

**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

<b>CREME</b>	- Ajouter 2 à 3 dl de crème fraîche au litre de béchamel, réduire.
<b>MORNAY</b>	- 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.
<b>SOUBISE</b>	- Étuver 350 g d'oignons, ajouter 1 litre de béchamel, cuire, passer au chinois en foulant.
<b>AUORE</b>	- Mélanger à 2/3 de béchamel, 1/3 de sauce, ou de coulis de tomates.
<b>CARDINAL</b>	- 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.
<b>THERMIDOR</b>	- 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

<b>ALLEMANDE</b>	- Ajouter à 1 litre de velouté de veau, 3 à 4 jaunes d'œufs.
<b>VILLEROI</b>	- Velouté de veau additionné de jus de champignons, lié jaunes d'œufs, ajouter truffe.
<b>CURRY</b>	- 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.
<b>POULETTE</b>	- Velouté de veau additionné de jus de champignons, finition jus de citron et persil haché.



## Dérivés

### VELOUTE DE VOLAILLE

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

## Dérivés

### VELOUTE DE POISSON

<b>VIN BLANC</b> ( au velouté )	- 1 <sup>ère</sup> 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 <sup>ème</sup> formule : 1 litre de velouté de poisson additionné de réduction de cuisson de poisson, crémer, ajouter 3 dl de hollandaise.
<b>DIEPPOISE</b>	- Velouté de poisson additionné de jus de moules et de champignons, crémer, garnir de crevettes, moules et champignons.
<b>NORMANDE</b>	- Sauce vin blanc (1 <sup>ère</sup> formule) additionné de cuisson de champignons et jus d'huîtres.
<b>BONNE FEMME</b>	- Sauce vin blanc (2 <sup>ème</sup> formule) garnie de champignons émincés et de persil haché.
<b>AURORE</b>	- 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"><li>- Suer les échalotes ciselées.</li><li>- Ajouter le vin blanc, réduire 9/10<sup>ème</sup>.</li><li>- Ajouter le fumet et/ou la cuisson du poisson.</li><li>- Réduire à l'état sirupeux.</li><li>- Ajouter la crème et réduire à l'état de sauce.</li><li>- Hors du feu, monter au beurre.</li><li>- Rectifier l'assaisonnement.</li><li>- Couvrir et tenir au bain-marie, à 60°C maximum.</li></ul>
Échalotes	kg	0,050	
Vin blanc	dl	5	
Crème fraîche	cl	10	
Beurre	kg	0,080	
Sel, Poivre blanc	Pm		

### Dérivés

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

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

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

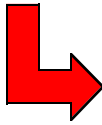


## LE FOND BRUN LIE

### COMPOSITION :

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

### TECHNIQUE :



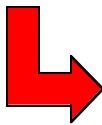
- Porter à ébullition le fond
- Ajouter peu à peu le roux brun ou la fécule délayée au préalable dans un liquide froid, jusqu'à consistance désirée
- Cuire 15/20 minutes à feu doux en dépouillant souvent.
- Passer, mettre en bain-marie ou refroidir rapidement et réserver à + 3°C.

## 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

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