

Préparer les aliments pour les rendre consommables

TECHNIQUES DE PREPARATION

Il est souvent nécessaire de transformer les aliments que nous mangeons pour les rendre consommables. A quelques exceptions près, les aliments doivent être nettoyés, coupés, épluchés... La liste est longue.

Mots-clés > Nettoyer, couper, éplucher, épépiner, hacher, presser, sécher, fondre...

Ces techniques permettent de séparer et de préparer les aliments. Il en existe plusieurs. Il y a par exemple les techniques mécaniques. Il s'agit tout simplement de couper, presser, moulinner ou encore tamiser.

Techniques mécaniques : couper, éplucher, brasser, presser, centrifuger, moulinner, tamiser...

Il y a aussi les techniques thermiques, comme sécher, fondre ou cristalliser.

Techniques thermiques : sécher, fondre, cristalliser, concentrer...

Il y a les techniques biochimiques qui visent à déstabiliser la structure moléculaire ou cellulaire d'un aliment. C'est le cas du caillage du lait, que nous aborderons plus tard.

Techniques biochimiques : déstabiliser la structure moléculaire ou cellulaire

Pour illustrer ces techniques, prenons l'exemple de deux céréales.

GRAINS DE RIZ

Les grains de riz doivent être débarrassés de leurs enveloppes dures.

Les techniques mécaniques de l'époque consistaient à battre chaque gerbe de riz sur une planche. Les grains étaient ensuite versés dans un **mortier** pour le **dépiquage**. Ils se détachaient de l'enveloppe sous les coups du **pilon** et en frappant avec le côté plat du pilon, on éliminait les couches extérieures pour que les grains blanchissent.



De nos jours, il s'agit toujours de techniques mécaniques, mais le riz est décortiqué dans des **rizeries industrielles**. Des **rouleaux en caoutchouc** libèrent le grain de son enveloppe, mais sans le briser. Le riz est ensuite blanchi par abrasion des couches externes, et dépoussiérés.

GRAINS DE BLE

Qu'en est-il des grains de blé ? Comment sont-ils broyés en farine ?

A l'époque, ils étaient broyés avec des meules de pierre.



De nos jours, ils sont broyés dans des moulins industriels, entre deux cylindres cannelés en acier.

Ils sont ensuite tamisés, pour séparer la farine des morceaux foncés et plus grossiers. Il s'agit donc toujours de techniques mécaniques qui alternent **mouture** et **tamisage**.

REGLES DE PREPARATION

Dans certains cas, les techniques de préparation peuvent être soumises à des règles propres aux cultures. Il y a par exemple la technique de découpe du poisson cru au Japon.



Photo : Cet ensemble de couteaux de cuisine japonais présente le 'Deba bōchō' au premier plan servant à la découpe de poisson ou de viande, le 'Nakiri bōchō' à lame carrée utilisé pour les légumes et le 'Yanagi-ba-bōchō' utilisé pour la confection de sashimis.

Ou encore la méthode d'abatage des produits halal ou des produits casher qui requiert que l'animal doit rapidement être égorgé et vidé de son sang.