



CADEAU OFFERT · CARNET D'ATELIER N° 04 (SÉRIE 6 · POULET & VOLAILLES)

Le Carnet des Volailles Rôties, Découpes & Jus de Rôtissoire

Températures à cœur, cuisson sur le coffre, pochage nacré, fricassées à l'ancienne et répertoire complet des 35 volumes de la Série IV (3 500 recettes)

I. Barème des Températures à Cœur & Temps des Volailles

PRÉPARATION / TECHNIQUE	TEMPÉRATURE / RATIO	TEMPS DE RÉFÉRENCE	SECRET DE TOUR DE MAIN
Suprême / Blanc de volaille	63 °C à 65 °C à cœur	12 à 15 min (poêle + beurre arrosé)	Démarrer côté peau dans une poêle froide pour fondre le gras croustillant
Cuisse & Haut de cuisse	74 °C à 76 °C à cœur	35 à 45 min (four ou cocotte)	Le collagène des cuisses demande 10 °C de plus que les blancs pour fondre
Poulet fermier rôti entier (1,6 kg)	Départ four froid 200 °C	1 h 15 + 15 min repos sous feuille	Cuire 20 min sur chaque cuisse puis 35 min sur le dos en arrosant du jus
Volaille pochée (Poule au pot)	Bouillon frémissant à 85 °C (jamais bouillant)	1 h 45 à 2 h 15	Écumer soigneusement les 15 premières minutes pour un bouillon cristallin
Poulet en crapaudine	Four 210 °C ou braise	38 à 42 min	Retirer le bréchet aux ciseaux à volaille et aplatir pour une cuisson uniforme

Les Tours de Main de la Maison Beaulieu

- **Le repos obligatoire :** Une volaille rôtie doit reposer 15 minutes sur une grille, posée sur le cou (pointe en bas), pour que les sucs redescendent irriguer les suprêmes.

- **Le vrai jus de rôtissoire** : Dégraissez le plat aux trois quarts, pincez les sucres à feu vif, déglacez à l'eau chaude ou au bouillon (jamais de farine) et montez d'une noix de beurre frais.

II. Répertoire Complet des 35 Volumes de la Série « Poulet » (3500 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 81 • CUISSONS EXPRESS

100 poulets rôtis parfaits

le dimanche français en 45 minutes

VOLUME 82 • CUISSONS EXPRESS

100 poulets grillés

le barbecue français qui change tout

VOLUME 83 • CUISSONS EXPRESS

100 poulets sautés express

la poêle magique du quotidien

VOLUME 84 • CUISSONS EXPRESS

100 poulets braisés tendres

la cocotte qui fait des miracles

VOLUME 85 • CUISSONS EXPRESS

100 poulets pochés délicats

la finesse française retrouvée

VOLUME 86 • CUISSONS EXPRESS

100 poulets confits

l'art français de la conservation gourmande

VOLUME 87 • CUISSONS EXPRESS

100 poulets frits croustillants

le Kentucky à la française

VOLUME 88 · CUISSONS EXPRESS

100 poulets au four faciles

enfournez et oubliez

VOLUME 89 · CUISSONS EXPRESS

100 poulets à la plancha

l'Espagne adoptée par nos terroirs

VOLUME 90 · CUISSONS EXPRESS

100 poulets mijotés

les plats qui réchauffent l'âme française

VOLUME 91 · CUISSONS EXPRESS

100 poulets fumés maison

sans fumoir, avec goût

VOLUME 92 · CUISSONS EXPRESS

100 poulets en papillote

la cuisson qui préserve tout

VOLUME 93 · DÉCOUPES MAÎTRISÉES

100 cuisses de poulet

le morceau qui a le plus de goût

VOLUME 94 · DÉCOUPES MAÎTRISÉES

100 ailes de poulet

Buffalo français et créations hexagonales

VOLUME 95 · DÉCOUPES MAÎTRISÉES

100 blancs de poulet

exit la semelle, place au moelleux

VOLUME 96 · DÉCOUPES MAÎTRISÉES

100 pilons savoureux

le petit morceau qui voit grand

VOLUME 97 · DÉCOUPES MAÎTRISÉES

100 suprêmes raffinés

la haute couture du poulet

VOLUME 98 · DÉCOUPES MAÎTRISÉES

100 escalopes express

la rapidité française au service du goût

VOLUME 99 · DÉCOUPES MAÎTRISÉES

100 émincés de poulet

la découpe qui change tout

VOLUME 100 · DÉCOUPES MAÎTRISÉES

100 brochettes de poulet

l'art français de l'enfilage

VOLUME 101 · DÉCOUPES MAÎTRISÉES

100 bouchées de poulet

l'apéritif français qui impressionne

VOLUME 102 · DÉCOUPES MAÎTRISÉES

100 hachés de poulet

au-delà du steak, l'imagination

VOLUME 103 · POULETS DU MONDE À LA FRANÇAISE

100 coqs au vin

l'emblème français décliné en cent façons

VOLUME 104 · POULETS DU MONDE À LA FRANÇAISE

100 currys de poulet français

l'Inde épicée rencontre nos goûts

VOLUME 105 · POULETS DU MONDE À LA FRANÇAISE

100 poulets asiatiques

l'Orient parfumé dans votre wok

VOLUME 106 · POULETS DU MONDE À LA FRANÇAISE

100 poulets mexicains

olé ! le Mexique épicé à la française

VOLUME 107 · POULETS DU MONDE À LA FRANÇAISE

100 poulets méditerranéens

l'art de vivre du Sud

VOLUME 108 · POULETS DU MONDE À LA FRANÇAISE

100 poulets africains

les saveurs chaudes du continent

VOLUME 109 · POULETS DU MONDE À LA FRANÇAISE

100 poulets américains

le Nouveau Monde dans votre cuisine

VOLUME 110 · POULETS DU MONDE À LA FRANÇAISE

100 poulets du Moyen-Orient

mille et une saveurs parfumées

VOLUME 111 · POULETS CRÉATIFS

100 salades de poulet

fraîcheur et créativité française

VOLUME 112 · POULETS CRÉATIFS

100 soupes de poulet

le réconfort liquide français

VOLUME 113 · POULETS CRÉATIFS

100 sandwiches au poulet

l'art français du casse-croûte

VOLUME 114 · POULETS CRÉATIFS

100 gratins de poulet

le réconfort français au four

VOLUME 115 · POULETS CRÉATIFS

100 poulets minceur

perdre du poids sans perdre le goût

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

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

Rece

Note

de

tour

de

main