



CADEAU OFFERT · CARNET D'ATELIER N° 08 (SÉRIE 6 · VIANDES & MIJOTÉS)

Le Carnet des Viandes Rouges, Braisages de 7 Heures & Grandes Sauces

Réaction de Maillard, barème bleu / saignant / à point, temps de repos, déglaçages au vin et répertoire des 23 volumes de la Série VIII (2 300 recettes)

I. Barème Thermométrique des Viandes & Règles du Braisage

PRÉPARATION / TECHNIQUE	TEMPÉRATURE / RATIO	TEMPS DE RÉFÉRENCE	SECRET DE TOUR DE MAIN
Bœuf Bleu	48 °C à 50 °C à cœur	Repos = 1/2 du temps de cuisson	Croûte saisie à feu très vif, intérieur tiède et pourpre
Bœuf Saignant (Côte, Entrecôte, Filet)	53 °C à 55 °C à cœur	Sortir du frigo 1 h avant cuisson	Juteux, rouge vermeil, fibres tendres
Bœuf À point	58 °C à 60 °C à cœur	Arroser au beurre, ail en chemise et thym	Cœur rosé uniforme
Carré ou Gigot d'Agneau rosé	57 °C à 59 °C à cœur	Repos 15 min sous feuille	Idéal pour préserver la finesse du grain
Gigot de 7 heures / Joue de bœuf / Bourguignon	Four 120 °C ou cocotte fonte très douce	3 h 30 à 7 h selon pièce	Le collagène se transforme en gélatine fondante à partir de 72 °C maintenus

Les Tours de Main de la Maison Beaulieu

- **Ne piquez jamais une viande en cours de cuisson** : Utilisez une pince ou une spatule ; la fourchette perce les fibres et fait fuir le jus dans la poêle.
- **Le singeage et le déglçage** : Pour un bourguignon ou une daube, torréfiez légèrement la farine sur la viande revenue (singer) 2 minutes au four avant de mouiller au vin.

II. Répertoire Complet des 23 Volumes de la Série « Viandes Rouges » (2300 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 176 · BŒUF DE FRANCE

100 steaks parfaits

l'art français de la viande rouge qui saigne

VOLUME 177 · BŒUF DE FRANCE

100 bœufs bourguignons express

la Bourgogne mijotée qui réconforte

VOLUME 178 · BŒUF DE FRANCE

100 entrecôtes de bistrot

l'art parisien de la viande qui grésille

VOLUME 179 · BŒUF DE FRANCE

100 hachés nobles

quand la viande hachée devient gastronomique

VOLUME 180 · BŒUF DE FRANCE

100 tartares français

la viande crue qui civilise les palais

VOLUME 181 · BŒUF DE FRANCE

100 daubes et civets

la France qui mijote depuis des siècles

VOLUME 182 · BŒUF DE FRANCE

100 pot-au-feu revisités

le plat national réinventé

VOLUME 183 · BŒUF DE FRANCE

100 rôtis dominicaux

l'art français du dimanche en famille

VOLUME 184 · BŒUF DE FRANCE

100 viandes froides d'exception

charcuterie et conserves maison

VOLUME 185 · AGNEAU DE FRANCE

100 gigots de Pâques

l'agneau pascal qui célèbre le printemps

VOLUME 186 · AGNEAU DE FRANCE

100 côtelettes d'agneau

l'élégance carnée à la française

VOLUME 187 · AGNEAU DE FRANCE

100 navarin et ragoûts

l'agneau mijoté qui embaume

VOLUME 188 · AGNEAU DE FRANCE

100 brochettes d'agneau

l'Orient qui épouse nos terroirs

VOLUME 189 · AGNEAU DE FRANCE

100 agneau confit

l'art français de la cuisson douce

VOLUME 190 · AGNEAU DE FRANCE

100 curry d'agneau français

l'Inde épicée apprivoisée

VOLUME 191 · AGNEAU DE FRANCE

100 hachés d'agneau créatifs

au-delà des merguez

VOLUME 192 · PORC DE FRANCE

100 rôtis de porc moelleux

l'art français du porc qui fond

VOLUME 193 · PORC DE FRANCE

100 travers et côtes

l'Amérique barbecue francisée

VOLUME 194 · PORC DE FRANCE

100 côtelettes gourmandes

le porc quotidien qui se distingue

VOLUME 195 · PORC DE FRANCE

100 cochonnailles françaises

l'art de tout utiliser

VOLUME 196 · PORC DE FRANCE

100 jambons et salaisons

l'art français de l'affinage

VOLUME 197 · PORC DE FRANCE

100 confits et rillettes

l'art français de la conservation gourmande

VOLUME 198 · PORC DE FRANCE

100 pâtés et terrines maison

l'art français du mélange parfait

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

Temps & Température constatés :

Variante / Accord choisi :

Rece

Note

de

tour

de

main
