

LES CORPS GRAS

1 CLASSIFICATION

a) Selon leur origine

ORIGINE	VEGETALE		ANIMALE	MIXTE
	Pulpes de fruits ou graines d'oléagineux		Tissus adipeux, graisses sous-cutanées et d'organes	Huiles végétales hydrogénées, graisses de poissons ou animales
CONSISTANCE	HUILES FLUIDES	HUILES CONCRETES	MATIERES GRASSES CONCRETES	MATIERES GRASSES CONCRETES
Exemples	Arachide Tournesol Colza Soja Maïs Cotonnier Germe de maïs Pépins de raisins Noix Noisettes Amandes Olives	Palme Palmiste Coprah Margarines végétales (Fruit d'or) végétaline (coprah)	Beurre Saindoux Graisses : de bœuf de rognons d'oie de canard de volailles Shortenings pour fritures profondes (GAT 10, lardex, blanc d'œuf)	Margarines courantes Shortenings divers ou produits blancs

Les huiles végétales fluides : Etat liquide à température ambiante

Les huiles végétales concrètes : Etat solide à température ambiante

Shortenings pour fritures profondes : Matières désodorisées et raffinées pour l'industrie.

b) Selon leur consistance

— Les corps gras durs ou solides à la température ambiante +15 °C.

— Les corps gras fluides à la température ambiante.

2 UTILISATION

Les corps gras doivent être choisis en fonction de leurs utilisations.

1) Condiments

— Le Beurre extra-fin, doux, demi-sel ou allégé : -Il met en valeur et personnalise les préparations comme les charcuteries, les fruits de mer, les crudités, le fromage.

2) Assaisonnement

— Les Huiles d'olive, de noisettes, de noix : -Elles personnalisent l'assaisonnement des hors d'œuvres par ex les salades).

3) Cuissons à basse température (moins de 120°)

— Beurre ; beurre clarifié, beurre cuisinier, margarines standards.

— Exemples de cuissons à basse température : raidir, étuver, suer, sous-vide, papillote, sauter pour les viandes blanches et les poissons, poêler, cuire à l'étouffée.

4) Cuissons à hautes températures (plus de 120°)

- Les huiles pour fritures, les graisses animales et végétales ; les margarines pour cuissons et fritures.
- Exemple de cuissons à haute température : Revenir, rissoler, frire, sauter pour les viandes rouges.
- Les températures les plus élevées sont utilisées pour les fritures.

5) Pâtisserie

- Beurre extra-fin, concentrés et margarines à pâtisserie.
- Exemples d'utilisations : Pâtes de base, garnitures, fourrages.

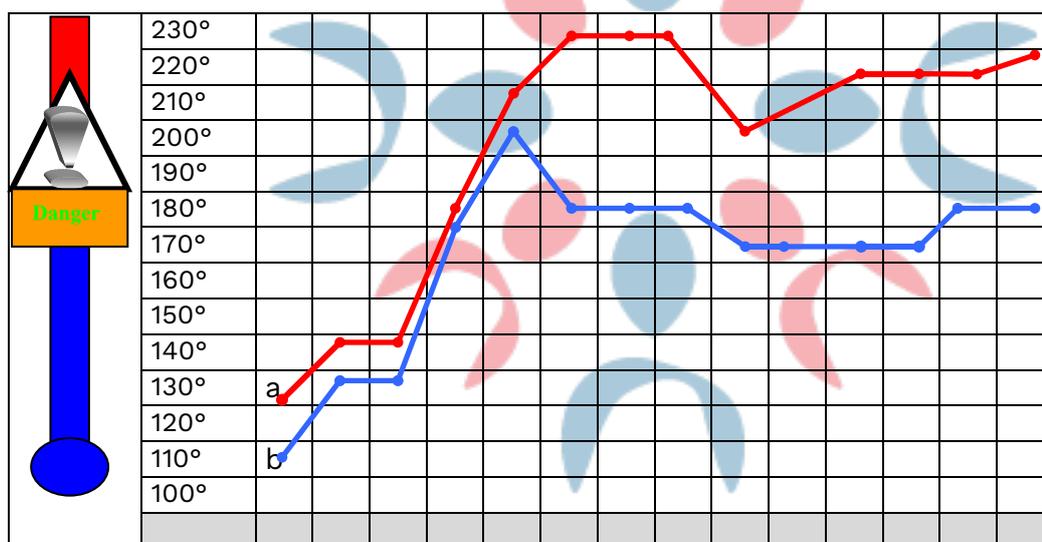
6) Qualités diététiques

Selon leurs origines, leurs transformations et leurs utilisations, ils apportent des acides gras essentiels et des vitamines (A.D.E.).

7) Coût matière

Selon l'utilisation (gastronomique ou collective), le choix de la matière grasse est important.

3 RESISTANCE A LA CHALEUR



a : Températures critiques

b : températures maximales conseillées

Le point de fusion : c'est la température à partir de laquelle un corps gras se liquéfie.

Le point de fumée : c'est la température à laquelle un corps gras commence à se décomposer en noircissant et en dégageant une fumée âcre.

Le point de fumée correspond à la température critique qui ne doit jamais être dépassée.

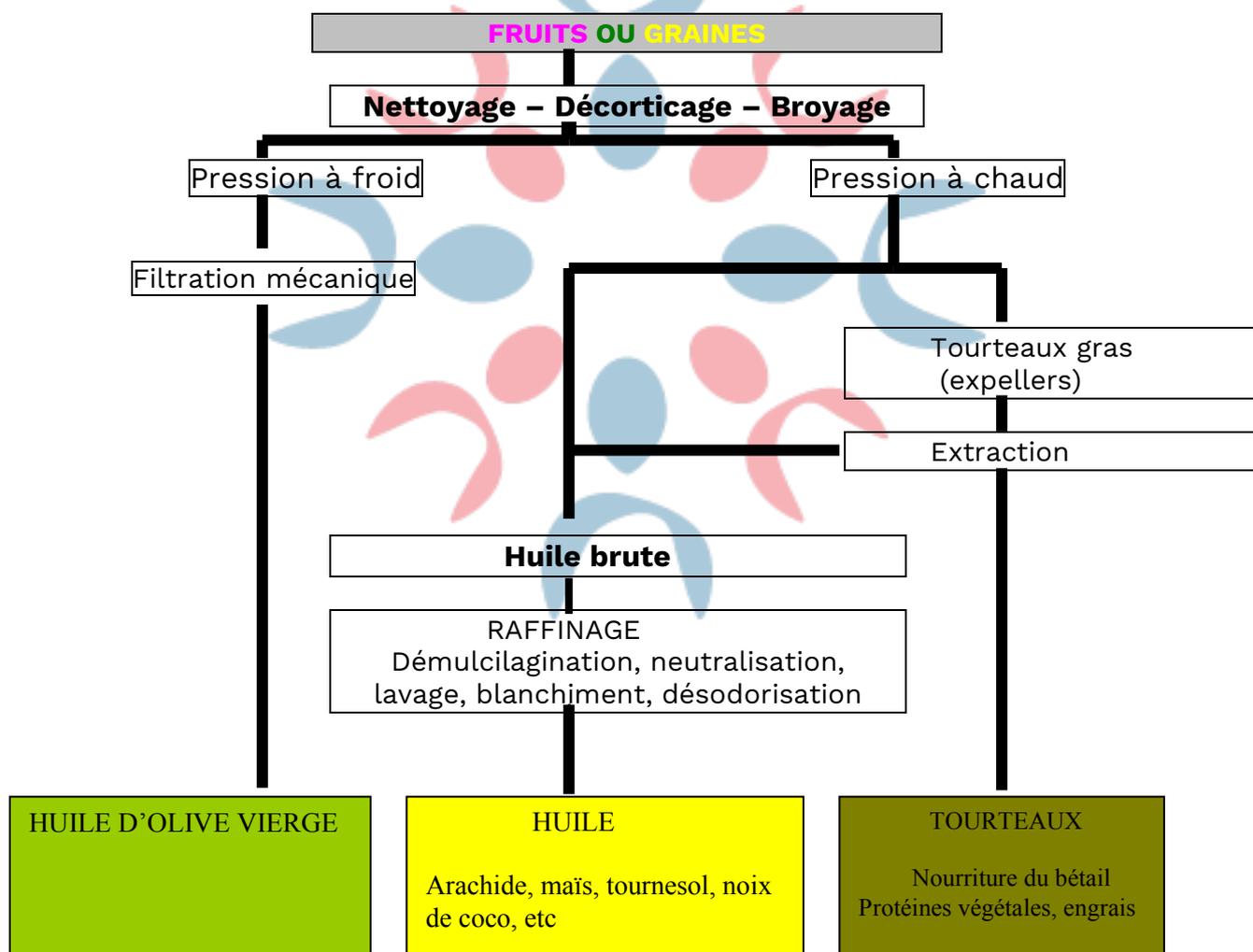
4 LES HUILES VEGETALES

Elles sont principalement extraites de graines ou de fruits des plantes oléagineuses.
On trouve :

- De l'huile d'arachide (friture, assaisonnement)
- De l'huile de colza (assaisonnement)
- De l'huile de cocotier (friture)
- De l'huile de maïs (assaisonnement)
- De l'huile d'olive (cuisson, assaisonnement)
- De l'huile de palme (friture, assaisonnement)
- De l'huile de soja (friture, assaisonnement)
- De l'huile de tournesol (friture, assaisonnement)

Les huiles de coprah, de palme et de tournesol entrent dans la composition des margarines et des produits destinés à la pâtisserie.

Schéma de fabrication des huiles végétales



Une A.O.P. : L'huile d'olive de NYONS

5 LES MARGARINES

1 Définition

Inventées en 1866 pour remplacer le beurre.

Ce sont les substances alimentaires autre que le beurre quelles que soient leurs origines, et de composition ressemblant au beurre et utilisées comme celui-ci.

Il s'agit d'une émulsion de matières grasses (80 %minimum) avec de l'eau ou du lait (20 %).

2 Constituants

— Matières grasses végétales ou animales, eau ou lait, sel, amidon, glucose ou lactose, émulsifiant, conservateur et anti-oxygène.

3 Différentes margarines, utilisations et étiquetage

— On distingue les margarines de table ou à tartiner, les margarines pour cuisson (Type Astra), les margarines pour fritures, les margarines diététiques, les margarines pour pâtisserie (margarine à feuilletage).

— Les margarines peuvent être conservées dans un local sec et aéré à l'abri de la lumière et de l'humidité (température 12° à 16°).

Sur l'étiquette doit apparaître :

Margarine
Le type d'émulsion
La composition
Les traitements additifs
Le nom du fabricant
Le poids
La D.L.U.O.

6 LES GRAISSES ANIMALES

— **Le saindoux** (graisse de porc) soit **pur pane** utilisé en cuisine régionale ou en charcuterie par exemple.

soit **hydrogéné** (désodorisé et ayant subi un traitement chimique) et utilisé pour les fritures profondes.

— **La graisse d'oie ou de canard** Utilisées dans la cuisine régionale (le cassoulet).

8 LES HUILES DE POISSON

— Elles sont obtenues à partir de poissons gras (Hareng, Pilchard, Sprats, Anchois)

— Les poissons sont traités directement sur les bateaux, les huiles sont raffinées et hydrogénées pour être ensuite mélangées.

