

LES MARINADES

Définition :

- Les marinades sont des préparations liquides, aromatiques, destinées à parfumer, attendrir et parfois prolonger la durée de conservation de certains aliments.

MARINADE CRUE

— 1 L de mouillement

DENRÉES

Carottes	0,100	kg
Oignons	0,100	kg
Echalotes	0,040	kg
Céleri branche	0,030	kg
Ail	0,015	kg
Persil (queues)		Pm
Thym		Pm
Laurier		Pm
Vin rouge ou blanc	0,75	L
Vinaigre	0,15	L
Cognac	0,10	L
Huile	0,10	L
Clous de girofle	1	P
Poivre grains	10	P
Aromates <u>voir recette</u>		

UTILISATION

- Pour viandes de boucherie et gibier.
- Pour certains légumes et poissons.

NOTA :
Le temps de conservation en marinade varie selon la grosseur et la tendreté de la pièce à traiter. Cela peut varier de 6 à 24 heures voire plusieurs jours.

TECHNIQUE

1

PRÉPARER LA OU LES PIÈCES A MARINER

- Désosser, dégraisser, dénervé, piquer, larder, selon la nature et l'utilisation.

2

PRÉPARER LES LEGUMES

- Eplucher, laver et émincer finement les carottes en rondelles.
- Eplucher, laver et émincer les oignons, les échalotes et le céleri.
- Eplucher, laver, ôter le germe, et écraser les gousses d'ail.
- Confectionner le bouquet garni.

3

PRÉPARER LA OU LES PIÈCES EN MARINADE

- Disposer par couches, les éléments à mariner et les légumes.
- Ajouter le vin, le cognac, le vinaigre, les épices et aromates.
- Recouvrir d'une fine pellicule d'huile, et d'un film alimentaire.

NOTA :
Maintenir en enceinte réfrigérée.

.....

- Faire suer la garniture aromatique à l'huile, flamber cognac, ajouter le vinaigre et le vin, adjoindre les aromates selon recette. Cuire doucement 30 minutes, refroidir et verser sur les pièces à mariner
- Conserver en enceinte réfrigérée.
- La marinade cuite a le même rôle que la marinade crue, mais elle a l'avantage d'accélérer le temps de pénétration des composants aromatiques et elle se conserve mieux.

LES MARINADES INSTANTANÉES

Définition :

- Le but est de renforcer le goût et / ou de cuire certains produits par les acides et permettre la consommation de produits crus.
- Elles s'appliquent aux petites pièces.

FAMILLES	CHOIX DES MORCEAUX	MARINADES
VIANDES GRILLÉES	Côtelettes d'agneau, brochettes diverses, noisette, etc.	<i>Huile, thym et laurier pulvérisés, herbes de Provence.</i>
VIANDES GRILLÉES	Blanc de volaille, escalopes, piccatas.	<i>Huile, jus de citron, herbes, épices (curry, paprika, safran, Colombo, etc.)</i>
GIBIER SAUTÉ	Noisettes, côtelettes, filet mignon de chevreuil, râbles et filets de lièvre, etc.	<i>Huile d'olive, jus de citron, cognac et vin blanc, échalotes, thym, laurier, romarin, baies de genièvre pulvérisées.</i>
ABATS BLANCS	Cervelles, amourettes, morceaux de pied et de fraise de veau, etc.	<i>Huile, jus de citron, sel, poivre, herbes fraîches hachées.</i>
CHARCUTERIES	Farces pour terrines, pâtés, galantines, ballotines, etc.	<i>Cognac, madère, porto, jus de truffe, sel épicé ou nitrité, quatre épices.</i>
POISSONS GRILLÉS	Soles, turbotins, tronçons de turbot, darnes de saumon, etc.	<i>Huile, tranches de citron pelées à vif, thym et laurier pulvérisés.</i>
CRUSTACÉS GRILLÉS	Queues de langoustines, gambas, scampis, etc.	<i>Idem + herbes fraîches.</i>
POISSONS CRUS	Fines tranches ou filets de saumon, de daurade, de bar, de St.pierre, etc.	<i>Huile d'olive, sel, sucre, aneth, badiane, jus de citron. Lait de coco, jus de citron vert.</i>
POISSONS CUITS	Maquereaux, harengs, etc.	<i>Vin blanc, vinaigre, aromates, etc.</i>
LÉGUMES	Achards, variantes, piments, etc.	<i>Dégorger au sel durant 24 heures. Huile, vinaigre, petits oignons, échalotes, ail, piment, poivre en grains.</i>
FRUITS	Pommes, bananes, ananas, etc.	<i>Alcool, sucre, épices</i>