec la farine, le beurre, le sel et le sucre. Sabler doucement. Ajouter les œufs et l'eau. Ne pas trop mélanger. Réserver filmée en chambre froide.

du foie gras

Fendre le foie gras en deux, dénervé, déveiner. Clouter le foie gras de morceaux de truffes crues puis l'assaisonner. Laisser mariner huit heures.

de la farce

Passer les blancs de poulet au hachoir puis les mixer jusqu'à l'obtention d'une pâte fine. Ajouter les assaisonnements et le foie gras coupé en morceaux. Mélanger délicatement.

Montage

Foncer un moule avec la pâte. Faire durcir la pâte au congélateur puis chemiser l'intérieur du moule d'une couche de farce (fond et côtés). Mettre de nouveau à durcir au congélateur. Poser le foie gras au centre et le recouvrir de la farce restante. Fermer le pâté d'une rondelle de pâte en y perçant une cheminée. Dorer ce couvercle à l'œuf battu.

Enfourner dans un four chaud à 250°C. Cuire la pâte 35 minutes à 230°C. Puis cuire 10 minutes à 150°C et baisser le four à 85°C jusqu'à obtenir 57°C à cœur du foie gras.

Refroidir.

Présentation

Ouvrir le chapeau du pâté pour une dégustation, froide, à la cuillère. Servir avec un Tokay vendanges tardives.

Décoration

Billes de pâte roulées dans du paprika, fleur de sel de Guérande.

Remarque :

Après cuisson, pour une meilleure cohésion, une gelée chaude à base de Riesling ou de Gewurztraminer peut être ajoutée.

Dans la recette originale du dix-huitième siècle, la pâte était chemisée avec une farce fine à base de porc.

Comme vu Cromesquis de foie gras, sa rabasse, un œuf toqué au jus truffé



Ingrédients (pour 150 pièces)

Porto rouge : 300 g - Crème UHT : 650 g - Foie gras cuit en purée : 150 g - Gélatine en feuille : 16 g (8 feuilles) - Sel : 3 g - Truffe : 30 g - Foie gras cuit en lamelle : 150 g - Panure : Farine, œufs entiers, chapelure, chapelure râpée, huile d'arachide : QS

Préparation

Ramollir les feuilles de gélatine dans de l'eau glacée. Réduire le porto. Ajouter la crème. Réduire le mélange de 10 à 15%. Ajouter la gélatine. Ajouter les assaisonnements. Refroidir jusqu'à 40-45°C.

Ramollir le foie gras et l'incorporer au mélange refroidi.

Mouler en moule de type Flexiplan.

Faire durcir ou congeler.

Démouler. Paner successivement dans la farine, les œufs battus, la chapelure. Répéter l'opération trois fois. Finir avec la chapelure japonnaise.

Frire dans l'huile d'arachide chaude pour obtenir un produit croustillant avec un intérieur liquide.

Conseils :

Pour un goût moins prononcé, les feuilles de gélatine peuvent être mises à tremper la veille dans un grand volume d'eau

Présentation

Cromesquis sur coupelle accompagnés de roulés de foie gras au truffe et œufs « toqué »

Œuf toqué

Dans une coquille d'œuf évidée, mettre un jaune d'œuf. Plonger dans une eau inférieure à 68°C (pour ne pas coaguler les protéines). Ajouter de la fleur de sel et du poivre du moulin. Chauffer. Ajouter ensuite de la crème fouettée très légère (300g de crème UHT, 2g de fleur de sel, 1g de poivre, 20g de jus de truffe). Pour finir, ajouter 10g de sauce Périgueux.

Sur le plan nutritionnel

Le foie gras d'oie, comme celui de canard, apporte une majorité de "bonnes" graisses du fer, de la vitamine A, et beaucoup de vitamine B9 nécessaire pour le renouvellement des cellules. Les acides gras mono-insaturés ont pour effet de faire diminuer le taux de mauvais cholestérol et ainsi limiter la mortalité due aux

maladies coronariennes. (source : CIFOG)

Valeurs nutritionnelles de 100 g de foie gras :

Protéines : 10 g
Lipides : 44 g dont 25,2 g d'acides gras mono-insaturés
Glucides : 6,3 g
Fer : 6,4 mg
Vitamine A : 950 µg
Vitamine B9 : 566 µg
Energie : 448 kcal