



Quel ustensile pour quelle cuisson ?

En cuisine, chaque matériau a ses spécificités et répond à un besoin précis. Ces fiches ont pour objectif de vous aider à choisir les bons ustensiles en fonction du plat que vous souhaitez réaliser.

## Quelle poêle choisir pour réussir la cuisson du steak ?

### CHOISIR LE BON USTENSILE

Pour obtenir la cuisson idéale du steak, optez pour une poêle en acier inoxydable non revêtue, voire en fonte.

#### Les avantages de la poêle en acier inox non revêtue

- > L'acier inoxydable non revêtu est le matériau idéal pour saisir la viande à vif.
- > Il assure une montée rapide de la chaleur et garantit sa répartition uniforme du centre jusqu'aux bords de la poêle. Ainsi, la viande est cuite de façon homogène.
- > Grâce à l'inox, la poêle conservera plus longtemps la chaleur qu'une poêle en aluminium. Cela permet de finir la cuisson feu éteint et de garder la viande au chaud quelques minutes supplémentaires.

#### Les avantages de la poêle en fonte

- > Plutôt réservée, pour cet usage, aux experts qui sauront maîtriser ce type de cuisson très technique, la poêle en fonte apportera encore plus de goût et rendra la viande encore plus croustillante.

### Ça colle ? C'est bon signe !

*Cela prouve que la réaction chimique qui rend votre viande savoureuse est en train de se faire. Elle provoque la fabrication des sucs de cuisson qui caramélisent la viande et créent cette agréable croûte qui lui donne son croquant et son goût. Au bout de quelques minutes les sucs se détachent tout seuls. Les traces laissées dans l'ustensile se nettoieront très facilement. A contrario cette réaction chimique ne se réalise pas dans une poêle revêtue d'un anti-adhésif.*

## LES RÈGLES de la cuisson parfaite du steak

**1.** Pour réussir la cuisson de votre steak, préférez l'achat d'une viande de qualité que **et la sortir du réfrigérateur 30 minutes avant de la cuire.**

*Astuce : placer la viande sur un sopalin, ou un torchon qui absorbera son trop plein d'eau. La cuisson n'en sera que meilleure.*

**2.** Positionner la poêle vide sur le feu jusqu'à ce qu'elle arrive à bonne température. Pour s'en assurer, verser quelques gouttes d'eau dans le fond de la poêle.

La bonne température est atteinte lorsque les gouttes frétilent et s'évaporent. C'est « le test de la bille ».

**3.** Placer la viande sans ajout de matière grasse, sans augmenter la puissance du feu.

**4.** Une fois cuite, laisser la viande reposer 2 à 3 minutes afin de la laisser se détendre, elle n'en sera que plus délicieuse.

### QUELLE POÊLE ACHETER ?

Découvrez quatre gammes idéales pour réussir la cuisson du steak.



#### Poêles Prime et Twin Choice, Zwilling

Si elles se distinguent par leur design, ces deux modèles de poêles très ergonomiques apporteront une grande satisfaction dans la cuisson des steaks aux amateurs de bonne viande. Le matériau SIGMA Clad cinq couches garantit une répartition totalement uniforme de la chaleur, jusqu'au bord. La totalité du corps de la poêle est composé d'un conducteur thermique. Son temps de chauffe court et ses propriétés de conservation de la chaleur garantissent une cuisson économique et pleine de vitamines, même sans graisse.



#### Poêle Proline, Demeyere : l'ustensile multicouche des chefs.

La poêle à frire Proline est par excellence celle des professionnels et des amateurs experts. Grâce à son matériau sept couches enrichi en argent et en cuivre, elle garantit une cuisson jusqu'au bord, offrant 50 % de surface de cuisson en plus. Les poêles Proline, sont garanties 30 ans pour un usage domestique et 10 ans pour un usage professionnel.



#### Poêle en fonte, Staub

Les experts en cuisson, apprécieront la qualité de cuisson qu'offrent les produits en fonte de Staub, reconnu pour être une grande spécialiste de ce matériau transformé dans son usine de Merville, dans le nord de la France.



En partenariat avec le groupe Zwilling