



LE SUCRE

Sucre

&

Astuces

des
Champions



CHAMPIONNAT DE FRANCE
DE
DESSERT

La Collective du Sucre



LE SUCRE

La Collective du Sucre assure, pour le compte des sociétés sucrières françaises, la valorisation et la défense de l'image du sucre, dans le cadre d'une alimentation saine et équilibrée. En 1990, elle a créé la Semaine du Goût avec Jean-Luc Petitrenaud et a joué un rôle essentiel dans l'éducation au goût. Ainsi, elle a su mobiliser des milliers de professionnels des métiers de bouche pour animer de très nombreuses Leçons de Goût sur l'ensemble du territoire. La Collective du Sucre est aujourd'hui le partenaire fondateur de cette manifestation nationale d'envergure et à l'occasion du 25^{ème} anniversaire, elle crée cet ouvrage unique et original « Sucre et Astuces des Champions ».



La Semaine du Goût œuvre depuis 25 ans à replacer les différentes saveurs (acide, amer, salé, sucré) dans un contexte alimentaire et gastronomique et à promouvoir le goût auprès d'un large public. La saveur sucrée est une composante majeure du goût et le sucre, un ingrédient essentiel du quotidien.

C'est donc naturellement qu'en l'honneur de cette 25^e édition, la Collective du Sucre, partenaire fondateur de l'évènement, a

imaginé ce livret « Sucre et Astuces des Champions » pour partager avec vous des astuces culinaires autour du sucre. Des professionnels du goût renommés, tous Champions de France ont participé à cette création pour vous dévoiler leurs secrets bien gardés.

Telle une boîte aux trésors vous découvrirez ici toutes les ficelles des plus grands spécialistes afin de sublimer vos recettes, pour le plus grand plaisir de vos convives. Tous ces Champions puisent dans leur savoir-faire afin de vous transmettre 25 astuces utiles en cuisine, depuis l'amateur et jusqu'au plus chevronné. Saviez-vous qu'outre son pouvoir sucrant le sucre recèle bien d'autres qualités ? Et oui, c'est un exhausteur de goût et chaque variété possède en plus ses subtilités spécifiques. Certaines d'entre elles vous seront dévoilées à travers cet ouvrage.



Sucre & astuces

des Champions

Traditionnel ou novateur, simple ou sophistiqué, le dessert est la touche finale indispensable des repas réussis. C'est pour défendre cette vision du dessert et encourager la créativité des pâtissiers, accomplis ou en devenir, que le Cedus (Centre d'Etudes et de Documentation du Sucre) a créé en 1974 le Championnat de France du Dessert.

Cet événement, qui s'adresse à la fois aux élèves des lycées hôteliers et des CFA préparant une mention complémentaire de « cuisinier en desserts de restaurant » et aux professionnels de la restauration, a pour objectif de valoriser le dessert à l'assiette. Plébiscité par toute la profession, ce concours est un véritable tremplin pour les juniors, qui vont entrer dans la vie active et permet aux professionnels déjà en activité d'asseoir leur réputation. En 40 ans, Le Championnat de France du Dessert, qui crée un véritable engouement médiatique, a su s'affirmer et évoluer pour devenir la référence dans le domaine de la pâtisserie de restaurant.

Aussi, pour fêter le 40^{ème} anniversaire, de nombreux Champions ont accepté de livrer leurs astuces dans le cadre de ce livret, créé spécialement pour la 25^{ème} Semaine du Goût.

Le Sucre

LE SUCRE CRISTALLISÉ BLANC

C'est le sucre tel qu'il est extrait de la betterave sucrière, sans aucune altération ou transformation. C'est le sucre à usage domestique par excellence. Usage : fruits confits, pâtes d'amande, caramels, gâteaux, biscuits secs, salades de fruits, punches...

LE SUCRE CANDI ROUX

Le sucre candi roux est un gros cristal de sucre obtenu par cristallisation lente pendant plusieurs jours, d'un sirop de sucre concentré. Usage : fruits à l'eau-de-vie, liqueurs et apéritifs maison.

LE SUCRE GLACE

C'est une poudre blanche impalpable obtenue par broyage très fin de sucre blanc cristallisé. Usage : pour les glacages, travaillé avec un blanc d'œuf et un jus de citron pour agrémenter les desserts (gaufres, crêpes, beignets...)

LA CASSONADE

C'est un sucre roux cristallisé extrait directement du jus de canne. Usage : c'est le sucre des recettes exotiques (ananas flambée, salade de fruits, punch...).

LE SUCRE POUR CONFITURES

Variante du sucre cristallisé, il est enrichi de pectine et d'acide citrique pour faciliter la prise des gelées et des confitures. Usage : les confitures, bien sûr, mais aussi les marmelades et les gelées de fruits.

LE SUCRE EN POUDRE

Obtenu par tamisage du sucre cristallisé, le sucre en poudre est également appelé « sucre semoule ». C'est l'ingrédient de référence des recettes de desserts et de pâtisserie. Usage : gâteaux, tartes, crêpes, brioches, flans, charlottes, bavareses, kouglouf, kouignamann...

LA VERGEUSE

Provenant d'un sirop de betterave, c'est un sucre à consistance moelleuse, coloré et parfumé par les cuissons successives. Usage : indispensable pour les spécialités pâtisseries venues du Nord (tarte au sucre, spéculoos)

LE SUCRE EN MORCEAUX

Roux ou blanc, il est obtenu par compression et moulage de cristaux encore chauds et humides. Usage : recommandé pour l'élaboration du caramel, il est aussi utilisé pour sucrer les boissons chaudes ou pour réduire l'acidité et l'amertume de certaines préparations culinaires.

LE SUCRE EN CUBES

Blanc ou roux, d'aspect brut, le sucre en cubes est issu du concassage de lingots de sucre de canne. Il possède les mêmes propriétés que les dominos de sucre en morceaux. Usage : il apporte une touche sophistiquée pour les services des boissons chaudes.



Produit issu de la nature,
également connu sous le nom
de saccharose, le sucre est
un ingrédient essentiel du
quotidien alimentaire.

Quelle que soit sa forme,
il est une source glucidique
de plaisir et de bien-être

Chips de pétales de rose

Je récupère les pétales d'une rose parfumée non traitée. Je bats 2 blancs d'œufs au fouet pour les liquéfier légèrement. Ensuite, je badigeonne au pinceau les pétales une par une avec les blancs d'œufs, puis les enrobe de sucre cristallisé (une couche fine et régulière). Je les dépose sur une plaque antiadhésive ou recouverte de papier de cuisson afin qu'elles ne se cassent pas en cristallisant. Généralement, je laisse reposer quelques heures (les pétales doivent durcir). C'est une décoration idéale pour une coupe de glace ou sur des gâteaux.



2007
Catégorie
Juniors

Thibaut Brillon



SUCRE
CRISTALLISÉ

SUCRE EN POUDRE



Yves Besset



1977

Catégorie
Professionnels

Je prépare à l'avance dans un bocal 500g de sucre en poudre, 5 branches de menthe fraîche et 5 bois de réglisse que j'éclate. Je dresse des boudoirs sur du papier sulfurisé que je saupoudre de sucre en poudre mentholé à l'aide d'une fine étamine (petite passoire). Je laisse reposer environ 15 minutes. Je renouvelle l'opération de saupoudrage et de repos avant d'enfourner à température raisonnable (170°) pendant environ 20 minutes. Ils ne doivent pas se colorer, afin d'obtenir de jolis boudoirs croustillants.

Les boudoirs d'antan



Gabrielle Jones

SUCRE EN POUDRE
ET CRISTALLISÉ



Je porte à ébullition 100g de sucre en poudre avec un peu d'eau et j'ajoute 300g de noisettes préalablement torréfiées. Je mélange jusqu'à caramélisation. A la fin de celle-ci, je rajoute environ 100g du sucre cristallisé. Le sucre en trop ne s'attachera pas aux noisettes et pourra être réutilisé. Ainsi les noisettes auront une texture supplémentaire sableuse en bouche et un visuel proche de celui d'une pâte de fruits enrobée de sucre. On peut faire la même opération avec des noix.



2006

Catégorie
Juniors

Délicieuses noisettes sablées

Crumble croustillant

Pour donner plus de croquant à mon crumble je remplace le sucre en poudre par de la cassonade. Blanchies avec 100g de beurre doux, les 100g de cassonade, qui remplacent le sucre en poudre, exaltent les parfums. Ensuite, on ajoute 100g de farine et 100g de poudre d'amande.

La cassonade apportera une note de caramel et une nouvelle sensation plus croquante.



2013

Catégorie
Professionnels

CASSONADE



Rémi Touja

Fraises de mon enfance

Je saupoudre 10g de sucre en poudre sur 100g de fraises. Je laisse la magie opérer pendant 30 minutes afin de retrouver le jus naturel de la fraise que l'on aimait récupérer à la cuillère dans notre enfance. Pour ajouter une touche de croquant à ce jus, je beurre finement (20g de beurre) une feuille silicone. Je saupoudre avec 20g de sucre cristal et retire l'excédent. Je passe au four 6 à 8 minutes à 180° et laisse refroidir. J'obtiens alors une tuile croustillante de sucre, à déposer délicatement sur les fraises.



2011

Catégorie

Professionnels

Arthur Fevre





Franck Seguret

SUCRE EN MORCEAUX



Pour la réalisation de mes sauces « sucré / salé » ou pour diminuer l'amertume de certaines préparations culinaires, j'utilise un sirop blond. On l'obtient par la dissolution de 250g de sucre en morceaux dans 75g d'eau. Je cuis le sirop à une température de 160° (il doit être épais mais conserver sa couleur or). Pour stopper la cuisson il suffit de tremper le « cul » de la casserole dans un saladier contenant des glaçons ou une eau très froide.



1999

Catégorie
Professionnels

L'incontournable sirop blond

SUCRE EN POUDRE



Frédéric Lefevre



1997

Catégorie
Professionnels

Dans une casserole, je cuis au caramel clair (160°) : 450g de sucre en poudre et 100g d'eau. Je coule cette préparation sur une plaque de papier anti-adhésif, la laisse refroidir, y ajoute 100g de pralines roses. Je mixe le tout en une poudre très fine. Je tamise ensuite cette préparation sur une feuille de papier anti-adhésif (environ 2 minutes) et cuis cette plaque de sucre rose tamisée dans un four à 150°. On obtient alors une tuile opaline rose pastel qui

agrémentera vos desserts à base de fruits rouges ou pourra même décorer une assiette de foie gras. La praline rose peut être remplacée par tout type de dragées.

Tuile aux pralines roses



1998

Catégorie
Professionnels

Chapelure sucrée

Dans un petit bol, je mélange le même poids de sucre poudre et de poudre de lait (20% de MG). Sur une plaque à induction, je chauffe quelques minutes une poêle anti-adhésive (130°). Je verse le mélange dans la poêle et par un mouvement rotatif, je favorise le sablage pour atteindre une belle couleur blonde et homogène. Cela dure entre 2 et 3 minutes. Je verse sur un papier cuisson et laisse refroidir cette chapelure sucrée au goût de confiture de lait. On peut ainsi la conserver dans une boîte hermétique, elle agrémentera vos préparations sucrées. Selon le goût et l'usage, on peut la parfumer avec des épices.

SUCRE EN POUDRE



12



Jean-Marc Diop

Crème pâtissière de chef

Lors de la réalisation d'une crème pâtissière, je prélève toujours un tiers du sucre (60g) en poudre que je mélange avec un litre de lait lorsque je le porte à ébullition. Je blanchis le restant du sucre (180g) avec 8 jaunes d'œufs et lorsque j'ajoute la farine (environ 150g), le mélange reste souple. Il est ainsi facile d'ajouter le lait et d'éviter les grumeaux avant cuisson.



1974

Catégorie
Juniors



Antoine Davy



**SUCRE
EN POUDRE**

CASSONADE



Jérémy Del Val



2014

Catégorie
Professionnels

J'aime simplement remplacer le sucre en poudre par du sucre roux (cassonade). J'apprécie tout particulièrement d'associer les fruits, notamment les fruits exotiques, avec de la cassonade, qui apporte une légère touche épicée. Elle se marie également très bien avec votre café en lui donnant une note exotique. Alors n'hésitez pas et faites le test !

Simplement
roux



Christian Cottard

SUCRE CRISTALLISÉ



Depuis l'antiquité le pilon était utilisé dans la gastronomie ! Je prends une vingtaine de feuilles de menthe ou toutes autres feuilles tendres de plante aromatique.

Je les écrase dans un mortier de pierre avec un pilon en incorporant 50g de sucre cristallisé, jusqu'à obtenir une pâte bien dense. Le sucre va fixer les essences aromatiques. J'utilise cette pâte de menthe, pour aromatiser une crème anglaise, une glace ou une bavaroise... un pur bonheur pour faire exploser le goût en bouche !



1989

Catégorie
Professionnels

Pilez au pilon !

Bâtonnets croquants au goût de framboise

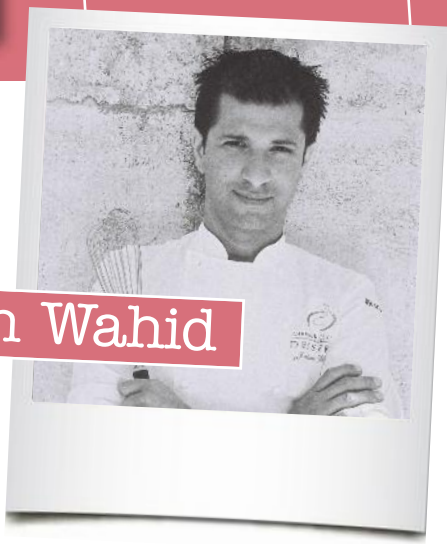
Pour réaliser de succulents bâtonnets, j'utilise 100g du sucre glace que je mélange avec 20g de jus de framboise. Ensuite, je remplis une poche à douille à l'aide du mélange préalablement réalisé. Sur une assiette je presse doucement pour que mes bâtonnets soient très fins. Enfin, je les laisse sécher à température ambiante toute une nuit. Ils accompagneront parfaitement vos desserts, notamment le vacherin.



2005
Catégorie
Professionnels



Jonathan Wahid



Crêpes et gaufres façon Ch'ti

Pour accompagner les crêpes et les gaufres, j'utilise une sauce réalisée à base de vergeoise (spécialité du Nord de la France). Sa couleur ambrée et son goût typique de caramel seront très appréciés par vos invités. Je fais fondre 70g de beurre dans une casserole, j'y ajoute 150g de vergeoise (blonde ou brune selon votre goût), puis 150g de crème épaisse et 50cl de lait. Je porte le tout à ébullition avant d'y ajouter 5 gousses de vanille et une cuillère à soupe de rhum ambré. Voici une préparation idéale pour de délicieuses crêpes et gaufres.



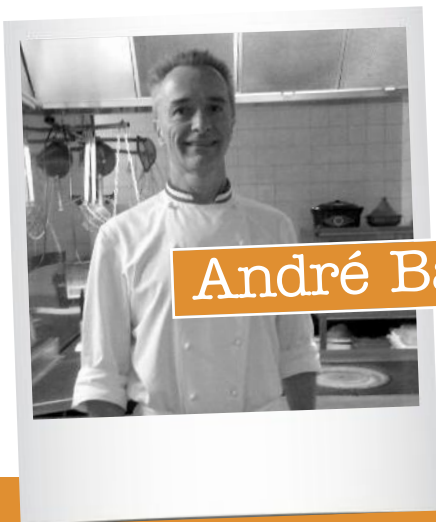
1993

Catégorie
Professionnels

VERGEOISE

Patrick Leseux





André Barcet

SUCRE
EN POUDRE



1982

Catégorie
Professionnels

MOF Cuisinier
1986

Je réalise un caramel à l'aide de 250g de sucre en poudre et 100g d'eau. Lorsque je fais cuire le caramel à feu vif, j'ajoute 50g de fondant blanc mou (spécialité sucrée pour glaçage, que l'on trouve en petit pot dans les grandes surfaces). Cet ajout permet d'obtenir un caramel sec qui tiendra toute la journée même par temps humide sur une pièce montée.

Une pièce montée
résistante
à l'humidité

SUCRE
CRISTALLISÉ

Sylvain Mathy



2002

Catégorie
Professionnels

Je monte 1 litre de crème liquide UHT 35% MG bien fraîche (la mettre préalablement 5 ou 6 minutes dans un bol au congélateur) au batteur à vitesse moyenne. Ensuite, je fends et gratte 2 gousses de vanille bourbon et j'ajoute 90g de sucre cristallisé. Puis, j'incorpore le sucre et les graines de vanille à la crème lorsque celle-ci est bien ferme. On peut ajouter également 50g de lait frais entier liquide avant de servir, afin d'obtenir une chantilly ferme mais légèrement coulante. C'est une recette à consommer rapidement pour avoir les grains de sucre encore croustillant sous la dent !

Une crème chantilly croustillante

Une panacotta plus onctueuse



2009

Catégorie

Juniors

Je mixe 60g de sucre en poudre et 8g de romarin frais ensemble de manière à former une pâte. Ceci va augmenter l'intensité de la perception des goûts et des odeurs et faire ressortir la chlorophylle du romarin pour une coloration naturelle de la crème. Ensuite, porter 400g de crème liquide à frémissement, ajouter la pâte préalablement réalisée, couvrir et laisser infuser pendant 10 h. Utiliser une petite passoire pour extraire les résidus de romarin. Voici une crème idéale pour une pannacotta parfumée.

SUCRE EN POUDRE



20

Alice Courtaux



Un sorbet aux fraises moelleux

Je réalise un sirop de sucre à l'aide de 100g de cassonade et de 50g d'eau. Je porte le mélange à petite ébullition dans une casserole. Je le refroidis ensuite rapidement en trempant la casserole dans de l'eau froide. Pour une bonne osmose entre onctuosité et saveur, je prends 500g de fraises (préalablement coupées) auxquelles j'ajoute mon sirop de sucre. Tout réside dans le dosage. En effet, ce pourcentage des ingrédients permet un régal des papilles. Puis, pour rehausser le goût, j'ajoute un demi citron jaune. Je mixe le tout que je verse dans une sorbetière pendant environ 20 minutes. On obtient ainsi, un sorbet moelleux et onctueux à déguster immédiatement.



Philippe Chapon



1985

Catégorie
Juniors

1995

Catégorie
Professionnels

Le seul
double
champion



CASSONADE



Florent Margailan

SUCRE
GLACE



Pour réaliser de jolies tuiles bien croustillantes et brillantes, j'étale 100g de pâte feuilletée le plus finement possible et la recouvre avec 100g de sucre glace. Puis je dispose le tout entre deux feuilles de papier sulfurisé et deux plaques de cuisson. Je cuis à 220° pendant 6 à 7 minutes et je détaille en morceau. A servir avec des fruits frais ou une glace.



2010

Catégorie

Professionnels

Des tuiles craquantes



Nicolas Bougreau



Au lieu de mélanger directement le sucre cristallisé (ou bien la casonade) avec la pulpe de framboise, je le fais cuire avec 20% de son poids en eau à 121°. Ensuite, j'incorpore la pulpe, préalablement chauffée à 60°. Puis, je mélange le sirop obtenu au fouet, avant de laisser refroidir. On obtient ainsi, un coulis très brillant. Cette astuce fonctionne également avec toutes sortes de pulpes, même les plus délicates. Je m'en sers pour accompagner de nombreux desserts comme une coupe de glace afin de rendre les boules plus brillantes ou encore comme nappage sur des fruits.



1987

Catégorie
Professionnels

Pour un coulis framboise «miroir»

Ganache mentholée à la vergeoise



2004

Catégorie
Professionnels

Je prends une botte de menthe et récupère toutes les feuilles, puis j'ajoute le même poids de vergeoise. Avec le robot-coupe, je réalise une pâte de menthe, ce qui permettra au sucre de capter tous les arômes de la menthe lors du mixage. Cette pâte aromatique très puissante vient renforcer le goût d'une ganache, pour une garniture de macarons par exemple.

VERGEOISE

Mathieu Mandard

24



Des crèmes qui ont du goût

Pour donner du peps à mes desserts, je frotte des morceaux de sucre sur des agrumes avec leur peau ! J'utilise alors ces sucres pour parfumer mes crèmes fouettées et crèmes pâtissières.



2003

Catégorie
Professionnels



SUCRE EN
MORCEAUX



Hugues Pouget



Nicolas Bichon



Pour la réalisation de mes bases de biscuits, j'utilise un mélange de sucre en poudre et de sucre roux afin d'obtenir une structure moelleuse avec le goût typique de la cassonade (notes aromatisées de cannelle, de rhum et de vanille).

Ainsi, je monte en neige 6 blancs d'œufs avec 60g de sucre en poudre. Ensuite, je fouette énergiquement 10 jaunes d'œufs avec 100g de cassonade, que je verse sur les blancs. Enfin, j'ajoute 200g d'amandes en poudre et 50g de farine avant de cuire 7 minutes à 180°.

Cette base de biscuit très goûteuse me sert pour la préparation de très nombreux gâteaux.



2008

Catégorie
Professionnels

SUCRE
GLACE

Sébastien Bertin



2009

Catégorie
Professionnels

Afin d'éviter que les guimauves ne sèchent, je prépare un mélange avec moitié de sucre glace et moitié de Maïzena. Cette dernière permettra d'absorber l'humidité contenue dans les guimauves. Puis, je roule celles-ci dans la préparation, en enlevant l'excédent. Enfin, pour une conservation parfaite, j'utilise des boîtes hermétiques.

Pour conserver les guimauves



1994

Catégorie
Juniors

Des endives en dessert

Dessert pour 6 : je plonge 10 endives (moyenne taille) dans 1,5 l d'eau, 250g de sucre cristallisé et 1 jus de citron jaune. Je les émince et les cuis avec 175g de vergeoise jusqu'à ce qu'elles soient translucides. Pour le mascarpone, je cuis 150g de sucre cristallisé à 118° avec 30g d'eau. Une fois refroidi, j'incorpore 8 jaunes d'œufs, mélange le tout à 750g de mascarpone et ajoute 30g de chicorée soluble. Je mets dans une verrine, 2 spéculoos imbibés de sirop au Genièvre de Houlle (100g d'eau + 100g de sucre cristallisé + 30g de Genièvre). J'ajoute une couche de mascarpone à la chicorée puis les endives. À répéter une fois puis mettre au frais. Une recette de tiramisu originale avec vergeoise et endive, permettant de déguster un légume amer en dessert !

**SUCRE
CRISTALLISÉ ET
VERGEOISE**

David Boussard



Variation autour de la pâte à choux

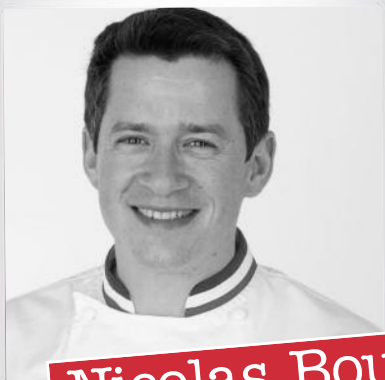
Quand je fais un croustillant pour ma pâte à choux, j'aime bien varier les sucres. Ainsi, j'utilise le sucre cristallisé pour une recette douce. Si je veux un croustillant plus typé en accord avec la cannelle, la cassonade conviendra parfaitement. Quant à la vergeoise, je m'en sers lorsque je souhaite obtenir une typicité encore plus affirmée avec un goût de caramel prononcé.



1994

Catégorie
Professionnels

MOF
Pâtissier 2000



Nicolas Boussin



Manger et bouger font partie des plaisirs de la vie et peuvent vous aider, vous et vos proches, à rester en bonne santé. Par des choix judicieux, cela contribue aussi à vous protéger de certaines maladies. Le programme national nutrition santé propose des recommandations nutritionnelles tout à fait compatibles avec les notions de plaisir et de convivialité. Chaque famille d'aliments a sa place dans votre assiette, et ce quotidiennement. Tous sont indispensables pour assurer un équilibre nutritionnel, mais la consommation de certains doit être limitée tandis que celle d'autres est à privilégier.

Comment faire en pratique ?

- Consommer au moins 5 fruits et légumes par jour, qu'ils soient crus, cuits, nature, préparés frais, surgelés ou en conserve ;
- Manger du pain et des produits céréaliers, des pommes de terre et des légumes secs à chaque repas et selon l'appétit (en privilégiant les aliments céréaliers complets) ;
- Consommer 3 produits laitiers par jour (lait, yaourts, fromage) en privilégiant la variété ;
- Manger de la viande, du poisson (et autres produits de la pêche) ou des œufs 1 à 2 fois par jour en alternance ; penser à consommer du poisson au moins deux fois par semaine ;
- Limiter les matières grasses ajoutées (beurre, huile, crème fraîche, etc.) et les produits gras (produits apéritifs, viennoiseries, charcuterie, etc.) ;
- Limiter le sucre et les produits sucrés (sodas, boissons sucrées, confiseries, chocolat, pâtisseries, crèmes dessert, etc.) ;
- Limiter la consommation de sel et préférer le sel iodé ;
- Boire de l'eau à volonté au cours et en dehors des repas ;
- Ne pas dépasser, par jour 2 verres de boisson alcoolisée pour les femmes et 3 verres pour les hommes (2 verres de vin de 10 cl sont équivalents à 2 demis de bière ou 6 cl d'alcool fort) ;
- Pratiquer quotidiennement une activité physique pour atteindre au moins l'équivalent de 30 minutes de marche rapide par jour (prendre l'escalier plutôt que l'ascenseur, préférer la marche et le vélo à la voiture lorsque c'est possible...)

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ.

A consommer avec modération.

Par respect pour l'environnement, ne pas jeter sur la voie publique.



Retrouvez
un grand choix
de recettes de
dessert sur :
www.lesucre.com

La meilleure source
d'information
sur le sucre et les
produits sucrés



LE SUCRE

