

# LES SAUCES DE BASE

## SAUCE BECHAMEL

### Définition :

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 —

PROPORTIONS			TECHNIQUE DE RÉALISATION
Lait	1	L	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mettre le lait à bouillir.</li><li>• Délayer le roux froid jusqu'à consistance désirée.</li><li>• Assaisonner.</li><li>• Cuire 15 / 20 minutes à feu doux.</li><li>• Passer au chinois.</li><li>• Tamponner.</li><li>• Réserver au bain-marie.</li></ul>
Roux blanc fini	60 à 240	g	
Sel	-	Pm	
Poivre blanc	-	Pm	
Muscade	-	Pm	

### — DÉRIVÉS —

— CRÈME	Ajouter 2 à 3 dl de crème fraîche au litre de béchamel, réduire.
— MORNAY	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.
— SOUBISE	Étuver 350 g d'oignons, ajouter 1 litre de béchamel, cuire, passer au chinois en foulant.
— AURORE	Mélanger à 2/3 de béchamel, 1/3 de sauce, ou de coulis de tomates.
— CARDINAL	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.
— THERMIDOR	Mélanger 1/2 Mornay, 1/2 sauce vin blanc à la hollandaise, moutarder.

## VELOUTÉ SAUCE

### Définition :

Sauce mère faite d'un fond blanc de veau, de volaille ou d'un fumet de poisson, lié avec un roux blanc.

### — COMPOSITION —

PROPORTIONS	TECHNIQUE DE RÉALISATION
1 L 60 à 240 g - Pm - Pm - Pm	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Porter à ébullition le fond ou fumet selon le cas.</li> <li>• Délayer le roux froid jusqu'à consistance désirée.</li> <li>• Cuire 15 / 20 minutes à feu doux.</li> <li>• Assaisonner.</li> <li>• Passer au chinois étamine.</li> <li>• Tamponner.</li> <li>• Réserver au bain-marie.</li> </ul>

### — DÉRIVÉS —

#### VELOUTÉ DE VEAU

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

#### VELOUTÉ DE VOLAILLE

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

## VELOUTÉ DE POISSON

<b>– VIN BLANC</b> (au velouté)	1 <sup>re</sup> formule : 1 litre de velouté de poisson additionné de réduction de cuisson de poisson, crémier, lier avec 5 jaunes et 100 g de beurre. 2 <sup>e</sup> formule : 1 litre de velouté de poisson additionné de réduction de cuisson de poisson, crémier, ajouter 3 dl de hollandaise.
<b>– DIEPPOISE</b>	Velouté de poisson additionné de jus de moules et de champignons, crémier, garnir de crevettes, moules et champignons.
<b>– NORMANDE</b>	Sauce vin blanc (1 <sup>re</sup> formule) additionné de cuisson de champignons et jus d'huîtres.
<b>– BONNE FEMME</b>	Sauce vin blanc (2 <sup>e</sup> formule) garnie de champignons émincés et de persil haché.
<b>– AURORE</b>	À 2/3 de velouté de poisson ajouter 1/3 de coulis de tomate, beurrer.

## SAUCE VIN BLANC

### Définition :

Cette sauce entre dans la famille des émulsions chaudes instables.

### — COMPOSITION —

PROPORTIONS			TECHNIQUE DE RÉALISATION
Fumet de poisson	1	L	<ul style="list-style-type: none"><li>• Suer les échalotes ciselées.</li><li>• Ajouter le vin blanc, réduire 9/10ème.</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	0,050	kg	
Vin blanc	5	dl	
Crème fraîche	10	cl	
Beurre	0,080	kg	
Sel, Poivre blanc	-	Pm	

### — DÉRIVÉS —

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

## SAUCE TOMATE

### Définition :

Sauce mère très souvent utilisée en cuisine pour accompagner les pâtes, les gnocchis, les haricots secs, les lentilles, les beignets et les fritots « Orly ».

### — COMPOSITION —

PROPORTIONS			TECHNIQUE DE RÉALISATION
Mirepoix	0,200	kg	<ul style="list-style-type: none"><li>• Rissoler la mirepoix et la poitrine.</li><li>• Singer et ajouter la tomate concentrée.</li><li>• Cuire quelques minutes, (refroidir).</li><li>• Ajouter la tomate fraîche.</li><li>• Mouiller, porter à l'ébullition.</li><li>• Ajouter ail, B.G, Assaisonner.</li><li>• Cuire 1h30 à couvert.</li><li>• Passer au chinois.</li><li>• Rectifier liaison et assaisonnement.</li><li>• Tamponner, réserver au bain-marie.</li></ul>
Poitrine de porc	0,100	kg	
½ sel		kg	
Farine	0,050	kg	
Tomate concentrée	0,100	kg	
Tomates fraîches	1	kg	
Eau ou fond blanc veau	1	L	
Ail	0,020	kg	
Bouquet garni	1	P	
Sel, poivre	-	-	

### — DÉRIVÉS —

- **PROVENÇALE** Oignons ciselés revenus blonds à l'huile d'olive, ajouter sauce tomate plus tomate concassée, relever d'ail, cuire, persil et basilic au départ.
- **BRETONNE** Réduction d'oignons ciselés compotés à blond et de vin blanc, ajouter sauce tomate, cuire, persil au départ.
- **PORTUGAISE** Comme provençale plus un peu de glace de viande.
- **DUXELLE** Vin blanc plus duxelles, réduire, ajouter moitié ½ 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).

## SAUCE AMÉRICAINE

### Définition :

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 —

PROPORTIONS			TECHNIQUE DE RÉALISATION
Homard ou étrilles	1	kg	<ul style="list-style-type: none"><li>• Concasser les crustacés.</li><li>• Cardinaliser à l'huile fumante.</li><li>• Ajouter mirepoix, échalotes, faire revenir.</li><li>• Flamber cognac.</li><li>• Ajouter tomate concentrée, cuire 2 minutes.</li><li>• Déglacer vin blanc, réduire.</li><li>• Mouiller fumet de poisson.</li><li>• Ajouter tomates fraîches, ail, B.G, estragon, cerfeuil.</li><li>• Écumer à l'ébullition.</li><li>• Assaisonner.</li><li>• Cuire 30 minutes.</li><li>• Passer au chinois, fouler.</li><li>• Réduire, lier.</li><li>• Rectifier l'assaisonnement.</li><li>• Tamponner, réserver au bain-marie.</li></ul>
Mirepoix	0,150	kg	
Échalotes	0,050	kg	
Tomate concentrée	0,050	kg	
Tomates fraîches	0,300	kg	
Cognac	0,10	L	
Vin blanc	0,20	L	
Fumet de poisson	1	L	
Ail	0,020	kg	
Bouquet garni	1	P	
Roux blond fini	-	Pm	
Estragon	¼	botte	
Cerfeuil	-	Pm	
Sel, cayenne	-	Pm	

### — 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, 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 LIÉ

### — COMPOSITION —

Base	➔	Fond brun clair
Liaison	➔	Roux brun ou féculé

### TECHNIQUE DE RÉALISATION

- Porter à ébullition le fond
- Ajouter peu à peu le roux brun ou la féculé 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 féculé
Éléments aromatiques	➔	mirepoix, tomates fraîches.

### TECHNIQUE DE RÉALISATION

- Porter à ébullition le fond
- Ajouter peu à peu le roux brun ou la féculé 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.

## LA SAUCE 1/2 GLACE

### Définition :

La sauce 1/2 glace est la réduction de l'espagnole et la mère de nombreuses sauces en cuisine.

### — DÉRIVÉS —

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