



CADEAU OFFERT · CARNET D'ATELIER N° 01 (SÉRIE 6 · ŒUFS)

Le Carnet de l'Œuf Parfait & des Sauces Émulsionnées

Barème des températures au degré près (63°C–68°C), secrets de l'omelette baveuse, du poché de brasserie, des soufflés et répertoire complet des 24 volumes de la Série I (2 400 recettes)

I. Le Barème des Températures & Temps de Cuisson de l'Œuf

PRÉPARATION / TECHNIQUE	TEMPÉRATURE / RATIO	TEMPS DE RÉFÉRENCE	SECRÉ DE TOUR DE MAIN
Œuf parfait (basse température)	64 °C exacts	45 à 60 min	Blanc nacré tremblotant, jaune crémeux comme une crème anglaise
Œuf à la coque	Eau frémissante (95 °C)	3 min 00 s	Plonger à température ambiante ; mouillettes au beurre demi-sel
Œuf mollet de bistrot	Eau frémissante (95 °C)	5 min 30 s à 6 min	Refroidir immédiatement dans l'eau glacée pour stopper la cuisson
Œuf poché infaillible	Eau frémissante + trait de vinaigre	2 min 45 s à 3 min	Œuf extra-frais (< 7 jours), pas de sel dans l'eau (coagule le blanc)
Omelette française roulée	Poêle vive + beurre moussant	1 min 30 s à 2 min	Fourchette à plat, baveuse au cœur, roulée aux deux tiers
Œufs brouillés de grand-mère	Feu très doux ou bain-marie	6 à 8 min	20 g de beurre froid / œuf, stopper hors du feu avec une cuillère de crème
Appareil à soufflé classique	Four statique 190 °C	22 à 25 min	Beurrer au pinceau verticalement de bas en haut, ne jamais ouvrir le four

Les Tours de Main de la Maison Beaulieu

- **La règle d'or du sel :** Ne salez jamais des œufs battus à l'avance — le sel dissout les protéines de l'albumine et liquéfie l'appareil. Salez juste avant de verser dans la poêle.
- **Le secret de la Hollandaise & Béarnaise :** Comptez 1 cuillère à soupe d'eau ou de réduction par jaune d'œuf. Ne dépassez jamais 62 °C au fouet.
- **L'âge de l'œuf :** Un œuf de moins de 8 jours pour pocher ou frire sur le plat ; un œuf de 10 à 15 jours pour écaler des œufs durs sans accrocher ni monter des blancs en neige à grand volume.

II. Répertoire Complet des 24 Volumes de la Série « Œufs » (2400 Recettes)

Chaque volume réunit **100 recettes complètes** autour d'un geste ou d'un sujet précis, disponibles en Ebook (9,90 €), en Broché (24,90 €), en Relié (34,90 €) et en Recueils thématiques dans 7 langues (FR, EN, DE, ES, IT, JA, ZH) :

VOLUME 1 • ŒUFS EXPRESS

100 omelettes rapides

de Bretagne à Provence en 5 minutes

VOLUME 2 • ŒUFS EXPRESS

100 œufs brouillés comme un chef

secrets de grand-mère en 3 minutes

VOLUME 3 • ŒUFS EXPRESS

100 œufs pochés parfaits

technique infailible pour épater sans effort

VOLUME 4 • ŒUFS EXPRESS

100 œufs durs revisités

finies les salades tristes !

VOLUME 5 • ŒUFS EXPRESS

100 œufs au plat gourmands

l'art français du 'simple qui en jette'

VOLUME 6 • ŒUFS EXPRESS

100 œufs à la coque créatifs

l'enfance retrouvée, version adulte

VOLUME 7 · ŒUFS EXPRESS

100 œufs en cocotte

le chic français sans se prendre la tête

VOLUME 8 · ŒUFS EXPRESS

100 œufs au four

quand le four fait tout le travail

VOLUME 10 · ŒUFS EXPRESS

100 blancs en neige

meringues, soufflés et mousses sans prise de tête

VOLUME 11 · ŒUFS COMPOSÉS

100 quiches express

la France en 20 minutes chrono

VOLUME 12 · ŒUFS COMPOSÉS

100 soufflés qui ne retombent jamais

le secret enfin révélé

VOLUME 13 · ŒUFS COMPOSÉS

100 crêpes et galettes familiales

la Bretagne dans votre cuisine

VOLUME 14 · ŒUFS COMPOSÉS

100 gâteaux aux œufs ultra-moelleux

pâtisserie française simplifiée

VOLUME 15 · ŒUFS COMPOSÉS

100 sauces à l'œuf

mayonnaise, hollandaise et leurs cousines

VOLUME 16 · ŒUFS COMPOSÉS

100 salades aux œufs qui changent tout

exit la salade ennuyeuse

VOLUME 17 · ŒUFS COMPOSÉS

100 tartines et toasts à l'œuf

le snacking français revisité

VOLUME 18 · ŒUFS COMPOSÉS

100 gratins aux œufs

le réconfort français dans un plat

VOLUME 19 · ŒUFS COMPOSÉS

100 feuilletés aux œufs

quand la pâtisserie rencontre le salé

VOLUME 20 · ŒUFS COMPOSÉS

100 œufs farcis et roulés

l'apéritif français qui impressionne

VOLUME 21 · ŒUFS SPÉCIAUX

100 œufs de Pâques gourmands

tradition et créativité

VOLUME 22 · ŒUFS SPÉCIAUX

100 cocktails aux œufs

l'art du barman français

VOLUME 23 · ŒUFS SPÉCIAUX

100 œufs nobles

caille, canard et spécialités d'exception

VOLUME 24 · ŒUFS SPÉCIAUX

100 brunchs à l'œuf

l'art de vivre français du week-end

VOLUME 25 · ŒUFS SPÉCIAUX

100 œufs santé et minceur

protéines, saveur, équilibre

III. Fiche d'Atelier Personnel (Notes & Essais à Imprimer)

Temps & Température constatés :	Variante / Accord choisi :
-----	-----
<div></div>	

Rece

Note

de

tour

de

main