

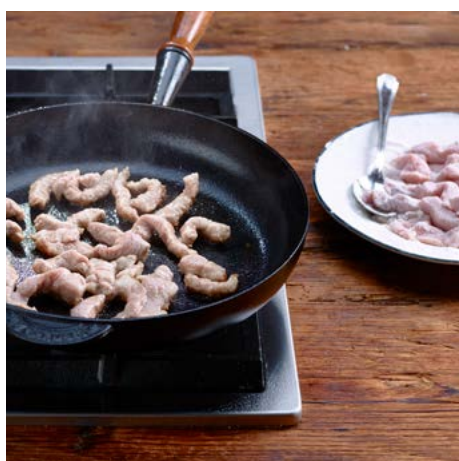
PRÉPARATION DE LA VIANDE

..... **Conseils pour une viande tendre et juteuse**



Pourquoi faut-il éviter de piquer la viande pour la retourner?

Une fois la viande saisie des deux côtés, une légère surpression se forme à l'intérieur. Si on pique maintenant la viande avec une fourchette, beaucoup de jus de viande s'écoulera par les trous. La viande ne sera donc plus si juteuse et si tendre.



Pourquoi vaut-il mieux saisir une viande par portions?

La viande hachée et l'émincé doivent être saisis dans de l'huile chaude ou du beurre à rôti. Si tu mets une trop grande quantité de viande en une fois dans la poêle, le fond de la poêle se refroidira un peu trop et la viande sera cuite et non saisie. En outre, elle perdra beaucoup de jus, ce qui va assécher votre émincé et rendre votre viande hachée plus coriace.



Quels morceaux de viande conviennent pour une cuisson à basse température?

Les viandes présentant une faible proportion de tissu conjonctif sont idéales pour la cuisson à basse température. C'est notamment le cas du filet de bœuf, du faux-filet, du carré de veau ou du gigot d'agneau. Par contre, le cou de porc ou d'autres morceaux très gras ne sont pas recommandés car, à basse température, le tissu conjonctif présent en quantité ne sera pas assez cuit et restera donc coriace.