



Ce document a été mis en ligne par l'organisme [FormaV](#)®

Toute reproduction, représentation ou diffusion, même partielle, sans autorisation préalable, est strictement interdite.

Pour en savoir plus sur nos formations disponibles, veuillez visiter :

[www.formav.co/explorer](http://www.formav.co/explorer)

# BREVET DE TECHNICIEN SUPÉRIEUR DIÉTÉTIQUE

SESSION 2006

## ÉPREUVE PROFESSIONNELLE DE SYNTHÈSE

MISE EN OEUVRE DE TECHNIQUES CULINAIRES

### CORRIGÉ

SUJET N° 5

#### 1. RÉALISATIONS PRATIQUES

**Préparation A :** - Blanquette de veau accompagnée de légumes

- Veau 150 g à 200 g (poids brut)
  - Accompagnement : carottes : 200 à 250 g (poids net)
  - Court-bouillon (garniture) : 100 g maximum de légumes (poids net)
  - Vin blanc sec : 50 ml maximum
  - Sauce : roux blanc : - farine : 5 g à 10 g maximum
  - Matière grasse 5 g à 10 g maximum
  - bouillon (tamisé) 150 ml maximum
- }

6 à 8 % de farine
- Liaison finale : ± jaune d'œuf (œuf frais) ¼ / ½ / 1 P (éventuelle)
    - : crème fraîche : 10 g
    - . citron (jus) = quelques gouttes
  - Si champignons : 50 g maximum

#### POINTS IMPORTANTS :

- Hygiène des opérations
- Quantité de matière grasse utilisée – pas ou « peu » de cuisson des CG utilisés
- Élimination des éléments aromatiques pour la présentation
- Qualité de préparation et de cuisson de la viande :
  - réalisation facultative du court-bouillon / utilisation d'un court-bouillon industriel,
  - cuisson de la viande à l'eau,
  - réalisation exigée d'une sauce blanche / ajout facultatif de crème fraîche et/ou œuf. Sauce blanche avec roux blanc ou liaison glucide simple avec ajout de CG cru.
- Qualité de préparation et de cuisson des carottes :
  - mode de cuisson adapté,
  - degré de cuisson satisfaisant.

**Préparation B :** - des chouquettes (petits choux au sucre) réalisées avec un œuf.

- 60 g d'eau + pincée de sel
  - 1 œuf
  - 40 g de farine
  - 20 g de beurre (à 25 g) ou margarine
  - 10 à 15 g de grains de sucre
  - ± 5 g de sucre en poudre dans la pâte
- }

Pour environ 6 à 8 chouquettes,  
(selon taille) soit pour 3 à 4 personnes  
5multiple du nombre de personnes°

**Document-réponse 2**  
en 1 exemplaire  
**FICHE TECHNIQUE**

N° d'anonymat

.....

1. Conseils proposés par les diététiciens dans le cadre des ateliers diététiques  
**4 points**

<b>UTILISATION DES VÉGÉTAUX DANS UNE ALIMENTATION PAUVRE EN FIBRES</b>	
<b>Critères de choix</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- <u>Composition naturelle en fibres</u> : exemples de légumes et de fruits riches en fibres solubles.</li><li>- <u>Effets digestifs potentiels</u> : effet laxatif par exemple.</li><li>- <u>Évolution de la qualité des fibres</u> : degré de maturité : végétaux jeunes.</li></ul>
<b>Modes de préparation et de cuisson</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Adaptation permettant une <u>digestion facile</u> : cuisson sans matière grasse : exemples de modes de cuisson.</li><li>- Temps de cuisson suffisant pour une bonne <u>transformation physico-chimie des fibres</u>.</li><li>- <u>Transformation mécanique</u> des fibres : élimination de la peau, découpe fine des végétaux, réduction (purée, râpé, petits morceaux...)</li></ul>
<b>Fréquence de consommation</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Quantité journalière environ 500 g/j de végétaux.</li><li>- 1 à 2 crudités maximum/j.</li><li>- Réintroduction progressive : 1 aliment à la fois.</li></ul>

## **FICHE TECHNIQUE (suite)**

### 2. Réalisation de la pâte à choux : conditions de réussite (3 points)

<b>Étapes de réalisation</b>	<b>Conditions de réussite et justifications</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Mélanger eau + corps gras + sel éventuellement sucre)</li><li>- Porter à ébullition</li><li>- Ajouter la farine</li><li>- Travailler la pâte sur le feu</li><li>- Incorporer l'œuf battu au fur et à mesure hors du feu pour éviter la cuisson de l'œuf.</li><li>- Préchauffer le four Th 6 (180°)</li><li>- Façonner la pâte en petits choux et déposer les grains de sucre sur les choux.</li><li>- Cuire les choux, (durée suffisante, selon grosseur)</li><li>- Sortir et refroidir les choux sur grille.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Respecter les proportions</li><li>- Diviser le corps gras par une fusion plus rapide</li><li>- Monter en température rapidement le mélange pour limiter l'évaporation.</li><li>- Ajout en une fois et hors du feu pour éviter la formation de grumeaux.</li><li>- Travail énergique, jusqu'à l'obtention d'une pellicule sur le fond de la casserole (réduire la quantité d'eau dans la pâte pour faciliter le gonflement des choux à la cuisson).</li><li>- Ajout de l'œuf hors du feu dans le mélange refroidi. Travail énergique pour incorporer l'air et favoriser la tenue de la pâte à la cuisson (consistance d'une mayonnaise épaisse).</li><li>- Homogénéité de la température dans l'enceinte de cuisson.</li><li>- Adapter le dressage suivant la dénomination. Espacer la pâte sur la tôle pour favoriser le gonflement des choux.</li><li>- Température et durée adaptées pour permettre la vaporisation de l'eau et la dénaturation des protéines.</li><li>- Ne pas ouvrir la porte (le froid affaisse la pâte)</li><li>- Sécher la pâte et maintenir la tenue des choux.</li></ul>