

# PRÉPARATION DE LA VIANDE

..... **Conseils pour dégraisser les sauces, les soupes, etc.** .....



## **Éponger la graisse avec du papier absorbant**

Passé délicatement un papier absorbant à la surface du liquide. La graisse reste collée au papier. Tu peux répéter le processus à plusieurs reprises.

Cette méthode est particulièrement adaptée si l'on n'a pas beaucoup de temps et que l'on souhaite déguster le plat immédiatement après sa préparation.



## **Enlever la graisse au moyen de glaçons**

Mets une poignée de glaçons dans un papier absorbant. Passe-le dans la sauce en tournant. La graisse refroidit et reste collée au papier.

On peut aisément répéter le tout 3 à 4 fois. Le plat doit tout au plus être à température ambiante. Cette méthode n'est donc pas adaptée si tu veux le servir rapidement.



## **Écumer de la graisse chaude**

Verse la sauce dans un récipient haut. La graisse s'accumule en haut, sur le bord. Tu peux ainsi l'écumer à ta guise avec une cuillère.



## **Écumer de la graisse froide**

Prépare le plat (par exemple un ragoût) la veille. Verse la sauce séparément dans un récipient et place le tout à couvert au réfrigérateur pendant une nuit. Le lendemain, la graisse froide peut être enlevée à la cuillère.