



1. Pour quels aliments le blanchiment est-il un processus de cuisson ? Nommez en deux.

Epinards en branches, haricots fins, petits pois et pois mange-tout

2. Inscrivez sous chaque genre de blanchiment au moins deux aliments.

<i>Dans de l'eau froide ou chaude</i>	<i>dans de l'eau à ébullition</i>	<i>à la vapeur</i>	<i>dans l'huile ou autre matière grasse (friture)</i>
Les os	Les légumes	Les légumes	Les pommes de terre
La poule à soupe	Les pommes de terre	Les pommes de terre	Les fruits
	Les champignons		
	Les poissons		

3. Expliquez pourquoi les os sont marqués départ eau froide lors du blanchiment ?

Cela favorise l'éviction de graisse, de sang et de petite particule d'os du sciage

4. Pourquoi est-ce que l'on rince les os à l'eau chaude puis froide, après le blanchiment ?

Pour que toute la graisse - et toutes les impuretés se détachent des os

5. Pourquoi est-ce que l'on blanchi dans de l'eau bouillante ?

Le but du blanchiment à l'eau bouillante est de conserver les précieux éléments nutritifs

6. Quels sont les avantages du blanchiment comme pré cuisson ? Nommez en deux.

Pour ne pas perdre ou pour accentuer la couleur verte de la feuille (chlorophylle)

Pour adoucir un goût trop fort

Pour protéger les légumes de l'oxydation et de la décoloration

Pour rendre la structure plus flexible

7. A quelle température blanchi-t-on dans l'huile ?

130°C à 150°C

8. Pourquoi est-ce que l'on blanchi dans de l'huile et quelle expression peut être utilisée en lieu et place de blanchiment dans l'huile ?

Pour des raisons techniques de préparation

Les aliments précuits sont plus rapidement prêt à être servis

Pré-frire