

Les Secrets de l'Étincelle



Le journal des Terminales CAP H-C-R
(CAP Commercialisation et services en
Hôtel-Café-Restaurant)



Dans ce nouveau numéro des Secrets de l'Étincelle nous vous proposons de revenir sur cette saison estivale où nous avons connu de fortes chaleurs.

Vous découvrirez dans nos articles des idées de réalisation de boissons rafraichissantes, cocktails et thés du monde, pour l'été 2023.

Cette période de l'année a été également l'occasion pour de nombreuses personnes de célébrer leur mariage.

Cette catégorie d'évènement en restauration est prise en charge par les traiteurs événementiels.

M. Ourliac, enseignant au sein de notre lycée, en Mention Complémentaire « Employé Traiteur », nous en parlera dans l'article qui lui est dédié.

Nous vous souhaitons une excellente lecture !

Edito :

Chères lectrices, chers lecteurs,

Nous sommes les terminales en CAP HCR et nous vous proposons de nous retrouver régulièrement sur notre journal interne pour parler de notre formation, de notre passion et des "Secrets de l'Étincelle".

Le journal est consultable sur l'ENT du lycée en format numérique.

Bonne lecture !

Page 1 : Mr. Ourliac, qui est-il ?

Page 2 : Le Saint-Honoré selon Mr Ourliac.

Page 3 et 4 : La rubrique des barmaid et barmen en herbe !

Page 5 : Les thés du Bangladesh, des saveurs à découvrir.

M. Ourliac, qui est-il ?

Interview Alexis Ourliac



Depuis quand exercez-vous cette profession ?

« J'ai fait mes débuts en cuisine à l'âge de 14 ans en intégrant une formation professionnelle en cuisine. J'ai ensuite poursuivi mes études en Bac Technologique en hôtellerie puis en BTS. J'ai pu exercer la fonction de chef cuisinier et de responsable traiteur durant 5 ans pour des entreprises telles que Gimm traiteur ou encore le restaurant Les Caves La Maréchale.

En quoi consiste le métier de cuisinier traiteur ?

Le métier de traiteur consiste en l'élaboration de prestations pour un ou plusieurs clients en respectant les attentes et les demandes.

Le traiteur doit respecter des budgets imposés par le coût/matière des denrées.

Le traiteur doit également être capable de recruter du personnel fixe ou en extra pour les différentes prestations.

Quelle est la différence entre un cuisinier et un traiteur ?

Le métier de cuisinier implique de travailler dans un restaurant dans lequel il effectue des mises en place pour la carte et/ou les menus du restaurant. Pour le métier de traiteur il s'agit également de réaliser de la mise en place mais il y a également toute la logistique de transport des denrées alimentaires, de maintien en température sur de la liaison chaude ou de remise en température pour de la liaison froide. On peut donc dire que la différence majeure entre le métier de cuisinier et le métier de traiteur est l'organisation et l'adaptabilité nécessaire pour réaliser des prestations sur des lieux toujours différents.

Quelle sont les différents types de traiteur ?

Le métier du traiteur englobe une grande quantité de prestations. Un traiteur qui souhaite faire fonctionner son entreprise doit s'adapter à un grand nombre de prestations différentes et être capable de répondre au mieux aux attentes du client. Le métier de traiteur peut impliquer de réaliser :

- Des cocktails composés de canapés salés et sucrés
- Des Garden party en extérieurs
- Des buffets chaud ou froid avec des animations (flambages, découpes...)
- Des plateaux repas livrés pour les entreprises
- Des apéritifs dînatoires
- Des menus prestigieux de types gastronomiques
- Des brunchs, des petits déjeuners...

Dans quels types de lieux un traiteur peut-il intervenir ?

Dans la logique des choses un traiteur doit être capable d'intervenir partout et dans n'importe quelle situation. Pour réussir cela, le traiteur doit avant tout se renseigner sur le lieu de réception et anticiper le transport ainsi que le matériel présent sur place ainsi que le matériel que le traiteur doit fournir. Donc en résumé un traiteur peut être amené à travailler dans ces cuisines de palaces toutes équipées tout comme dans un lieu isolé sans électricité et sans raccord à l'eau courante. Tout est une question d'adaptation.

Qu'est-ce qui vous plaît le plus dans cette profession ?

Ce que j'aime le plus dans ce métier est que chaque prestation est unique et il n'existe pas de routine. Chaque client est différent et a des attentes différentes auxquelles il faut répondre. Chaque prestation est donc un nouveau défi.

RECETTE DU SAINT-HONORE, par A.Ourliac.



1ère étape : réaliser une pâte feuilletée

2ème étape réaliser une pâte à choux

3ème étape le caramel :

Dans une russe, peser l'eau et le sucre puis mettre en cuisson sur un feu

4ème étape réaliser la crème diplomate :

Réaliser la crème pâtissière, bouillir le lait avec la vanille fendue. Hydrater les feuilles de gélatine dans l'eau froide. Blanchir les jaunes avec le sucre. Ajoutez la maïzena. Mélangez. Versez à nouveau dans la russe. Portez le tout à l'ébullition en remuant au fouet. A la fin de la cuisson, mettre la gélatine dans la crème encore chaude. Refroidir la crème en cellule dans une plaque à débarrasser filmée au contact. Pendant ce temps foisonner la crème 35%. Une fois refroidie, battre la crème pâtissière jusqu'à ce qu'elle ai la même consistance que la crème montée. Mélanger les deux ensembles progressivement avec une Maryse. Utiliser cette crème pour garnir les choux refroidit puis garnir le centre du Saint-Honoré avec le reste.



Denrées	U	Quantité
Pâte feuilletée		
Farine	Kg	0,400
Eau	L	0,200
Sel	Kg	0,008
Beurre de tourage	Kg	0,300
Pâte à choux		
Beurre	Kg	0,100
Œuf	Pce	5
Sel	Kg	PM
Farine	Kg	0,150
Eau	L	0,250
Crème diplomate		
Lait	L	0,250
Gélatine feuille	Pce	2
Jaune d'œuf	Pce	2
Sucre semoule	Kg	0,060
Maïzena	Kg	0,025
Vanille gousse	Pce	1
Crème 35%	L	0,200
Caramel		
Sucre	Kg	0,200
Eau	L	0,030
Crème Chantilly		
Crème 35%	L	0,250
Sucre glace	Kg	0,070



La rubrique culture des barmaid et barmen en herbe !!

Les Cocktails du moment

COCKTAIL AVEC ALCOOL ESPRESSO MARTINI



L'ABUS D'ALCOOL EST
DANGEREUX POUR LA SANTÉ.
À CONSOMMER
AVEC MODÉRATION.



Ingrédients pour ce cocktail :

4cl de vodka
1,5cl de liqueur de café
1,5cl de sirop de sucre simple
1 espresso
3 grains de café

Les étapes pour bien réaliser et réussir ce cocktail

1. Réaliser le cocktail Espresso Martini
2. Faites d'abord tourner quelques glaçons dans un verre à cocktails pour le rafraîchir.
3. Verser ensuite 4 cl de vodka, 1,5 de liqueur de café, 1,5 cl de sirop de sucre et 1 espresso dans le shaker.
4. Ajouter une dizaine de glaçons et shaker 5secondes pendant 15 secondes.
5. Retirer les glaçons du verre à cocktail.
6. Double-filtrer la mixture dans le verre à l'aide d'une passoire à cocktail.
7. Décorer éventuellement votre verre de trois graines de café.
8. Votre cocktail Espresso Martini est prêt

Bleu Mountain de la Jamaïque, un arabica d'exception.

Cultivé sur les plus hauts plateaux de la Jamaïque, le café Blue Mountain est un arabica très rare, d'un extrême raffinement. Il tient son nom des montagnes bleues de la Jamaïque. De nos jours l'appellation Blue Mountain de Jamaïque est particulièrement encadrée. Seuls les crus cultivés au-dessus de 910 mètres d'altitude, au cœur des paroisses de Saint-Andreas, Saint-Thomas et Portland de Saint-Mary, peuvent bénéficier de cette appellation.

De plus, pour éviter une déforestation intensive, il n'est plus cultivé au-delà des 1700 mètres, altitude marquant le début des zones protégées du massif montagneux.

Il est aimé à la fois pour la rareté de ses grains mais également pour ses saveurs incroyables et ses arômes uniques et alléchants.

Son odeur tend vers celle du chocolat noir.

Ce café d'exception était autrefois transporté dans des fûts ayant servi à l'affinage du Rhum, donnant ainsi une saveur toute particulière au grain d'arabica. Aujourd'hui, la tradition du fût demeure, même s'ils n'accueillent plus d'alcool au préalable.

Son goût est riche, robuste et fort. La première gorgée titille les papilles et même une fois avalé le goût est si fort qu'il persiste encore quelques secondes.

Comme le café a une torréfaction moyenne, son goût est plus fort que celui d'une torréfaction légère mais n'est pas aussi acide que celui d'une torréfaction foncée.

Alors laissez-vous tenter par cette expérience gustative!!



Cocktail sans Alcool

Virgin mojito cubain

Ingrédients :

- 1 cuillère à table de jus de lime
- 1 cuillère à table de sirop de miel
- ¼ tasse de jus de betterave
- 4 feuilles de menthe fraîche
- 1 tasse d'eau minéral gazéifiée

Recette :

1. Mélanger la menthe avec le jus de lime et le sirop de miel dans un verre Collins.
2. Ajouter de la glace, le jus de betterave et l'eau gazéifiée.
3. Garnir de menthe fraîche.

Préparation du sirop de miel :

1. Combiner le miel et l'eau dans un pot Mason.
2. Agiter jusqu'à ce que le tout soit bien mélangé.
3. Conserver au réfrigérateur et utiliser pour différentes recettes.

Bonne dégustation !!





LE THE AU BANGLADESH

Le thé est l'une des boissons les plus célèbres du Bangladesh.

De la gorgée du matin au soir, sans thé, pas une seule journée n'est complète dans une famille bengali typique.

Le thé, ou appelé également au Bangladesh Chai ou Cha, est la première chose avec laquelle les gens commencent leur journée dans la plupart des pays d'Asie du Sud.

Le cha est la première chose servie à la maison lorsqu'un invité arrive à la maison, ou il est servi lorsque vous vous asseyez dans un coin de votre chambre et regardez la télévision ou bavardez avec quelqu'un. Il existe de nombreux types de thés et différentes manières de le préparer : Thé au lait, Thé au Masala, Thé au Tandoori, Thé au gingembre, Thé aux sept couleurs, Thé au citron...



Nous allons essayer de vous expliquer comment réaliser un des thés les plus couramment consommés au Bangladesh : Le Thé au masala.

LE THE AU MASALA

- Faire bouillir le lait dans une casserole
- Après 1 ou 2 min ajouter le clou de girofle, la cannelle, la cardamome, le laurier dans le lait, puis ajouter les feuilles de thé.
- Faire bouillir le tout pendant 5 à 7 min jusqu'à ce que le lait soit plus épais.
- Eteignez le feu et utilisez une passoire pour retirer le thé du pot dans une tasse.
- Ajoutez du sucre ou un édulcorant et servez.

Le thé Massala est le plus courant dans les habitudes de consommation des habitants du Bangladesh. lorsqu'il pleut ou qu'il fait froid. En raison de ses saveurs et de son arôme, ce thé me fait du bien et il aide à garder la chaleur à l'intérieur du corps.



Tous les élèves de TCAP HCR, membres de l'équipe de rédaction du journal « Les Secrets de l'Étincelle », vous souhaitent une excellente année 2023 !!

A bientôt pour de nouvelles lectures gourmandes !!

