

Livret de mise
en œuvre des recettes



Effilochés

maigres et gras



Photo : Spatule Prod

Process 1

Cuisson au four
de nuit

Process 2

Cuisson
sous pression

Process 3

Cuisson au four
en journée

DESTINATION CULINAIRE

L'effiloché permet de se substituer à l'égréné et de rester en viande en muscles dans la catégorie du GEMRCN.

Exemples de recettes : tacos, parmentier, sauce pour lasagnes ou bolognaise, farce, meatloaf...

OUTILS POUR EFFILOCHER



PRÉ-REQUIS

Avertissement

Dans la mesure où les recettes sont destinées à la restauration collective, nos températures de service ne sont pas en dessous de 63°C conformément à la législation.

Les cuissons de nuits sont soumises à la réalisation d'un protocole de réalisation et de vérification inscrites dans le PMS et soumises à une traçabilité particulière (valeurs de pasteurisation, courbes de températures).

ASSAISONNEMENT

- Viande rôtie
 - Sel : 4 g au kilo
 - Poivre : 2 g
- Viande en sauce
 - Sel : 8 à 10 g au kilo
 - Poivre : 3 à 4 g
- Rajout de sucre pour augmenter la coloration

GARNITURE AROMATIQUE

- Généralement composée de carottes et oignons
- À personnaliser en fonction de la recette

LIAISON

- Différentes possibilités :
 - Maïzena, beurre manié, roux au four
 - Roux au four : mélange huile et farine, cuit au four

AMÉLIORATION DE LA TENDRETÉ

- Le lait peut rajouter de la tendreté à la cuisson
- Le bicarbonate de sodium pourrait aussi contribuer à un meilleur moelleux dans les viandes sautées, émincées et effilochées.

Process 1

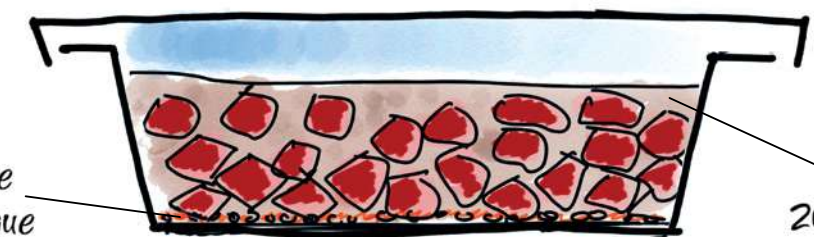
Cuisson au four de nuit



12 à 16h
de cuisson



Four vapeur
95°C



Garniture
aromatique
caramélisée
10% p/r au poids de viande

Sauce
20 à 40%
de liquide
p/r au poids de viande

PROGRESSION

EN SAUTEUSE

- Préparer la sauce
- Marquer la garniture aromatique (10% p/r au poids de viande)
- Ajouter 40 à 50% de liquide et l'assaisonnement
- Amener à ébullition
- Réduire un peu
- Lier la sauce fortement

EN BAC GASTRO

- Mettre la viande froide égouttée dans des bacs gastro
- Verser la sauce par-dessus ≈ 30 à 40% du poids de viande
- Piquer quelques morceaux à la sonde et déposer un couvercle

CUIRE 12H À 16H À 95°C EN MODE VAPEUR

LE LENDEMAIN

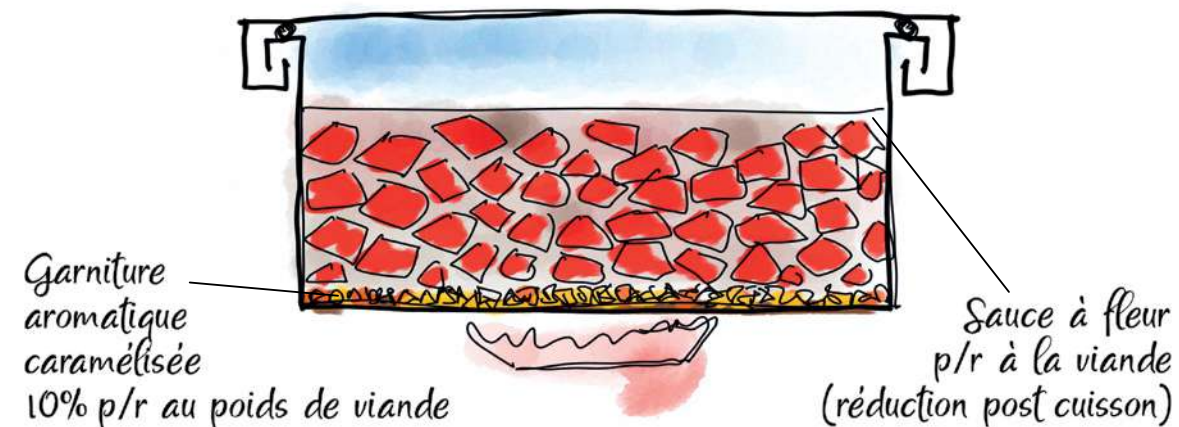
- Récupérer et vérifier les courbes de cuisson (traçabilité en fonction du PMS)
- En sauteuse
 - Verser la viande sans la sauce
 - Effilocheur avec un fouet, des écumoirs ou dans un robot à la feuille ou autre outil en fonction des cuisines (gros pétrin...)
 - Ajouter tout ou partie de la sauce
- Allotir pour la livraison
- Refroidir ou maintenir au chaud

Process 2

Cuisson sous pression

Env. 1h
de cuisson

Sous
pression



PROGRESSION

EN SAUTEUSE

- Marquer la garniture aromatique
- Ajouter une partie du liquide (60% du poids de viande) et l'assaisonnement
- Amener à ébullition
- Ajouter la viande
- Fermer la cocotte en pression
- Lancer la cuisson pour 30 minutes à 1 heure (ajuster en fonction de la montée en pression de la sauteuse)
- Attendre la décompression et ouvrir la sauteuse

EN SORTIE DE CUISSON

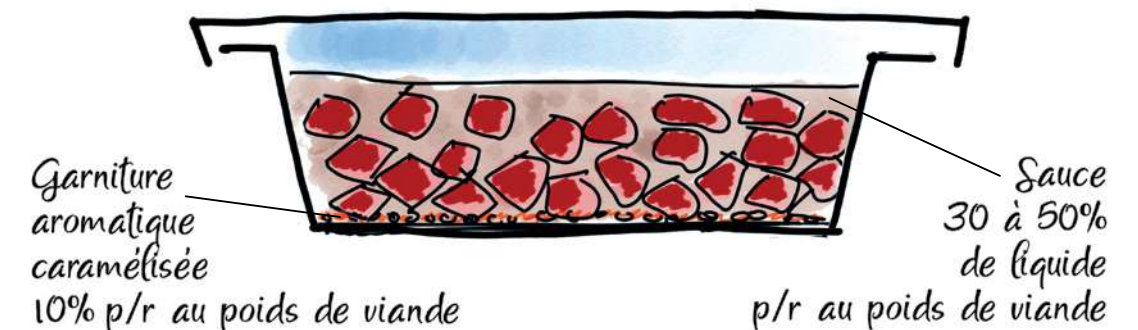
- Décanter la viande
- Réduire la sauce si besoin
- Lier la sauce
- Remettre la viande
- Effiloche avec fouet, écumoire ou dans un robot à la feuille ou autre outil en fonction des cuisines
- Réserver au chaud ou mettre en refroidissement

Process 3

Cuisson au four en journée

Env. 3h30
de cuisson

Four sec
160°C



PROGRESSION

EN SAUTEUSE

- Préparer la sauce
- Marquer la garniture aromatique (10% p/r au poids de viande)
- Ajouter 100% de liquide et l'assaisonnement
- Amener à ébullition
- Réduire un peu
- Lier la sauce fortement

EN BAC GASTRO

- Mettre la viande froide égouttée dans des bacs gastro
- Verser la sauce par-dessus (le liquide doit entièrement recouvrir la viande)

CUIRE 3H À 3H30 À 160°C EN FOUR SEC

EN SORTIE DE CUISSON

- En sauteuse
 - Verser la viande sans la sauce
 - Effiloche avec un fouet, des écumaires ou dans un robot à la feuille ou autre outil en fonction des cuisines (gros pétrin...)
 - Ajouter tout ou partie de la sauce
- Allotir pour la livraison
- Refroidir ou maintenir au chaud

Ragoût de bœuf sauce bolognaise

Matériel nécessaire : Sautreuse - Bac GN 1/1

Préparation : 30 min

Cuisson : 16 h



© INTERBEV - Spatule Prod'

Ingrédients	Poids/ portion	Pour 50 personnes	Pour 10 personnes
Viande de boeuf (sauté)	110 g	5,5 kg	1,1 kg
Huile	0,1 ml	5 ml	1 ml
Carottes	6 g	300 g	60 g
Oignons	6 g	300 g	60 g
Céleri branche	6 g	300 g	60 g
Ail	Quantité suffisante	Quantité suffisante	Quantité suffisante
Vin rouge	5 ml	25 cl	5 cl
Pulpe de tomates concassées	75 g	3,75 kg	750 g
Sel	1 g	50 g	10 g
Poivre	0,07 g	4 g	1 g
Origan, sauge, basilic	Quantité suffisante	Quantité suffisante	Quantité suffisante

- 1 Vérifier le poids température DLC. Essuyer avec une lingette désinfectante la partie de la poche qui va être ouverte. Avec un couteau, désouvider les poches. Réserver la viande en bac gastro en chambre froide.
- 2 Dans un rondau, faire revenir la garniture aromatique taillée en mirepoix (forte coloration), mouiller avec l'alcool, porter à ébullition et ajouter la tomate et l'assaisonnement.
- 3 Dans des bacs gastro (avec couvercle), ajouter la viande crue et y ajouter la sauce chaude. Bien mélanger pour faciliter la coagulation sur toutes les faces. Enfourner en four mixte à 95°C pendant 16 heures.
- 4 Au terme de la cuisson, bien mélanger la viande pour l'effilochée et réserver à 63°C. On peut aussi les mélanger directement avec les pâtes.

Beef carnitas cuisson juste température

Matériel nécessaire : Four - Bac GN 1/1

Préparation : 30 min

Cuisson : 1h45 à 2h15



© INTERBEV - Jean-Francois Mallet

Ingrédients	Poids/ portion	Pour 60 personnes
Bœuf (paleron, joue, nerveux, jarret ou mixte)	140 g	5,5 kg
Huile	1 ml	6 cl
Sel	1,12 g	67 g
Poivre	20 mg	1 g
Garniture aromatique		
Huile	0,5 ml	3 cl
Jus d'orange / Bière	3 cl	1,8 l
Oignons	4,5 g	270 g
Carottes	5 g	300 g
Épices (cumin/origan/ jalapeno)	1 g	60 g
Tacos		
Galette de maïs	1 pc	60 pc
Avocat	50 g	3 kg
Oignon	10 g	600 g
Citron vert	10 g	600 g
Épices	1 g	60 g
Ail	1 g	60 g
Tomate en pulpe	100 g	6 kg
Cheddar	30 g	1,8 kg

- 1 Vérifier poids, température, DLC. Essuyer avec une lingette désinfectante la partie de la poche qui va être ouverte. Dessouvider les poches avec un couteau. Réserver la viande en bac gastro en chambre froide.
- 2 Fabrication du jus : faire revenir la garniture aromatique avec une forte coloration, mouiller avec le liquide et porter à ébullition. Ensuite, soit passer au chinois, soit mixer le tout.
- 3 Disposer la viande crue dans des bacs gastro hauts. Ajouter la sauce chaude et bien mélanger pour faciliter la coagulation sur toutes ces faces. Mettre au four à 95°C pendant 14h.
- 4 En sortie de cuisson, couper ou effiloche la viande, dans le bac et remélanger avec le jus. On peut compléter par de la sauce barbecue.
- 5 Préparer le guacamole : mixer avocats, oignons, citrons verts, épices avec un peu d'ail.
- 6 Rouler dans une galette viande et guacamole.
- 7 Disposer dans un plat, arroser de tomate, parsemer de cheddar (réserver au chaud).

#PacteSociétal
#PlanDeFilière

AIMEZ LA VIANDE, MANGEZ-EN MIEUX.

Une filière engagée,
responsable et durable.



Retrouvez toutes les informations concernant
l'interprofession et la filière sur :

www.interbev.fr
www.viandes-rhd.fr



Tour Mattéi • 207, rue de Bercy • TSA 21307 • 75564 Paris Cedex 12
Tél. 01 44 87 44 60