

# La cuisson des œufs et ovoproduits

- C1-2.11 Mettre en œuvre les cuissons
- C1-3.4 Produire des mets à base de viandes, volailles, gibiers, abats, œufs
- C3-2.1 Évaluer son travail et/ou celui de son équipe
- C3-3.1 Produire une synthèse écrite pour rendre compte de son activité et de ses résultats



## Situation professionnelle

Vous venez d'être recruté dans un restaurant d'entreprise du groupe Michelin et vous allez effectuer votre prochaine PFMP en collectivité.

Votre responsable de production vous demande d'évaluer des préparations d'œufs cuits soit frais, soit en ovoproduits afin d'évaluer leur aspect visuel et gustatif et de comparer leur coût respectif.

## Problématique

En fonction des préparations que vous devez réaliser, vous serez capable de définir quel est le produit le plus adapté à la réalisation de votre production en tenant compte de l'aspect, du goût, mais aussi du coût de chacun.

## Synthèse

### Activités de réflexion

#### 1. De quoi parle-t-on ?

Note ici, toutes les informations que tu as retenues sur :

#### La cuisson des œufs en coquille et hors coquilles.

.....  
.....

#### Les œufs pochés

.....  
.....

## Les œufs durs

.....

.....

## L'omelette

.....

.....

## Atelier de production

1. Visualisation de la vidéo en lien avec l'atelier

### [L'œuf poché](#)

### [Réaliser la cuisson des œufs durs](#)



2. Production de groupe (protocoles)

3. Analyse sensorielle

4. Pour aller plus loin :

### [Cuisson basse température à l'aide d'un thermoplongeur](#)

### [L'œuf parfait, la rencontre de la science et de la cuisine](#)



L'œuf parfait est le résultat d'une **collaboration entre scientifiques et cuisiniers**. Cette technique de cuisson permet de conserver toute l'onctuosité de l'œuf.

C'est à Hervé This que l'on doit l'invention de l'œuf parfait. Il a minutieusement étudié les températures de coagulation du blanc et du jaune.

Le chercheur en est arrivé à la conclusion que les températures idéales de coagulation étaient de **62°C pour le blanc** et de **68°C pour le jaune**. Il a ensuite fait appel au chef étoilé Pierre Gagnaire. Ensemble, ils ont défini une température idéale qui se situe **entre 64° et 65°C**. Le blanc conserve ainsi son aspect translucide tout en étant légèrement ferme tandis que le jaune reste onctueux.



**Hervé This** est physicochimiste, directeur du Centre international de gastronomie moléculaire AgroParisTech-Inra et directeur scientifique de la fondation Science et culture alimentaire (Académie des sciences). Il est l'auteur de la chronique « [Science et gastronomie](#) » dans « Pour la Science » et du blog « [Vive la connaissance](#) ».

## Comment réussir l'œuf parfait

Dans cette histoire, tout est question de **précision et de patience**. Choisir de bons œufs frais, Bio de préférence. Les laisser à température ambiante avant de les utiliser.

1. Dans une casserole, chauffer de l'eau jusqu'à ce que la température atteigne 65°C. Plonger les œufs et cuire 50 minutes.
2. Refroidir dans de l'eau glacée.

 [Comment réussir un œuf parfait](#)



Synthèse de l'atelier

*Sur fiche d'analyse technique*

# Analyse sensorielle de : \_\_\_\_\_

**But :** Décrire, analyser le produit « Témoin » à obtenir lors de la préparation expérimentale.

**Compétences visées** C1-2.11 Mettre en œuvre les cuissons C1-3.4 Produire des mets à base de viandes, volailles, gibiers, abats, œufs  
C3-2.1 Évaluer son travail et/ou celui de son équipe C3-3.1 Produire une synthèse écrite pour rendre compte de son activité et de ses résultats

| Les 5 sens  | Votre avis :   | ŒUF POCHE | ŒUF DUR | OMELETTE |
|---|--|-----------|---------|----------|
| <b>Regarder :</b><br>Comment est le produit fini ?<br>Aspect<br>Couleur<br><b>Ecouter :</b>         |   |           |         |          |
| <b>Sentir :</b>   |   |           |         |          |
| <b>Toucher :</b><br>Température<br>Texture à la cuillère<br>Texture en bouche                       |   |           |         |          |
| <b>Goûter :</b><br>Saveur<br>Caractéristique<br>Parfum spécifique<br>Intensité<br>Défauts de saveur |  |           |         |          |

**CONSTATS :**