



ÉTUVER

Nom	Classe	Date	Points	Note

1. Expliquez en une phrase le mode de cuisson étuver:

2. Quels groupes d'aliments s'apprêtent particulièrement bien à cette cuisson?

3. Quel est l'objectif de la cuisson étuver?

4. Nous distinguons deux manières d'étuver les viandes de boucherie. Étuver des viandes blanches et étuver des viandes rouges. Citez pour chaque méthode deux exemples:

Viandes de boucherie blanche:

Viandes de boucherie rouge

5. Décrivez la différence entre braiser et étuver :

6. Pourquoi le mode de cuisson « étuver » est classé dans les méthodes de cuisson dites saines?
