

SousVide

SousVide
SUPREME™

La révolution en matière de cuisine maison ! Ces deux dernières décennies, la cuisine sous vide a déclenché une vague d'innovations et de créativité culinaires pour devenir le secret de grands chefs à la tête des meilleurs restaurants à travers le monde.

La technique culinaire sous vide a été inventée au milieu des années 1970 par le chef Georges Pralus de l'établissement Troisgros, restaurant de renommée internationale ayant obtenu 3 étoiles au guide Michelin implanté à Roanne (France). En 2009, elle a été simplifiée avec l'avènement du four à eau SousVide Supreme, et la cuisine maison a connu un nouvel essor.

Présenté par SousVide Supreme. Inventeur du premier four à eau au monde spécialement conçu pour le foyer, SousVide Supreme a rendu la cuisine sous vide facile et abordable. Cet appareil révolutionnaire permet de cuisiner les aliments délicatement et à des températures très précises pour vous garantir des repas toujours parfaitement cuits. Ainsi, tout le monde peut obtenir des résultats savoureux et professionnels en appuyant sur un simple bouton !



Le leader sur le marché du sous vide maison. Grâce à la technologie innovante de son four à eau, SousVide Supreme a décroché les honneurs les plus prestigieux, dont le Housewares Design Award (Meilleur de sa catégorie), ainsi qu'une couverture médiatique internationale et de grands

éloges de la part des critiques gastronomiques, professionnels culinaires et consommateurs.

Voici comment il fonctionne. Remplissez le four à eau et réglez la température à la cuisson souhaitée en fonction du type d'aliment. Suivez ensuite quatre étapes simples :



1

Assaisonnez légèrement les aliments de sel, de poivre, d'herbes et d'épices.



2

Scellez les aliments assaisonnés dans des sachets de cuisson.



3

Faites mijoter les sachets dans le four à eau préchauffé.



4

Servez, en dressant le sachet directement dans l'assiette ou après avoir brièvement saisi les aliments.

Saveur gourmet, valeur nutritionnelle et commodité. Les sachets fermés sous vide conservent les éléments nutritifs, figent les saveurs et gardent les aliments frais et tendres lors de la cuisson. De nombreux types d'aliments, comme les légumes, les fruits et les protéines servies en sauce, peuvent être dressés directement au sortir du sachet de cuisson. D'autres pièces, comme les steaks et les côtelettes, devront être saisies minute à la poêle ou au grill. Les sachets de cuisson offrent également un moyen pratique de conserver la nourriture, et peuvent être emballés à l'avance puis congelés pour être cuits sous vide ou réchauffés ultérieurement.

sous vide

SousVide Supreme, la marque de confiance

de la cuisine sous vide, offre :

Facilité d'utilisation. En quatre étapes simples, tout le monde peut préparer un repas raffiné dans le four à eau SousVide Supreme. Assaisonnez, scellez, faites mijoter et servez.

Repas sains. Les éléments nutritifs bénéfiques sont capturés dans le sachet de cuisson étanche ; les graisses délicates pouvant faire l'objet d'une oxydation dommageable à hautes températures sont mieux préservées ; et les éléments nutritifs, qui se fondent souvent aux liquides de cuisson, sont conservés.

Saveur gourmet. Les aliments sont cuits uniformément de part et d'autre, avec des résultats systématiquement parfaits : c'est infaillible ! Les saveurs sont exaltées et les aliments se font tendres au fil de la cuisson.

Polyvalence. Tous les types d'aliments peuvent être cuits dans le four à eau SousVide Supreme. Le bœuf, l'agneau, le gibier et le porc sont cuits selon votre goût d'une extrémité à l'autre. La volaille, les poissons délicats, les fruits de mer et les légumes ne sont jamais trop cuits. Même le risotto, les soupes, le yaourt, les alcools infusés et les desserts sont simples à préparer.

Économies de coûts. Cuisiner dans le four à eau SousVide Supreme :

- permet de savourer des pièces de viandes ultra-tendres sans se ruiner.
- produit des repas savoureux à des prix imbattables comparé aux restaurants.
- réduit le gaspillage : des portions alimentaires peuvent être congelées dans des sachets de cuisson pour être consommées ultérieurement.
- une fois préchauffé, consomme la même quantité d'énergie qu'une ampoule de 60 Watt.
- élimine le besoin de faire appel à un traiteur pour vos dîners.
- offre d'excellents repas familiaux à la maison.
- remplace l'équipement onéreux : casseroles, poêles, bain-maries, yaourtières et autres.
- permet de réaliser des infusions pour cocktails pour un prix modique comparé aux marques connues.
- élimine le besoin d'assaisonnement et d'ingrédients supplémentaires coûteux.
- fait de la cuisine maison la meilleure solution pour les repas en famille ; plus facile que de commander à domicile !

FAQ de la cuisson sous vide

Quel type d'aliments peuvent être cuits sous vide ? Tous les types ! Tout type de viande, dont le bœuf, l'agneau, le gibier et le porc, est indiqué pour la cuisson sous vide. Il fonctionne tout aussi bien pour la volaille et les poissons délicats ou les fruits de mer, en veillant à ne pas les surcuire. Tous les types de légumes peuvent être cuits sous vide avec de délicieux résultats, de même que les œufs et les fruits. Vous pouvez même l'utiliser pour faire des infusions alcoolisées, des bases pour crèmes glacées, de la sauce béarnaise, de la crème anglaise, des gâteaux, etc.

De quel équipement avez-vous besoin ? Un contrôle précis de la température est fondamental pour réussir vos cuissons sous vide. Pour y parvenir, la meilleure façon consiste à utiliser un appareil doté d'un régulateur de température proportionnel intégral différentiel (PID) pour maintenir l'eau à température constante lors de la cuisson des aliments. Dans les établissements commerciaux, ces « thermostats à immersion » sont combinés à un tuyau d'eau et une pompe

sous vide

“ Le meilleur steak est celui cuit dans l'eau. ”

~ GQ magazine

motorisée pour la faire circuler. Aujourd'hui, avec le lancement du four à eau tout-en-un de SousVide Supreme en 2009, la cuisson sous vide a été simplifiée pour les consommateurs comme pour les professionnels. La technique est facile à prendre en main grâce à une scelleuse sous vide, aux sachets de cuisson et au four à eau installable sur un plan de travail.

Comment les aliments sont-ils préparés pour la cuisson sous vide ? Du fait que la cuisson sous vide capture les riches saveurs naturelles des aliments, il suffit de les assaisonner légèrement. Saupoudrez simplement les aliments d'herbes et d'épices selon votre goût et scellez-les dans les sachets de cuisson. Rien de plus facile que de préparer des aliments à l'avance et de les réfrigérer ou de les congeler pour en disposer à tout moment.

Quels sont les temps de cuisson sous vide standard ? Les temps de cuisson varient entre 20 minutes (poisson maigre) et 72 heures (côtes levées et pièces de viande plus dures). Le blanc de poulet et les steaks tendres prennent généralement entre une et deux heures, selon l'épaisseur. Toutefois, du fait que la température est contrôlée avec autant de précision, les aliments peuvent rester au bain-marie bien plus longtemps que le temps requis sans excès de cuisson.

Quels sont les températures de cuisson sous vide ? Les aliments préparés sous vide sont cuits à la température à laquelle ils seront servis. Les températures se trouvent toujours en dessous du point d'ébullition, et la plupart des plats cuisent entre 56° et 87° Celsius. La clé de la cuisson sous vide consiste à maintenir l'eau à la même température tout au long du processus de cuisson, car même d'infimes variations peuvent changer l'aspect, la saveur et la texture des aliments. Le contrôle précis de la température exige un équipement prévu pour la cuisson sous vide.

Pourquoi la cuisson sous vide est-elle considérée comme un type de cuisson sain ? Grâce à la cuisson sous vide, les éléments nutritifs bénéfiques, comme les flavonoïdes et les caroténoïdes contenus dans les légumes, sont capturés dans le sachet étanche. De plus, les graisses délicates pouvant faire l'objet d'une oxydation dommageable à hautes températures et en présence d'oxygène, sont mieux préservées sous leur forme saine. Avec d'autres méthodes de cuisson, ces mêmes éléments nutritifs se fondent souvent avec les liquides de cuisson.

Les températures de cuisson sous vide présentent-elles un risque ? La sécurité des aliments dépend de la température et de la durée de cuisson. La « zone de danger », où les bactéries d'origine alimentaire peuvent se propager, varie entre 4° et 54° Celsius. Les températures de cuisson sous vide recommandées échappent à cette zone de danger.

Les sachets de cuisson représentent-ils un danger pour la sécurité ou l'environnement ? Les sachets de cuisson doivent être exempts de Bisphénol-A (BPA), de plomb et de phtalates, et testés et certifiés par un organisme tiers pour être utilisés à des températures de cuisson sous vide. Les sachets de cuisson SousVide Supreme remplissent ces critères et sont conformes à la directive UE 2002/72/CE. Nous encourageons les consommateurs à rincer et recycler ces produits, comme ils le feraient pour tout emballage alimentaire en plastique.

Un repas entier peut-il être cuit dans un four à eau ? Bien que les légumes et les protéines cuisent généralement à des températures différentes, il existe des repas à cuisiner dans une seule casserole, comme le risotto accompagné de jambon et de légumes, qui peuvent être facilement préparés dans un four à eau individuel. En outre, moyennant un peu d'organisation, il est possible de cuisiner et refroidir rapidement des légumes, puis de les réchauffer avec une protéine cuisant à une température inférieure.

sous vide

Les fours à eau SousVide Supreme maintiennent des températures précises et constantes.

La technologie SousVide Supreme a recours à un élément chauffant contrôlé par PID et une grille inférieure perforée pour générer une convection thermique garantissant une distribution homogène de la température. Cette circulation thermique permet aux fours à eau de fonctionner :

- sans pompe externe
- sans remplacer de pièces risquant de s'user
- sans risque de défaillance de la pompe
- sans bruit
- sans risque d'évaporation

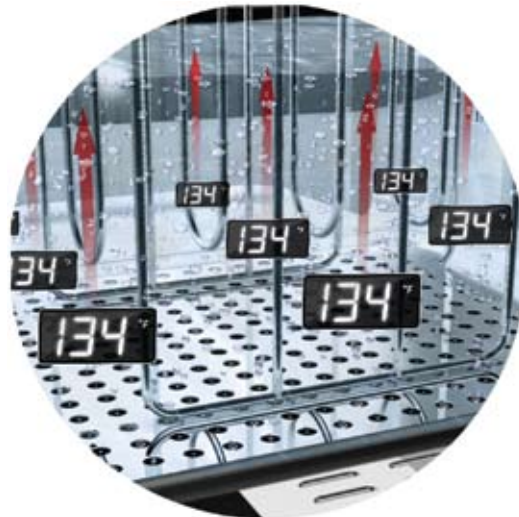
Principes scientifiques. Deux faits physiques expliquent pourquoi la température de l'eau dans nos fours à eau augmente si facilement et uniformément comme pour les bains à circulation par immersion ou autres bains menés par pompe :

1. La chaleur circule très rapidement à travers l'eau.
2. L'eau chaude est plus légère que l'eau froide.

Physique élémentaire. La circulation naturelle au sein du four à eau se produit lorsque :

- l'élément chauffant en silicone de base répartit la chaleur uniformément dans l'eau contenue à l'intérieur.
- l'eau chaude, plus légère, monte, tandis que l'eau froide descend, ce qui fait que l'eau se mélange.

Températures uniformes. Grâce à la circulation naturelle créée par les propriétés physiques élémentaires de la chaleur et de l'eau, toute l'eau et les aliments dans le bain atteignent la même température. L'opération de transfert de chaleur de l'eau garantit qu'aucune zone chaude ou froide existe une fois la température cible atteinte.



SousVide
S U P R E M E™

SousVideSupreme.co.uk

Contact avec les médias : Rare Consultancy | +44 7950 899 130 | julie@rareconsultancy.com