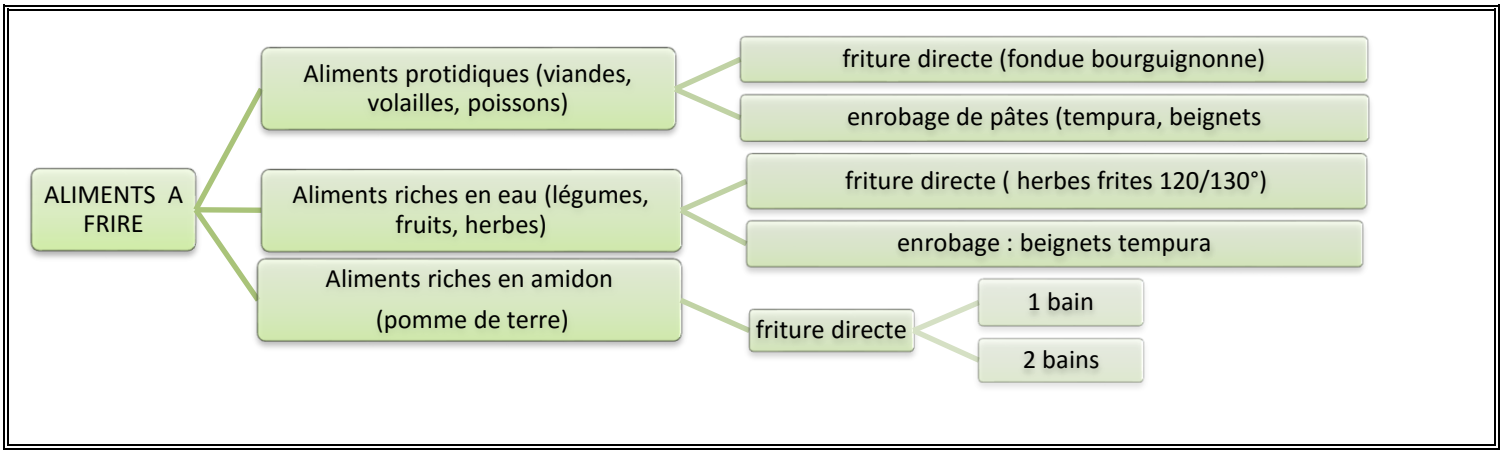


TECHNIQUE (S) DE BASE			FRIRE UN POISSON, UNE VIANDE	Page : 198/200 Huerta/Amboise
DEFINITION			Cuisson simple avec brunissement dans un bain profond d'huile de friture chaude. Cette cuisson simple met en œuvre une seule étape (saisir tout en coagulant et colorant la pièce). L'objectif est d'apporter du croustillant à la pièce	
quantités	unité	poids	Progression : Frire beignet de gambas :	
Gambas 21/30	Kg	2.000	1. Confectionner la pâte à beignets.	
Huile d'olive	L	0.30	2. Façonner les gambas ; les faire mariner.	
Citron	Pce	2	3. Préparer le poste de friture.	
Thym, laurier	Kg	Pm	4. Enrober les gambas dans la pâte et les plonger dans le bain de friture chaud (170°C). Laisser frire durant 4 à 5 min en brassant délicatement l'huile.	
Pâte à beignets	Kg	0.600	5. Une fois bien colorés, égoutter les beignets puis les éponger dans un papier absorbant.	
Sel fin	kg	pm	6. Assaisonner.	
Farine	Kg	0.200	Pâte à frire (classique) :	
Jaune d'œuf	Pce	2	1. Dans une calotte, mettre la farine en fontaine, disposer au centre les jaunes d'œufs, le sel.	
Sel fin	Kg	Pm	2. Incorporer progressivement la farine tout en versant la bière.	
Bière blonde	L	0.20	3. Verser un filet d'huile en surface.	
Huile	L	Pm	4. Filmer par contact et laisser reposer 30 min au frais.	
Blanc d'œuf	pce	3	5. Au moment de l'envoi, monter les blancs d'œufs et les serrer.	
			6. Les incorporer délicatement à la pâte reposée.	
			7. • Tremper les éléments à frire et frire à 170°C environ	
Commentaires	Il est possible de remplacer les gambas par d'autres produits (cervelle, tranche de légume, goujonnette...). Cette pâte à beignets est composée d'une pâte à crêpes (à base de jaunes d'œufs) allégée avec des blancs.			

ETAPES	POINTS CRITIQUES	PRECAUTIONS
PATE A FRIRE	Pâte très liquide	L'incorporation des blancs montés a été trop longue. Fabrication trop à l'avance.
	Difficulté d'enrobage	Enrober toutes les faces et supprimer l'excédent de pâte.
CUISSON	Beignet collés au panier	Plonger les beignets directement dans l'huile.
	Coloration longue Estimation de la durée	T° insuffisante. Prévoir 170°C à 180°C.* La fin d'un pétilllement autour des beignets indique que la croûte est formée. La pièce doit être dorée.
DEGUSTATION	Beignets ramollis Beignets gras	Servir immédiatement sans couvrir les beignets. Egoutter, éponger et assaisonner en fin de cuisson

COMPREHENSION / APPROFONDISSEMENT
<p>La Friture : Principe</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Quand aliment plongé dans le bain de friture, son eau de constitution va se vaporiser (augmente le volume foisonne) , les protéines coagulent le pétilllement lié à la vaporisation de l'eau retire de l'amidon , colore et sèche .La coagulation de la pâte doit intervenir rapidement afin de limiter son imprégnation par l'huile. ➤ Pour une coloration homogène, brasser le bain de friture à l'aide d'une écumoire, filtrer l'huile pour retirer les particules carboniser à chaque fin de service et vérifier qualité de l'huile. ➤ L'huile est un fluide colporteur contenant 100% de MG (pas de traces d'humidité) : Réaction de Maillard – Chaleur élevée (170°/180°) ; -Chaleur sèche. <p>Choix d'une méthode</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Le type de friture dépend de l'aliment à traiter, le degré de l'humidité influe sur la coloration. ➤ Aliments riche en amidon frits sans enrobage, l'amidon forme une croûte naturelle et colorée à la cuisson (Pomme de terre) ➤ Aliment riche en eau ne se colore pas seul, enrober de farine, pâte à frire pour que la croûte se forme ➤ Les herbes : Afin de permettre une évaporation complète ce qui évite toute coloration. Quand l'huile a fini de pétiller les herbes sont desséchées. Permet d'évacuer 90% d'eau rapidement ➤ Chaque matière grasse à une composition spécifique et doit donc être utilisée de matière approprié (3 huiles : Coprah , Palme et palmiste supportent les hautes températures de la friture)



CONNAISSANCES LIEES/ OBSERVATIONS Source : Cuisine expliquée - Charles Gilles – Editions BPI

Légumes frits T 413 p 418

Pâte à frire T 525 p 528