

Chapitre 1.4 – Les techniques de base cuisine

Sous chapitre 1.4.4.0

Les sauces de base



LA SAUCE BECHAMEL

DEFINITION :

➤ Sauce blanche faite avec du lait et du roux blanc, elle doit son nom au marquis de Béchameil. Elle est largement utilisée pour les apprêts d'œufs, de légumes, de gratins.

COMPOSITION

Ingrédients	U	Q	Méthode d'exécution
Lait Roux blanc fini Sel Poivre blanc Muscade	L g Pm Pm Pm	1 60 à 240	- Mettre le lait à bouillir. - Délayer le roux froid jusqu'à consistance désirée. - Assaisonner. - Cuire 15 / 20 minutes à feu doux. - Passer au chinois. - Tamponner. - Réserver au bain-marie.

Dérivés

CREME	- Ajouter 2 à 3 dl de crème fraîche au litre de béchamel, réduire.
MORNAY	- Ajouter 100 à 150 g de gruyère râpé au litre de béchamel, donner un bouillon en remuant, puis hors du feu, ajouter 3 à 4 jaunes d'œufs préalablement délayés dans un peu de sauce.
SOUBISE	- Étuver 350 g d'oignons, ajouter 1 litre de béchamel, cuire, passer au chinois en foulant.
AUORE	- Mélanger à 2/3 de béchamel, 1/3 de sauce, ou de coulis de tomates.
CARDINAL	- Mélanger 1 litre de béchamel à un 1/2 litre de fond d'américaine, réduire à 1 litre, monter au beurre de homard ou de crustacés, ajouter julienne de truffe.
THERMIDOR	- Mélanger 1/2 Mornay, 1/2 sauce vin blanc à la hollandaise, moutarder.

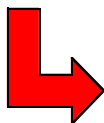


LE VELOUTE SAUCE

DEFINITION :

➤ Sauce mère faite d'un fond blanc de veau, de volaille ou d'un fumet de poisson, lié avec un roux blanc.

TECHNIQUE :



- Porter à ébullition le fond ou fumet selon le cas.
- Délayer le roux froid jusqu'à consistance désirée.
- Cuire 15 / 20 minutes à feu doux.
- Assaisonner.
- Passer au chinois étamine.
- Tamponner.
- Réserver au bain-marie.

Dérivés

VELOUTE DE VEAU

ALLEMANDE	- Ajouter à 1 litre de velouté de veau, 3 à 4 jaunes d'œufs.
VILLEROI	- Velouté de veau additionné de jus de champignons, lié jaunes d'œufs, ajouter truffe.
CURRY	- Dés d'oignons, de pommes fruits et de bananes sautées au beurre, singer au curry, mouiller 1/3 lait de coco et 2/3 velouté. Ajouter crème fraîche.
POULETTE	- Velouté de veau additionné de jus de champignons, finition jus de citron et persil haché.



Dérivés

VELOUTE DE VOLAILLE

SUPREME	- Ajouter 2 à 3 dl de crème fraîche au litre de velouté de volaille, réduire, beurrer, citronner.
CHAUD-FROID	- Ajouter à 1 litre de sauce suprême 3 dl de gelée.
HONGROISE	- Oignons ciselés compotés au beurre, singer paprika, mouiller vin blanc, réduire 2/3 et ajouter sauce suprême, beurrer.
IVOIRE	- Sauce suprême additionnée de glace de viande (couleur ivoire), beurrer.

Dérivés

VELOUTE DE POISSON

VIN BLANC (au velouté)	- 1 ^{ère} formule : 1 litre de velouté de poisson additionné de réduction de cuisson de poisson, crémer, lier avec 5 jaunes et 100 g de beurre. - 2 ^{ème} formule : 1 litre de velouté de poisson additionné de réduction de cuisson de poisson, crémer, ajouter 3 dl de hollandaise.
DIEPPOISE	- Velouté de poisson additionné de jus de moules et de champignons, crémer, garnir de crevettes, moules et champignons.
NORMANDE	- Sauce vin blanc (1 ^{ère} formule) additionné de cuisson de champignons et jus d'huîtres.
BONNE FEMME	- Sauce vin blanc (2 ^{ème} formule) garnie de champignons émincés et de persil haché.
AURORE	- A 2/3 de velouté de poisson ajouter 1/3 de coulis de tomate, beurrer.



LA SAUCE VIN BLANC

DEFINITION :

➤ Cette sauce entre dans la famille des émulsions chaudes instables

COMPOSITION

Ingrédients	U	Q	Méthode d'exécution
Fumet de poisson	L	1	<ul style="list-style-type: none">- Suer les échalotes ciselées.- Ajouter le vin blanc, réduire 9/10^{ème}.- Ajouter le fumet et/ou la cuisson du poisson.- Réduire à l'état sirupeux.- Ajouter la crème et réduire à l'état de sauce.- Hors du feu, monter au beurre.- Rectifier l'assaisonnement.- Couvrir et tenir au bain-marie, à 60°C maximum.
Échalotes	kg	0,050	
Vin blanc	dl	5	
Crème fraîche	cl	10	
Beurre	kg	0,080	
Sel, Poivre blanc	Pm		

Dérivés

DIEPPOISE	- Sauce vin blanc, ajouter à la réduction du jus de moules et de champignons, crémer, garnir de crevettes, moules et champignons.
VIN ROUGE	- Remplacer lors de la réduction le vin blanc par un bon vin rouge.
JOINVILLE	- Sauce vin blanc au coulis de crevettes.
BONNE FEMME	- Sauce vin blanc avec en garniture champignons émincés et persil haché.
DIPLOMATE	- Sauce vin blanc plus sauce américaine.



LA SAUCE TOMATE

DEFINITION :

➤ Sauce mère très souvent utilisée en cuisine pour accompagner les pâtes, les gnocchi, les haricots secs, les lentilles, les beignets et les fritots « Orly »

COMPOSITION

Ingrédients	U	Q	Méthode d'exécution
Mirepoix	kg	0,200	- Rissoler la mirepoix et la poitrine.
Poitrine de porc _ sel	kg	0,100	- Singer et ajouter la tomate concentrée.
Farine	kg	0,050	- Cuire quelques minutes, (refroidir).
Tomate concentrée	kg	0,100	- Ajouter la tomate fraîche.
Tomates fraîches	L	1	- Mouiller, porter à l'ébullition.
Eau ou fond blanc veau	kg	1	- Ajouter ail, B.G, Assaisonner.
Ail	kg	0,020	- Cuire 1h30 à couvert.
Bouquet garni	P	1	- Passer au chinois
Sel, poivre	Pm		- Rectifier liaison et assaisonnement. - Tamponner, réserver au bain-marie.

Dérivés

PROVENCALE	- Oignons ciselés revenus blonds à l'huile d'olive, ajouter sauce tomate plus tomate concassée, relever d'ail, cuire, persil et basilic au départ.
BRETONNE	- Réduction d'oignons ciselés compotés à blond et de vin blanc, ajouter sauce tomate, cuire, persil au départ.
PORTUGAISE	- Comme provençale plus un peu de glace de viande.
DUXELLE	- Vin blanc plus duxelles, réduire, ajouter moitié _ glace et moitié sauce tomate.

NOTA : L'accompagnement d'un mets frit, par une sauce tomate prend l'appellation **ORLY** (Exemple : Fritots de cervelle Orly).



LA SAUCE AMERICAINE

DEFINITION :

➤ La base de cette célèbre sauce est bien évidemment le fameux Homard à l'américaine qui suscite encore à ce jour bien des controverses sur son auteur.

COMPOSITION

Ingrédients	U	Q	Méthode d'exécution
Homard ou étrilles	kg	1	- Concasser les crustacés.
Mirepoix	kg	0,150	- Cardinaliser à l'huile fumante.
Échalotes	kg	0,050	- Ajouter mirepoix, échalotes, faire revenir.
Tomate concentrée	kg	0,050	- Flamber cognac.
Tomates fraîches	kg	0,300	- Ajouter tomate concentrée, cuire 2 minutes.
Cognac	L	0,10	- Déglacer vin blanc, réduire.
Vin blanc	L	0,20	- Mouiller fumet de poisson.
Fumet de poisson	L	1	- Ajouter tomates fraîches, ail, B.G, estragon, cerfeuil.
Ail	kg	0,020	- Écumer à l'ébullition.
Bouquet garni	P	1	- Assaisonner.
Roux blond fini	Pm		- Cuire 30 minutes.
Estragon	botte	-	- Passer au chinois, fouler.
Cerfeuil	Pm		- Réduire, lier.
Sel, cayenne	Pm		- Rectifier l'assaisonnement. - Tamponner, réserver au bain-marie.

Dérivés

CARDINAL	- Mélanger 1/2 américaine et 1/2 béchamel, réduire et monter au beurre de homard, ajouter julienne de truffe.
COULIS	- De crevettes, de langoustines, de favouilles, etc. Autre appellation mais même technique que pour l'américaine, mais en utilisant le crustacé désigné.
CREVETTE	- 1/2 coulis de crevettes et 1/2 velouté de poisson réduit, truffe.
DIPLOMATE	- 1/2 sauce vin blanc 1/2 sauce américaine de homard, garnir de dés de homard.
NANTUA	- Marquer comme une américaine avec des écrevisses mouiller et lier avec du velouté de poissons, monter au beurre d'écrevisses et garnir de queues d'écrevisses.
NEWBURG	- Comme pour l'américaine mais madère à la place du vin blanc, mouiller 1/2 crème et 1/2 fumet.

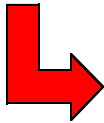


LE FOND BRUN LIE

COMPOSITION :

Base → **Fond brun clair**
Liaison → **Roux brun ou fécule**

TECHNIQUE :



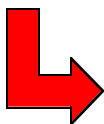
- Porter à ébullition le fond
- Ajouter peu à peu le roux brun ou la fécule délayée au préalable dans un liquide froid, jusqu'à consistance désirée
- Cuire 15/20 minutes à feu doux en dépouillant souvent.
- Passer, mettre en bain-marie ou refroidir rapidement et réserver à + 3°C.

L'ESPAGNOLE

COMPOSITION :

Base → **Fond brun clair**
Liaison → **Roux brun ou fécule**
Éléments aromatiques → **Mirepoix, tomates fraîches.**

TECHNIQUE :



- Rissoler la mirepoix.
- Ajouter le concentré de tomates, cuire 2 minutes.
- Mouiller fond brun clair.
- A l'ébullition, lier.
- Laisser cuire et réduire à feu doux.
- Dépouiller régulièrement.
- Passer au chinois, réserver au bain-marie.



LA SAUCE 1/2 GLACE

DEFINITION :

➤ La sauce 1 /2 glace est la réduction de l'espagnole et la mère de nombreuses sauces en cuisine.

Dérivés

MADERE	- Échalotes ciselées suées, vin blanc réduit, ajouter 1/2 glace, cuire, ajouter madère, passer, beurrer.
PERIGUEUX	- Comme la sauce madère, ajouter essence de truffe et truffes hachées.
PERIGOURDINE	- Comme la sauce périgueux, mais montée à la purée de foie gras.
CHASSEUR	- Champignons émincés sautés, ajouter échalotes ciselées suées, déglacer cognac puis vin blanc, réduire, ajouter 1/2 glace tomatée et une pincée d'estragon.
DUROC	- Comme chasseur mais 1/2 glace ordinaire, plus tomate concassée.
MARCHAND DE VIN	- Échalotes suées, réduction vin rouge avec mignonnette, bouquet garni, ajouter 1/2 glace, cuire, passer, monter au beurre.
BORDELAISE	- Comme marchand de vin mais vin de Bordeaux plus dés de moelle pochés au départ.
MOELLE	- Comme bordelaise mais avec vin blanc et rondelles de moelle, fines herbes au départ.
DIABLE	- Réduction, échalotes suées, 1/3 vin blanc, 2/3 vinaigre, mignonnette, estragon, cerfeuil, ajouter 1/2 glace, cuire passer, beurrer, fines herbes au départ.
ROBERT	- Réduction, oignons sués, 1/3 vin blanc, 2/3 vinaigre, ajouter 1/2 glace, cuire, passer monter à la moutarde.
CHARCUTIERE	- Comme la sauce Robert, plus julienne de cornichons.
LYONNAISE	- Oignons comptés, réduction 1/2 vin blanc, 1/2 vinaigre, ajouter 1/2 glace cuire.
AIGRE-DOUCE	- Gastrique plus fond de poêlage lié.
BIGARADE	- Gastrique déglacée au jus d'orange bigarade réduire de moitié, ajouter fond de poêlage, cuire et finir avec Grand-marnier ou Cointreau.