

SESSION 2024

CAPLP ET CAFEP
CONCOURS EXTERNE

Section
HÔTELLERIE – RESTAURATION

Option
ORGANISATION ET PRODUCTION CULINAIRE

Épreuve écrite disciplinaire appliquée

L'épreuve porte sur la conception d'une séquence d'enseignement dans l'option choisie à partir d'une analyse critique et argumentée d'une documentation proposée par le sujet.

Le sujet de l'épreuve est spécifique à l'option choisie.

Durée : 5 heures

L'usage de la calculatrice est autorisé dans les strictes modalités relevant de la circulaire de la circulaire du 17 juin 2021 publiée au BOEN du 29 juillet 2021.

Il appartient au candidat de vérifier qu'il a reçu un sujet complet et correspondant à l'épreuve à laquelle il se présente.

Si vous repérez ce qui vous semble être une erreur d'énoncé, vous devez le signaler très lisiblement sur votre copie, en proposer la correction et poursuivre l'épreuve en conséquence. De même, si cela vous conduit à formuler une ou plusieurs hypothèses, vous devez la (ou les) mentionner explicitement.

NB : Conformément au principe d'anonymat, votre copie ne doit comporter aucun signe distinctif, tel que nom, signature, origine, etc. Si le travail qui vous est demandé consiste notamment en la rédaction d'un projet ou d'une note, vous devrez impérativement vous abstenir de la signer ou de l'identifier. Le fait de rendre une copie blanche est éliminatoire.

Tournez la page S.V.P.

INFORMATION AUX CANDIDATS

Vous trouverez ci-après les codes nécessaires vous permettant de compléter les rubriques figurant en en-tête de votre copie. Ces codes doivent être reportés sur chacune des copies que vous remettrez.

► Concours externe du CAPLP de l'enseignement public :

Concours	Section/option	Epreuve	Matière
EFE	8510J	102	9312

► Concours externe du CAFEP/CAPLP de l'enseignement privé :

Concours	Section/option	Epreuve	Matière
EFF	8510J	102	9312

À partir de vos connaissances et des ressources documentaires fournies dans le dossier joint, il vous est demandé de proposer une séquence pédagogique relative à **l'enseignement de la cuisine en classe de terminale baccalauréat professionnel « cuisine »** sur la thématique :

« Les différentes cuissons, quelles évolutions ? »

Dans ce cadre, vous préciserez, en les justifiant, chacun des points suivants :

- le contexte de la séquence (positionnement dans l'année, diversité des parcours des apprenants...);
- le déroulement de la séquence, les objectifs en termes de compétences et les modalités d'évaluation, les équipements mobilisés ;
- les objectifs de chacune des séances composant cette séquence ;
- la nature des travaux demandés aux apprenants.

Tout au long de la construction de votre séquence, vous veillerez à produire une analyse critique et argumentée des ressources documentaires, utilisées ou non, et vous justifierez de vos choix didactiques ainsi que de la mobilisation des divers apports scientifiques nécessaires.

Dossier documentaire :

Document 1 : Extrait du référentiel de certification du baccalauréat professionnel cuisine
Document 2 : La galaxie des cuissons
Document 3 : La cuisine médiévale – Que mange-t-on à cette époque ?
Document 4 : La pomme de terre dans tous ses états
Document 5 : la cuisson sous-vide, quels intérêts nutritionnels ?
Document 6 : Les règles d'hygiène pour la cuisson à basse température
Document 7 : La fiche de fabrication
Document 8 : Food court – Le carrousel du Louvre
Document 9 : Les effets de la cuisson sur les aliments
Document 10 : Cinq choses à savoir sur les fours intelligents
Document 11 : Comment aimez-vous votre viande ?
Document 12 : Avis d'un client sur le livre d'or
Document 13 : Les méthodes de cuisson les plus innovantes et originales

Document 1	Extrait du référentiel de certification du baccalauréat professionnel « CUISINE »
-------------------	--

COMPÉTENCES DU PÔLE D'ACTIVITÉS PROFESSIONNELLES N°1 : ORGANISATION ET PRODUCTION CULINAIRE		
C1-2. MAÎTRISER les bases de la cuisine		
COMPÉTENCES OPÉRATIONNELLES	CONDITIONS DE RÉALISATION <i>et de mise en situation professionnelle en fonction des concepts de restauration</i>	CRITÈRES ET INDICATEURS DE PERFORMANCE
C1-2.11 Mettre en œuvre les cuissons	<ul style="list-style-type: none"> - Répertoire technique personnel - Fiches techniques valorisées - Fiches produits - Matériels (four, cuisson sous vide, cuisson basse température, cuisson par induction, plancha, wok, micro-ondes, grill...) - Matières premières - Produits semi-élaborés et/ou élaborés - Guide des bonnes pratiques - Plan de Maîtrise Sanitaire - Besoins spécifiques de la clientèle - (menu végétarien, diététique ...) 	<ul style="list-style-type: none"> - Conformité et maîtrise des gestes et des techniques de cuisson en autonomie complète - Respect du principe de la « marche en avant » - Optimisation des moyens (rendement, temps, produits ...) - Optimisation des qualités organoleptiques des fabrications - Maîtrise du couple temps/température - Pertinence du choix des matériels et des équipements - Adaptation du procédé de cuisson au produit - Pertinence du traitement des points critiques - Respect de la réglementation (en production directe et différée)
C5-2. MAINTENIR la qualité globale		
C5-2.2 Contrôler la qualité organoleptique des matières premières et des productions	<ul style="list-style-type: none"> - Règles d'implantation des locaux Équipements de protection individuelle et collective - Fiches techniques, cartes, menus, supports de vente (avec photographies, représentations schématiques ...) - Fiche d'analyse sensorielle 	<ul style="list-style-type: none"> - Qualité de l'analyse organoleptique des produits, des fabrications - Qualité de l'analyse sensorielle - Pertinence des éléments de qualité, et des défauts éventuels repérés - Qualité des propositions d'actions correctives dans le cas de non-conformité
C5-2.5 S'inscrire dans une démarche de veille, de recherche et de développement (innovation, créativité ...)	<ul style="list-style-type: none"> - Répertoire technique personnel - Fiches techniques - Fiches produits - Matières premières, produits - Réglementation en vigueur - Médias professionnels - Matériels - Techniques traditionnelles et innovantes - Enquêtes, études de marché, comportements de consommation Colloques, conférences, salons professionnels - Technologie de l'information et de la communication 	<ul style="list-style-type: none"> - Qualité de la prise en compte des tendances, des modes de consommation, des usages professionnels - Qualité de la prise en compte des évolutions technologiques et scientifiques - Culture – curiosité professionnelle (connaissance des matières premières, des terroirs, des spécialités, des contextes professionnels ...) - Personnalisation de la production

La galaxie des cuissons,

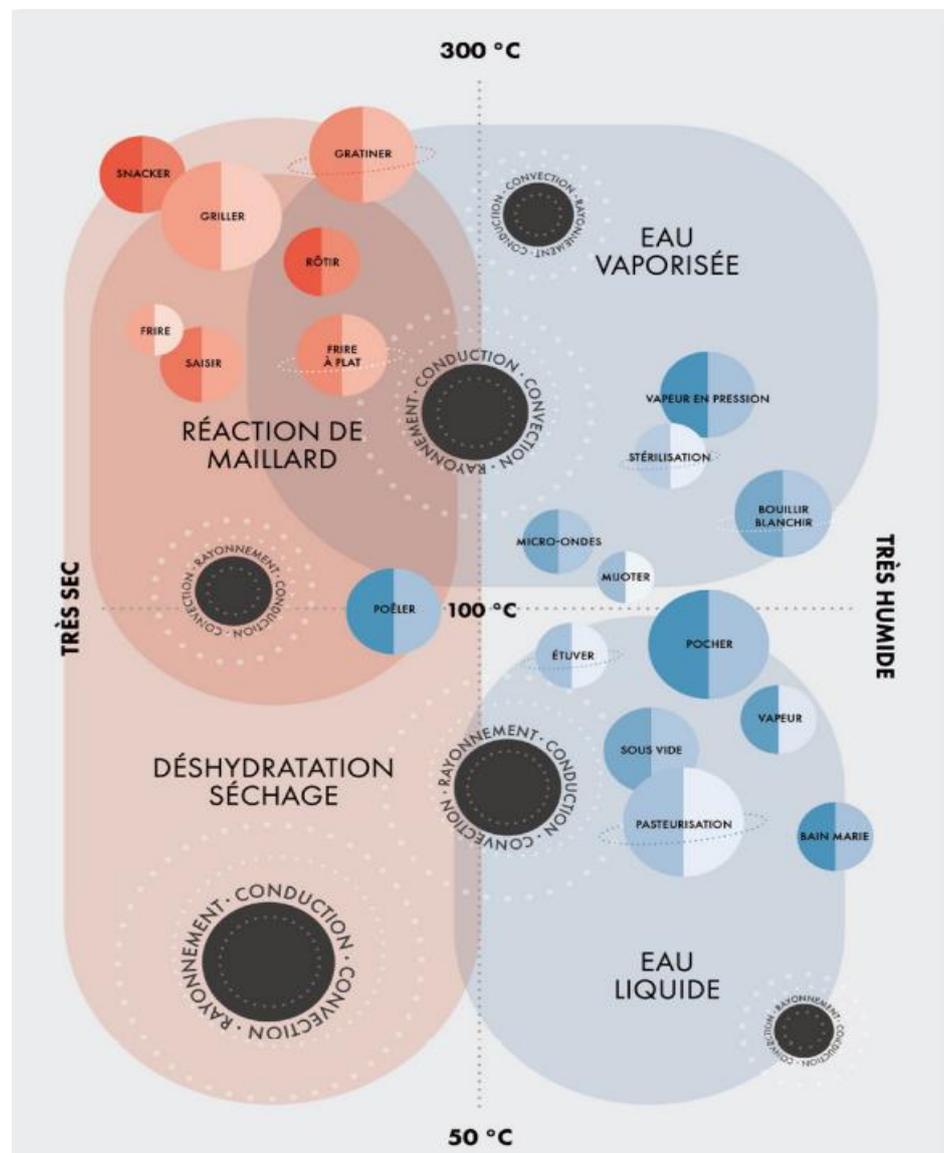
L'univers des cuissons est si vaste et si complexe, que seuls les « cuisinautes » les plus intrépides, les plus aventureux peuvent affirmer l'avoir parcouru en totalité.

Et encore ...

Nous parlons ici d'une galaxie se mesurant en casseroles-lumière, demandant des décennies de pratique et d'expérimentations pour pouvoir ne serait-ce qu'être entraperçu, rendez-vous compte !

En effet, les distances qui séparent la cuisson au bain marie de la friture sont extrêmes. Comme on remarque sur cette figure élaborée à partir des meilleurs clichés pris par notre télescope culinaire à haute définition, toutes les cuissons sont attirées par deux centres de gravité spécifiques et se regroupent en amas. Pour simplifier, il existe la constellation des cuissons sèches et chaudes et une autre agrégeant, au contraire, celles plus froides et plus humides. Ces deux ensembles se regardent en chien de faïence car ils n'ont, au fond, que très peu en commun, même si leurs buts ultimes sont les mêmes : rendre plus digestes des ingrédients, produits bruts et, au passage les transformer en petits chefs d'œuvre de délicatesse et de raffinement.

Sur cette représentation, vous remarquerez forcément la présence de nombreux et dangereux trous noirs exerçant leur influence sur toutes les cuissons, absolument toutes, quelles qu'elles soient et où se perdent si souvent tous les espoirs culinaires car, bien qu'ignorés, ce sont eux qui régissent, en secret, toutes les lois physiques présidant aux cuissons : celle de l'œuf dur jusqu'à la poularde en vessie, en passant par les soufflés, les coquillettes, la daube, le hamburger, la tarte aux pomme et les autres(...)



Source : <https://www.homo-habilis.eu/> consulté le 26/09/22 à 16H40

Le repas spectacle

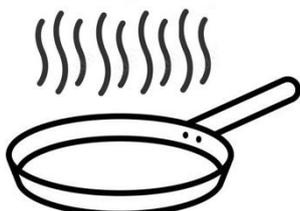
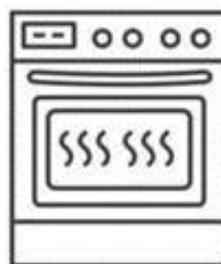
Le Moyen Âge atteint une sorte de perfection dans l'art du festin. Le type de repas caractéristique de l'époque est bien le banquet, une occasion d'affirmer son rang, sa richesse et son prestige. Chez les grands de ce monde, comme chez les bourgeois qui peuvent se le permettre, le festin est donné à l'occasion de noces, d'alliances, de victoires, de naissances ou de tout autre événement important.

Le menu se compose de plusieurs mets, que l'on appellera plus tard "services". Le service comprend tout un ensemble de plats : rôtis, sauces, poissons ou pâtés, disposés sur la table. Chaque convive se sert de ce qu'il trouve devant lui. Les divers mets se suivent. Il peut y en avoir jusqu'à 6, voire plus, régulièrement séparés par ce que l'on appelle logiquement les "entremets".

Des spectacles sont offerts aux convives, c'est le début du service dit "à la française" [...] La cuisson se faisait dans l'âtre et dans le four à pain. Les viandes étaient bouillies puis rôties par mesure d'hygiène.



Source : <https://www.cuisinealafraconaise.com/> consulté le 26/09/23





Magret de canard, courgettes et chou rouge braisé

La cuisson dite à juste température a largement démontré ses capacités à être performante tant du point de vue organoleptique (couleur, jutosité, tendreté) qu'en termes d'hygiène, d'organisation et pécuniaires.

On ne mange pas tant par plaisir mais aussi, parce que l'on a besoin de nutriments pour vivre.

La "jutosité"

Un produit (viande, poisson) cuit à juste température apporte une "jutosité" maximale.[...]

La Tendreté

La tendreté permet une bonne "masticabilité". Résultat : la cuisson à juste température ouvre la possibilité de préparer des viandes de 2^{ème} et 3^{ème} catégorie. [...]

Le goût

Le goût d'un produit dépend pour l'essentiel de son origine et des attentions dont il a été l'objet. Le cuisinier va intervenir par son assaisonnement. La cuisson sous vide a pour conséquence d'enfermer le produit à cuire. Les saveurs étant préservées, il est pratiquement inutile de saler. [...]

Effets sur les minéraux

Le sachet de cuisson sous vide constitue une barrière entre le produit et le milieu ambiant. Ainsi, les éléments minéraux, pour la plupart hydrosolubles, ne seront pas perdus. Ce n'est pas le cas des légumes cuits à l'anglaise ou à la vapeur qui subissent un véritable lessivage. [...]

Effets sur les vitamines

On classe les vitamines en vitamines hydrosolubles (B ou C) et liposolubles (A, D, E, K). Les vitamines liposolubles (solubles dans les graisses) sont peu sensibles à la chaleur et, préservées de l'oxygène dans le cadre d'une cuisson sous vide, elles sont bien conservées. Les vitamines hydrosolubles (soluble dans l'eau), pour leur part, sont protégées de l'eau mais sont sensibles aux hautes températures. [...]

Les antioxydants

Fruits et légumes cuits sous vide donnent de merveilleux résultats. Les couleurs et consistances sont préservées. Même chose pour les antioxydants, aujourd'hui très "à la mode". [...]

Source : document de l'auteur, Modifié par l'auteur 26/09/22

Les principes de la cuisson basse température

Les protéines de la viande se gélifient à partir de +55 °C. L'eau des aliments s'évapore à partir de +100 °C. Le fait de rester entre ces deux températures limitera la perte en eau du produit, qui préservera ainsi toute sa jutosité. Mais pour être sûr de détruire tous les micro-organismes, il faudrait atteindre +120 °C au cœur du produit. Heureusement, de nombreux germes pathogènes ne sont pas aussi résistants mais un couple temps/température précis est indispensable pour éviter les intoxications alimentaires. [...]

Quelques exemples de temps et de températures de cuisson

Aliments	Saisir	Temps	Température du four	Température à cœur du produit
Filet de bœuf (0,800 kg)	4 min.	1 h 30	+80 °C	+55 °C (à point)
Steak (0,200 kg)	1 min.	45 min.	+75 °C	+55 °C (à point)
Rôti de veau (0,800 kg)	4 min.	2 h	+80 °C	+60 °C
Gigot avec os (2kg)	10 min.	3 h 30	+80 °C	+60 °C
Rôti de porc (0,800 kg)	4 min.	2 h 30	+80 °C	+68 °C
Filet de dinde (1,500 kg)	6 min.	3 h 45	+90 °C	+68 °C
Filet de poisson blanc (0,150 kg)	1 min.	35 min.	+70 °C	+51 à +54 °C
Œuf moyen		1 h	+64 °C	+64 °C
Légumes		30 min.	+70 °C	+60 °C

La marche à suivre

Pour chaque préparation, il faut déterminer un couple temps-température pour obtenir la valeur pasteurisatrice et la valeur cuisatrice souhaitées. Des prélèvements bactériologiques permettront de valider les températures et la durée de cuisson choisies, en vérifiant l'absence de prolifération microbienne. Les différentes cuissons doivent faire l'objet d'un protocole inscrit dans le plan de maîtrise sanitaire. Les relevés de température doivent être conservés au minimum un mois après la date limite de consommation.



**Pigeonneau de Marie Le Guen en trois cuissons,
Poireaux grillés, purée de céleri fumé, jus de carcasse
réduit**

Ingrédients pour 4 personnes	Progression
<p><u>Base :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - 2 pigeonneaux - 50g de beurre - Huile d'olive PM <p><u>Purée de céleri :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 céleri rave - 1 litre de lait - 50 g de beurre - Sciure de bois <p><u>Jus de carcasse :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Les carcasses de pigeonneaux - 150 g de concentré de tomates - 50 cl de vin rouge - 50 g de beurre - 2 échalotes - Vinaigre et farine PM <p><u>Cromesquis :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - 5 jaunes d'oeuf - 1 échalote - Quantité suffisante de chapelure et farine <p><u>Soufflé de pomme de terre :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 grosse pomme de terre Agria - Huile de friture <p><u>Poireaux grillés :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - 2 poireaux - Huile d'olive PM <p><u>Finition :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Mâche - Roquette - Fleur de sel 	<ul style="list-style-type: none"> • Flamber les pigeons, lever les cuisses, les désosser pour réaliser des jambonnettes. Mettre les jambonnettes sous vide puis les cuire à +72 °C pendant 12 heures au four vapeur. • Retirer les abats du coffre, puis les tailler en brunoise et les mouler en demi-sphères, retirer les bréchets du coffre. • Réaliser le jus de pigeons avec les carcasses et les ingrédients cités. • Réaliser une purée de céleri cuite dans du lait pour garder une couleur bien blanche, puis la mettre à fumer dans un fumoir 30 minutes et l'assaisonner. • Réalisation des cromesquis : former huit billes en assemblant une demi-sphère d'abat et une demi-sphère de purée. Les congeler quelques minutes et les paner deux fois au jaune d'œuf et chapelure fine. Les plonger dans une friteuse jusqu'à coloration. • Mettre la roquette à sécher, mixer pour la réduire en poudre. • Couper les poireaux en tronçon et les blanchir dans une eau salée. Les griller à la plancha. • Rôtir et assaisonner les coffres de pigeon au beurre noisette ainsi que les jambonnettes. • Réalisation des pommes soufflées : couper la pomme de terre en lamelles à la mandoline. Les plonger dans un premier bain à +140 °C puis dans un second à +180 °C
	Dressage
	<ul style="list-style-type: none"> • Verser un cercle de jus au centre de l'assiette, puis disposer les éléments autour. • Parsemer la poudre de roquette, disposer des feuilles de salade.

Source : <https://www.lhotellerie-restauration.fr/>
Consulté le 24/09/23



LE CONCEPT

Préparez-vous à vivre une expérience unique... celle d'un tour du monde des traditions gourmandes dans un décor design et convivial qui ne compte pas moins de 9 Comptoirs Cuisine du Monde !

Munissez-vous de votre passeport gourmand, n'oubliez pas votre visa gastronomie et Rendez-vous aux Restaurants du Monde.

Prêts à embarquer ? Mais comment choisir la destination ?

Vous n'avez que l'embaras du choix. Écoutez vos papilles et...croquez vos envies !

Dépaysement garanti pour les sens !

Admirez les cuisiniers à l'œuvre derrière leurs comptoirs et ce ballet de saveurs, d'odeurs et de couleurs...

Que mitonnent-ils donc ? Les recettes emblématiques de chacun des continents.

Les ingrédients ? Le meilleur des produits locaux, un zeste d'originalité et une pincée d'astuces...

Chaque comptoir recrée l'ambiance d'une région du monde et propose une sélection des meilleures spécialités locales.

Que diriez-vous d'un petit détour chez Soï au cœur de l'Asie ?

Japonaise, vietnamienne, thaïlandaise ou chinoise, la cuisine asiatique surprend par la subtilité de ses saveurs. Optez pour **un wok** accompagné de poulet au curry, du porc au caramel avec un bon riz cantonnais ou des bouchées vapeurs. Une tarte à la noix de coco ou une brochette d'ananas frais feront très bien l'affaire pour le dessert.

Ou vous laisserez-vous plutôt tenter par une escapade marocaine chez Salam ?

Des recettes chaleureuses déclinées selon les vraies couleurs de la créativité culinaire : jaune d'or pour **le tajine au safran**, rouge pour le tajine kefta ou sable pour le **couscous** ... et parfumées avec différentes épices : cannelle, safran, curcuma qui font chanter ces plats... et comme dessert ? une rafraîchissante salade d'orange à la cannelle ou une fondante crème à la pistache.

Continuez votre pérégrination entre les différents comptoirs et découvrez toutes les spécialités françaises typiques chez Beaudevin : quiches, **viande en sauce**, poisson.

Puis faites une petite halte chez Meltem, du nom de la brise qui souffle sur la **Turquie**, la **Grèce** et le **Liban**, à la croisée des chemins entre orient et occident... vous pourrez déguster **des kebabs**, **des falafels**, **des brochettes** ou de délicieux **Mezze** et en dessert misez sur un yaourt à la fleur d'oranger ou une savoureuse pâtisserie méditerranéenne.

Difficile également de ne pas se laisser tenter par les comptoirs Mira ou Tazio et leurs plats colorés aux saveurs ensoleillées: pizzas, **paellas** agrémentées d'un tiramisu.

Vous ne parvenez toujours pas à vous décider ? **Et bien, picorez au gré de vos envies entre les 10 Comptoirs de Cuisine du Monde** et... faites en **tout un plat** !

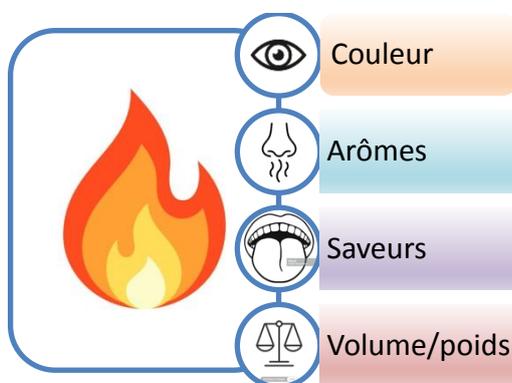
Authenticité et évasion sont les maitres mots de cette échappée belle : **une diversité des goûts, des arômes, des couleurs et des saveurs** respectueuses des racines et de **l'identité ethnique**.

La chaleur entraîne deux catégories de transformations du produit qui lui est soumis :

- **Des transformations physico-chimiques**, cela a un impact sur la dégustation du produit : sa couleur, ses arômes, ses saveurs, son volume et sa texture.
- **Des transformations sanitaires**, par la destruction des micro-organismes et éventuels parasites en présence.

Les transformations physico-chimiques :

Quand la cuisson est maîtrisée, les aliments deviennent plus appétissants et développent de nouvelles saveurs. Selon la cuisson, la durée et la température atteinte à cœur, la cuisson modifie différentes caractéristiques d'un aliment qu'on appelle ses **qualités organoleptiques**



Au-delà de ces considérations épicuriennes, la cuisson entraîne également des changements nutritionnels :

- **La digestibilité** : la simplification moléculaire rend certains aliments plus digestes.
- **La valeur nutritionnelle** : la chaleur ou la cuisson transforment ou dégradent certaines vitamines et minéraux.

Les transformations sanitaires

La cuisson est indispensable pour certains aliments, notamment les féculents qui ne se consomment pas crus : riz, pâtes, pommes de terre...

Elle élimine aussi certaines toxines comme pour la morille qui sinon contient un poison.

En parallèle, une cuisson suffisante, apporte aux aliments une garantie sanitaire en **éliminant les micro-organismes et parasites pathogènes** sous l'effet de la température. Elle favorise de ce fait la conservation : un produit cuit est temporairement stérilisé si la température atteint un certain seuil.

Rational France SAS, spécialiste de la préparation thermique des aliments, se trouve en pointe sur le marché des fours intelligents et connectés pour les professionnels. [...]

1. Le four intelligent est assisté par un ordinateur

Programmez-le, il s'occupe de tout. « Le four intelligent fonctionne grosso modo avec un ordinateur qui aide le chef dans la cuisson, car il a différents types de fonctions qui permettent de rationaliser le process et d'obtenir toujours le même mode de cuisson pour un plat donné », explique Jean-Baptiste François, le directeur marketing de l'entreprise alsacienne. Idéal pour les collectivités ou les chaînes de brasserie qui comptent parmi les principaux clients de Rational.



2. Il peut cuire des plats différents en même temps

Avec un four intelligent, les chefs ont moins de sueurs froides à l'heure du coup de feu en cuisine. « Sur un four qui a différents niveaux, on va pouvoir préparer différents plats simultanément. Évidemment, des recettes qui sont compatibles en ce qui concerne la température. On peut mettre les plats à chauffer à différents niveaux. Le minuteur va travailler et s'allumer avec des leds pour indiquer celui qui est prêt à sortir. C'est ce qu'on appelle la charge mixte. »

3. Il se nettoie (presque) tout seul

Les amateurs d'émissions culinaires à la télévision le savent : la propreté est l'un des mantras des cuisiniers. Les fours intelligents se manifestent d'eux-mêmes. « Ils ont un nettoyage automatique : ils réclament à l'utilisateur d'être nettoyés. Ils vont dire eux-mêmes de quel cycle de nettoyage et de combien de tablettes de nettoyage ils ont besoin. On lance le nettoyage et le four est comme neuf. On gagne du temps par rapport au nettoyage à la main », atteste le directeur marketing de Rational France.

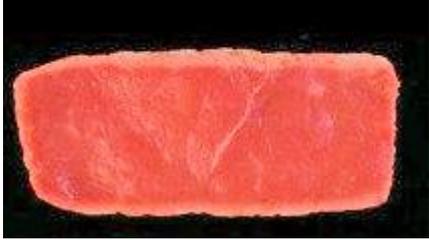
4. Le four connecté assure la cuisson en réseau

Cousin du four intelligent, le connecté permet de programmer plusieurs appareils en quelques manipulations. Jean-Baptiste François livre la recette : « On a un système de connection : Connected Cooking, qui permet de mettre en réseau nos appareils. Si j'ai une chaîne de restaurants, et que je veux cuire tel type de poisson de telle manière. Je crée le process et je vais l'intégrer dans tous les fours de mon restaurant. Quand les équipes utiliseront les fours, elles auront toutes le même résultat. Je peux le programmer d'un ordinateur, d'une tablette ou du four même. Cela peut être intéressant pour une chaîne de fast-food ou de brasseries qui veulent obtenir les mêmes cuissons sur les mêmes types de produits. »

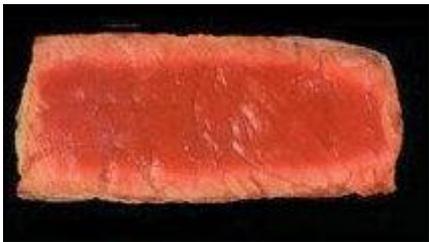
5. Et donne accès à une bibliothèque de recettes

D'un simple clic, grâce au four connecté de Rational, le chef accède à une bibliothèque de recettes. Mieux, la base de données contient aussi les process de cuissons. Les cuisiniers peuvent enrichir la base de données en partageant leurs plats et les méthodes de cuisson. « La connectivité est une vraie valeur ajoutée. C'est quelque chose qui va se développer dans les cuisines », prévoit Jean-Baptiste François.

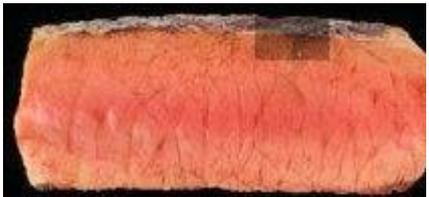
Source : <https://www.ouest-france.fr/>
Consulté le 28/09/2023



Bleu : la température d'une viande bleue est de +45°C à cœur. L'extérieur de la viande est coloré et chaud mais l'intérieur à peine tiède et bien rouge.



Saignant : la température d'une viande saignante est de +55°C à cœur. La croûte est mince, dorée et bien chaude, l'intérieur est chaud et d'un rouge un peu moins soutenu, la structure des fibres est légèrement plus compacte.



A point : la température d'une viande à point est de +60°C à cœur. La croûte est plus épaisse et bien dorée, l'intérieur est plus pâle, tirant sur le rose, encore moelleux et juteux et les fibres sont légèrement contractées.



Bien cuit : la température d'une viande bien cuite est de +70°C à cœur. Cela signifie que la viande est très cuite, brune à cœur et un peu sèche (certains chefs appellent cette cuisson de la semelle !!!! Ils préféreront vous envoyer une viande de cuisson à point quitte à ce que le client la retourne pour la cuire davantage, car c'est presque un sacrilège pour eux, les saveurs étant très atténuées).

Source : <https://www.avstraitteur.com/> modifié par l'auteur 26/09/22

Christopher Coutanceau : Le Michel Ange de la cuisine

Nous venons de sortir de table et quelle table !!!!

Exceptionnelle !!!! Magique !!! Du grand art !!!!

Tout d'abord un accueil irréprochable nous donnant l'impression d'être les seuls clients.
Le cadre est magnifique, la salle est superbe du sol au plafond et nous rappelle les racines du chef.

Le service est d'une perfection rare, j'insiste, merci, merci, merci ...

Le repas, comment vous dire, le Chef Coutanceau et sa brigade

C'est du GRAND ART : des saveurs d'une finesse unique, du jamais vu dans le monde des crustacés et du poisson.

Sa sardine de la tête à la queue en 4 cuissons était d'une précision d'horloger.

Le homard termine sa cuisson devant nous sur une pierre chaude.

Quelle évocation magnifique, du rêve gustatif.

Nous tenons ma femme et moi à vous remercier : le Chef Coutanceau, sa brigade et tout le personnel en salle pour ce moment magique qui restera à jamais gravé dans notre mémoire.

Nous reviendrons en famille pour partager ce bonheur inoubliable.

A bientôt

Michelle et Bernard

Petit tour d'horizon des techniques de cuisson qui ont le vent en poupe pour une cuisine spectacle

L'azote liquide : cuire par le froid :



Au contact des aliments, l'**azote liquide** produit un choc thermique qui génère une **cuisson instantanée par le froid** (-196°C). Ce **mode de cuisson original** renforce la perception gustative des arômes et permet de donner aux aliments une forme et une texture surprenantes.

L'acétate de sodium :

Dilué avec de l'**eau distillé**, cette **solution sursaturée** en sel **crystallise** sur l'aliment en **dégageant de la chaleur** permettant la cuisson de l'aliment.



<https://www.7detable.com/article/pour-apprendre/top-chef-mais-comment-fonctionne-la-methode-exothermique-du-chef-angel-leon/3318>

La cuisson à la cire d'abeille :



L'aliment est immergé dans un bain de cire d'abeille chauffé à +85 °C, permettant une cuisson douce respectant les qualités organoleptiques de l'aliment et le parfumant.

<https://www.thuriesmagazine.fr/fr/recettes/truite-cuite-en-cire-dabeille-concombre-acidule-confiture-de-miel>

Les mijotés modernes :

Mode de cuisson de finition, selon Jean-François Piège

Le "mijoté moderne", c'est le plus grand luxe.

Mijoté pour le temps qu'on va consacrer au plat, explique le chef et moderne, car c'est une autre façon de le faire,

Jean-François piège explique par exemple que la cuisson torréfiée sur coques de noix apporte de l'humidité et du moelleux. »

<https://o.nouvelobs.com/food/20151130.OBS0423/le-grand-restaurant-un-piege-a-etoiles.html>



La multi-cuisson :

C'est la juxtaposition sur un même produit de cuisson : mariner, rôtir, fumer, pocher, griller, ferrer, frire ou encore flamber... afin d'en révéler des saveurs et des textures singulières.