

Nom : Prénom : Classe :

A) Quelles méthodes de cuisson (3) sont adaptées au quartier avant du bœuf ?

1) 2) 3)

B) Quels sont les deux morceaux de détail qui se trouvent dans la poitrine ?

1) 2)

C) Quels sont les trois morceaux de détail du flanc ?

1) 2) 3)

D) Quels sont les sept morceaux de détail qui composent la cuisse du bœuf ?

1) 2)

3) 4)

5) 6)

E) Quelles méthodes de cuisson (4) adapteriez-vous pour les différents morceaux de détail citez ci-dessus ?

1) 2) 3) 4)

F) Pour quel morceau de détail de la cuisse conseilleriez-vous la méthode de cuisson sauter ?

.....

G) Quelles sont les deux manières de braiser la viande ?

1)

2)

H) Quelles sont les quatre règles pour un braisage réussi ?

1)

2)

3)

4)

I) Quelles sont les deux fonctions principales des sauces ?

1)

2)

J) Citez deux conditions pour qu'une sauce soit réussie :

1)

2)

K) Citez deux marques distinctives d'une bonne sauce :

1)

2)

L) Nommez les trois sauces brunes de base :

1) 2) 3)

M) Quelles sont les trois répartitions des besoins en lipide ?

1) 2) 3)

N) Quelle est la valeur énergétique d'un gramme de lipide ?

.....

O) Quelles sont les recommandations pour couvrir le besoin journalier en matière grasse ?

.....

P) Citez trois aliments qui contiennent des graisses cachées :

1) 2) 3)

Q) Citez les deux substances analogues aux matières grasses :

1) 2)

R) Quels sont les trois organes concernés par le métabolisme des lipides ?

1) 2) 3)

S) Un filet d'épaule de bœuf qui pesait 3.125 kg avant cuisson, ne pèse plus que 1.845 kg une fois cuit.

Calculez en % la perte à la cuisson :

Quelle a été la méthode de cuisson utilisée ?

.....
