

LES CUISSONS : CUIRE AU BAIN-MARIE

1. Définition

Action de cuire une ou plusieurs préparations disposées dans un moule et déposées dans un récipient creux contenant de l'eau.

2. Classification

Ce mode de cuisson appartient au type de cuisson par Brunissement.

3. Caractéristiques.

C'est une cuisson qui permet de cuire partiellement ou en totalité un aliment. Une feuille de papier cuisson est disposée au fond d'un récipient creux, de manière que la préparation ne reçoive pas d'eau lors de l'ébullition. L'aliment cuit dans un moule individuel ou non et subit une cuisson douce due à la chaleur indirecte. Cette technique est très utilisée dans la cuisine traditionnelle pour des cuissons spécifiques d'aliments ou pour débiter une cuisson de soufflé par exemple.

4. Objectif de la cuisson

- Cuire l'aliment lentement à température faible et régulière.
- Provoquer la coagulation de la préparation à l'intérieur du moule.
- Présenter un aliment cuit dans son récipient de cuisson ou avec sa forme.

5. Matériel et aliments traités

Matériel utilisé	Exemples d'aliments
Base : feuille de papier sulfurisé + moule de taille diverse + récipient de cuisson + eau	
Four traditionnel ou polycuiseur	Terrine de gibier, soufflé arlequin, chartreuse de faisan.
Plaque de cuisson fonte ou feu vif	Démarrage des soufflés sucrés ou salés, œufs cocotte.
Plaque à induction ou vitrocéramique	Darioles de fruits de mer, mousseline de poisson en ramequins.

6. Exemple de réalisation d'un flan de légumes.

Etapes	Technique
1 Préparer le bain-marie	Découper une feuille de papier sulfurisé à la taille du récipient de cuisson et la mettre au fond de celui-ci. Disposer dans le moule préalablement chemisé l'appareil à flan de légumes. Remplir le récipient de cuisson avec de l'eau jusqu'à mi-hauteur des moules.
2 Cuire au bain-marie	Porter à frémissement. Placer le bain-marie dans le four chaud et cuire les flans.
3 Dresser et envoyer	En fin de cuisson, sortir les flans du four. Retirer les moules du bain-marie, essuyer soigneusement le fond. Démouler sur l'assiette ou le plat de service.