

**PRÉCIS DES ÉLÉMENTS NUTRITIFS, AROMATIQUES**  
**et de l'assaisonnement pour la Petite Marmite,**  
**les Grands Bouillons**  
**et la clarification des Consommés divers.**

---

**Pour obtenir 10 litres de Consommé blanc simple.**

*Éléments nutritifs* : 7 kilos de jarret et maigre de bœuf, soit 4 kilos de viande maigre, et 3 kilos de viande avec os.

*Éléments aromatiques* : Un kilo 400 de carottes (5 ou 6 au nombre); 900 grammes de navets (5 ou 6); 500 grammes de poireaux; 200 grammes de panais; 2 oignons moyens (200 grammes); 3 clous de girofle; 3 gousses d'ail (20 grammes); 3 branches de céleri (120 grammes).

*Mouillement* : 14 litres d'eau froide.

*Assaisonnement* : 70 grammes de sel gris.

*Temps de cuisson* : 5 heures.

*Observation sur la conduite de ce Consommé.*

L'usage est de donner environ 5 heures de cuisson au Consommé simple, et ce temps est plus que suffisant, pour extraire de la viande de bœuf les sucs nutritifs qu'elle contient.

Par contre, il est absolument insuffisant pour opérer la désagrégation des os, et assurer l'extraction de leurs principes solubles. Pour obtenir ce résultat très important, une cuisson lente de 12 à 15 heures est nécessaire.

Aussi, l'habitude s'établit-elle de plus en plus dans les grandes cuisines, de marquer, avec les os concassés, un premier Consommé qui sera laissé au moins 12 heures au feu.

Ce Consommé sert ensuite à mouiller une seconde marmite qui est marquée avec la viande seule, et qui ne reste au feu qu'environ 4 heures, c'est-à-dire le temps strictement nécessaire à la cuisson de la viande.

On peut encore abréger la durée de cette seconde opération, en hachant la viande et les légumes au lieu de les laisser entiers. On procède, dans ce cas, comme pour une clarification ordinaire. (Voir *Clarifications*.)

**Petite Marmite pour 10 personnes.**

*Éléments nutritifs* : Un kilo de bœuf, dont la moitié maigre (culotte ou paleron), et l'autre moitié en plate-côte grassouillette; un os à moelle emballé dans une mousseline; une petite poule plutôt ferme que tendre; 4 abatis de volaille.

*Comme mouillement* : 3 litres de bouillon blanc, dont l'assaisonnement doit être observé pour la mise à point finale.

*Éléments aromatiques* : 200 grammes de carottes et 200 grammes de navets tournés; 150 grammes de poireaux; 80 grammes de céleri (un