

Module C

Premier service... Premier coup de feu !!!



Fiche 20

« Ca sent un drôle de goût !!! »
Les sens et la rétro-olfaction

Date : / /

Nos yeux sont souvent émerveillés par de jolis dressages, seulement nous possédons d'autres **organes** pour nous mettre en appétit. Nos sens doivent être éveillés lorsqu'un plat arrive sur notre table ou sur notre plateau repas. Le goût est l'un d'entre eux et est **le plus essentiel pour notre métier**, nous allons au travers de quelques expériences l'éduquer, le comprendre et l'utiliser.

Ensuite nous mettrons en éveil chacun des sens que nous possédons, en réalisant la recette suivante :

Tajine de volaille aux petits légumes en transparence et nem croustillant



Le coin des curieux :

Les volailles de Bresse ... un plat de fête !!!

La volaille de Bresse, poulet de Bresse, chapon de Bresse, poularde de Bresse sont des appellations d'origine préservées grâce à une **appellation d'origine contrôlée (AOC)** française désignant des pratiques d'élevage et une origine.

La volaille de Bresse est produite dans un terroir assez limitée (100 km sur 40 km) située sur les départements de l'Ain, de Saône-et-Loire et du Jura. Les villes les plus importantes dans l'élevage de la volaille de Bresse sont **Bourg-en-Bresse, Louhans, Pont-de-Vaux et Montrevel-en-Bresse**.

La loi de 1957 met en place un Comité interprofessionnel de la volaille de Bresse, seul habilité à fabriquer et répartir les signes d'identification de l'origine et de la qualité. Depuis les années 1990, ce comité est présidé par Georges Blanc, chef étoilé au Guide Michelin.

Le mode d'élevage confère à la volaille de Bresse une qualité incomparable. Aussi le prix d'achat est élevé approchant les 20 € le kg pour un poulet de Bresse.



Tajine De Poulet À La Marocaine



Rubrique **VIANDES**

Famille/Sous-famille

Préparation pour **10 couverts**

Famille / Produit	Qté Totale	Unité de fabrication	Coût PMP	Tajine De Poulet A La
Coût de revient pour 1 couverts			0.938	
Coût de revient pour 10 couverts			9.358	
EPICERIE			2,861 €	
Cannelle Poudre Pot	0.01	POT	0,075 €	0.01
Cumin Moulu Pot	0.01	POT	0,093 €	0.01
Eau Potable	3	L		
Epice tandoori	0.02	POT	0,168 €	0.02
Gingembre Moulu Pot	0.01	KG	0,143 €	0.01
Miel Kg	0.1	KG	0,599 €	
Paprika Pot	0.02	KG		0.02
Pois Chiche 4/4	1	BOITE	1,021 €	1
Poudre Grain Blanc	0.005	KG	0,060 €	
Raisin Sec Brun	0.25	KG	0,483 €	
Safran Poudre	0.001	TUBE	0,056 €	0.001
Sel Fin / Kg	0.02	KG	0,004 €	
Tabasco	0.05	FLACON	0,150 €	
FRUITS / LEGUMES			6,496 €	
ail	0.05	KG	0,153 €	0.05
Carotte	1.2	KG	0,710 €	
Celeri Branche	0.16	KG	0,186 €	
Citron Kg	0.3	KG	0,541 €	
H...persil Boite		KG		
H...thym		BOTTE		
Navet long	1	KG	1,388 €	
Oignon Jaune	0.45	KG	0,224 €	0.25
Panais Kg	1	KG	1,400 €	
Poireau Kg	0.4	KG	0,420 €	
Rutabaga	1	KG	1,000 €	
Tomate .	0.5	KG	0,475 €	0.5
MATERIEL				
Rouleau Ficelle		PIECE		
VOLAILLES				
Suprême de volaille	2	KG		

Progression

1^o) Réaliser les préparations préliminaires des légumes

2^o) Tailler les légumes de différentes manières afin de donner du volume et de la variété visuelle ; (carotte, panais, navet et rutabaga

3^o) Sauter à l'huile d'olive les suprêmes de volaille, les dorer sur toutes les faces afin d'obtenir une coloration et du croustillant. La cuisson de la volaille doit être rosée (sous cuisson)

4^o) Réaliser un mélange d'épices et de miel, au pinceau assaisonner vos morceaux de volaille préalablement refroidis.

5^o) Ciseler un oignon et un peu d'ail et tailler en paysanne le poireau, suer les légumes dans le récipient de cuisson des volailles. Déglacer avec le jus d'un demi-citron et un peu d'eau. Ajouter la tomate coupée en petits morceaux.
Cuire le tout à couvert quelques minutes.

6^o) Dans une sauteuse, sauter à l'huile d'olive individuellement les légumes en les conservant croquant, les réunir en fin de cuisson et les étuver légèrement.

7^o) **Monter les tajines en transparence** : Déposer la feuille de cartafata découpée au préalable dans un bol. Déposer le jus de cuisson de la volaille, recouvrir du suprême de volaille aux épices et disposer harmonieusement vos légumes. Terminer en ajoutant quelques pois chiche et des raisins secs. Fermer la tajine avec une ficelle, que vous pouvez remplacer par un lien en rafia après la cuisson

8^o) Avec la feuille de Brick et un peu de légumes réaliser un nem croustillant que vous passerez en friteuse juste avant l'envoi.

FOODING.LESITE



Ce que je dois retenir !

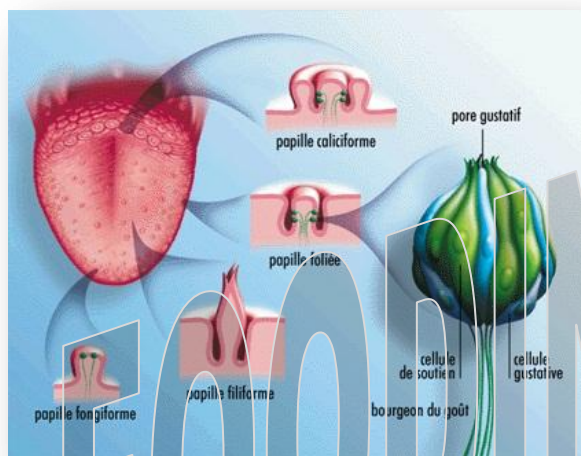
Les sens et la rétro-olfaction

☞ Côté définition :

La **rétro-olfaction** est le mécanisme physiologique permettant de percevoir à partir du système olfactif les caractéristiques aromatiques, dites *flaveurs*, des aliments qui sont contenus dans la bouche. On parle aussi de « voie rétronasale » ou d'« olfaction rétronasale », en effet les arômes suivent une trajectoire passant en arrière du palais pour atteindre les fosses nasales.

Cette voie rétronasale ou indirecte (notion d'arôme) est utilisée lorsque l'aliment est en bouche, s'opposant à la voie orthonasale ou directe (notion d'odeur) en inspirant ou « humant » directement l'odeur de l'aliment non ingéré.

☞ Côté approfondissement :



Dans l'**expérience A**, nous avons utilisé notre organe essentiel en matière d'analyse sensoriel, à savoir **la bouche** pour définir une saveur.

Il existe une multitude de saveur, comme le salé, l'acide, l'amer et le sucré. D'autres saveurs sont connus des cuisiniers comme le métallique, l'astringence, l'alcoolisé, mentholée, ...

Lorsque nous portons en bouche un aliment, certaines **molécules solubles sapides** de cet aliment se mélangent à la salive et **se lient aux différents récepteurs tapissant la langue**.

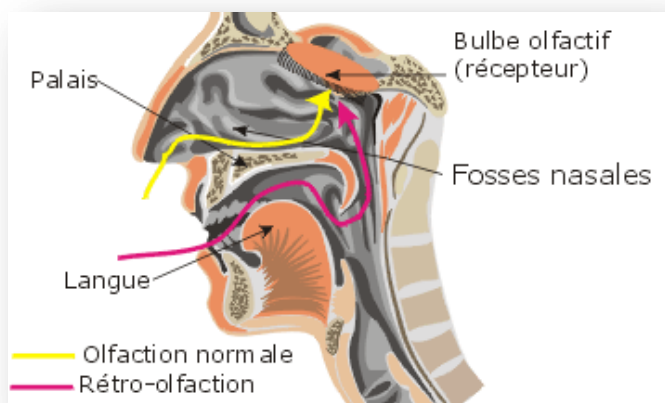
Notre cerveau fait la synthèse des informations et identifie le goût seulement si celui-ci est en mémoire.

Le sens gustatif doit être éduqué, surtout pour apprendre à doser nos assaisonnements.

Dans l'**expérience B**, nous avons utilisé un autre organe qui est **le nez**. Cet organe nous sert à humer des odeurs volatiles provenant d'un plat. **Ces odeurs** nous permettent de nous mettre **en appétit** si celle-ci est agréable comme une fraise par exemple, ou alors en situation de **dégoût** comme un fromage très odorant.

Nous avons pu observer que parfois **l'utilisation du nez ne suffit pas à identifier une odeur**. Il est nécessaire de la **visualiser** et de la sentir pour nous permettre une identification à coup sûr.

En fait notre cerveau fait la synthèse des deux informations et identifié alors avec exactitude l'odeur.



Dans l'**expérience C**, nous avons pu constater que parfois un goût, une saveur à besoin d'être identifié par notre nez en même temps. C'est la rétro-olfaction, il s'agit en fait de molécules odorantes qui ne sont pas volatiles, donc pas perçue par le nez.

Pour les percevoir, elles doivent être **portées en bouche** et libérées pour **remonter dans la cavité rétro nasale** (à l'arrière du palais). On parle alors de

Dans l'expérience D, la vue est également un facteur sensoriel important en cuisine. En effet, une préparation culinaire doit être identifiable par l'œil, afin de mettre en appétit.

On observe qu'un plat structuré à une saveur plaisante, par contre lorsque ce plat est mixé, le goût est modifié est surtout moins agréable.

En fait ici il s'agit d'une modification du goût car tous les arômes du plat sont mélangés, la texture en bouche est également modifiée.

L'œil n'est pas en cause dans la modification du goût, par contre il est important de séduire l'œil pour mettre en appétit notre client. C'est le premier sens mis en éveil lorsque l'on apporte un plat à un client. On peut observer qu'un plat est brillant, coloré, de formes harmonieuses, ...

Nous avons également observé que la texture est modifiée. La texture est une perception tactile, ce qui ne signifie pas nécessairement que cela doit passer par les doigts. On peut « toucher » avec la bouche, les dents et d'autres organes.

Enfin dans l'expérience E nous avons pu voir que le dernier sens que nous pouvons mettre en éveil est l'ouïe. Il est le sens plus difficile à stimuler en cuisine. Il faut jouer sur les textures pour pouvoir entendre un bruit lors de la dégustation d'un mets, comme dans le cas de notre nem.

👉 Côté résumé:

Nous avons 5 sens en notre possession que nous devons stimuler en cuisine :

Le visuel qui nous permet de nous mettre en appétit, c'est le premier sens mis en éveil,

L'odorat qui permet de capter les odeurs volatiles d'un mets,

Le gustatif qui nous permet de détecter les saveurs d'un plat, c'est le travail le plus important en cuisine,

Le tactile qui est pour un plat perçu le plus souvent lors de la mastication, qui nous renseigne sur la résistance mécanique d'un aliment.

L'auditif qui est le sens le plus difficile à mettre en éveil.

En fait, l'aspect, la forme, la couleur, l'odeur, la saveur, la texture, la température sont autant de paramètres qui participent à l'appréciation d'un plat. Tous nos sens sont sollicités pour évaluer la qualité organoleptique de ce que nous mangeons

Le cuisinier veillera à jouer sur tous les sens pour optimiser une dégustation, il soignera sa présentation, il contrastera les textures, il équilibrera les saveurs et les odeurs.

👉 Côté exercice:

A l'aide du document suivant, inscrire des mots pouvant être utilisés pour décrire les sensations perçues

<u>SENS</u>	<u>Descripteurs</u>
<i>La vue</i>	
<i>L'odeur</i>	
<i>Le goût</i>	
<i>Le touché (texture)</i>	
<i>L'ouïe</i>	

Fiche de comparaison

Thème : Production traditionnelle et assemblage

Consignes de travail et de sécurité	Etapes	Méthode	Qu'est ce que vous observez ?	Pouvez-vous l'expliquer ?
<p><u>Démonstration des expériences réalisées par le professeur</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Chaque élève observe et remplit le document <p>Nom/Prénom :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ecouter les explications et regarder attentivement les démonstrations, - A chaque étape, observer et analyser le résultat obtenu, - Noter vos remarques par écrit sur le document joint ou au verso de cette feuille si nécessaire, - Apporter selon vos possibilités des éléments de réponse pour analyser - 	<p>A- Déterminer les saveurs de base</p>	<ul style="list-style-type: none"> ☞ Dans 4 verres, numéroté de 1 à 4 contenant 10 cl d'eau ajouter respectivement 1 g de sel, 5 g de sucre, 1g d'acide citrique, 1 g de quinine ☞ Dans un premier temps sentir, le sucre, le sel, l'acide citrique et la quinine et analyser ☞ Gouter à l'aide d'une cuillère chacun des verres. ☞ Nommer la saveur et associer un aliment à cette saveur 	<p>Verre 1 Saveur ? aliment associé ?</p> <p>Verre 2 Saveur ? aliment associé ?</p> <p>Verre 3 Saveur ? aliment associé ?</p> <p>Verre 4 Saveur ? aliment associé ?</p>	
	<p>B- Olfaction</p>	<ul style="list-style-type: none"> ☞ Répartir dans différentes assiettes, numéroté de 1 à 6, les aliments suivants : Huile d'olive, épices, orange, sel, sucre, poires ☞ Recouvrir les assiettes par une cloche et faire sentir les odeurs à l'aveugle et nommer les saveurs identifiées. ☞ Découvrir les assiettes et sentir les différentes saveurs et nommer les saveurs identifiées ☞ Commenter 	<p>Assiette 1 :</p> <p>Assiette 2 :</p> <p>Assiette 3 :</p> <p>Assiette 4 :</p> <p>Assiette 6 :</p> <p>Assiette 6 :</p>	
<p>Matériel à prévoir</p> <ul style="list-style-type: none"> - 4 verres plastiques - 6 assiettes plastiques + cloches - 1 cutter robot coupe - 1 four 	<p>C- Rétro-olfaction</p>	<ul style="list-style-type: none"> ☞ Prendre une graine de cardamome, la sentir et analyser ☞ tout en se bouchant le nez porter en bouche la graine et macher quelques secondes. ☞ relâcher la pression du nez ☞ Analyser et commenter 		
	<p>D- La vue et le touché (en bouche)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ☞ Prendre deux plats préparés au préalable ☞ Mixer l'un des deux plats et le déguster, analyser ☞ Déguster le plat non mixé et analyser 		
<p>Denrées à commander (pour 12 élèves)</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 g de sel, 5 g de sucre, 1g d'acide citrique, 1 g de quinine - Huile d'olive, épices, orange, sel, sucre, - Graines de cardamome - 2 mini quiches lorraines ou pâté lorrain - 2 nems surgelés 	<p>E – L'ouïe</p>	<ul style="list-style-type: none"> ☞ Prendre un nem et le faire déguster à l'aveugle ☞ Nommer les caractéristiques sensorielles perçues 	<p>☞ Saveurs décelées :</p> <p>☞ Odeurs décelées :</p> <p>☞ Bruits décelés :</p>	

Coût de la séance (estimation Euresto) : €