



CADEAU OFFERT · DOUBLE GUIDE PRATIQUE (AIR FRYER & TEXTURES FONDANTES)

Le Guide des Cuissons Douces, Textures Veloutées & Barème Air Fryer

Table complète des temps et températures pour la Cuisine Française à l’Air Fryer (35 volumes) et les 10 Règles d’Or de la Cuisine des Sans-Dents (26 volumes : mousselines, royales, soufflés et braisages fondants)

I. Barème de Précision : La Grande Cuisine Française à l’Air Fryer

RÉFÉRENCE / SUJET	PARAMÈTRE CLÉ	USAGE / ACCÈS	OBSERVATION DE LA MAISON
Poulet rôti fermier (1,3 kg) ou Cuisse	180 °C (poitrine en bas 25 min, puis retourner 20 min)	45 min total	Peau ultra-croustillante et chair juteuse en deux tiers du temps d’un four classique
Magret de canard (quadrillé)	190 °C (9 min côté peau + 4 min côté chair)	13 min + 5 min repos	Vider la graisse fondue à mi-cuisson pour rissoler des pommes sarladaises
Pavé de saumon ou cabillaud en croûte d’herbes	180 °C	8 à 10 min	Cœur nacré garanti sans dessèchement
Gratins individuels & Œufs cocotte	170 °C	9 à 11 min	Utiliser des ramequins en porcelaine ou terre cuite
Gougères bourguignonnes & Feuilletés	185 °C	12 à 14 min	Flux d’air pulsé idéal pour le développement de la pâte à choux
Tarte fine aux pommes / Moelleux au chocolat	175 °C	10 à 14 min	Caramélisation rapide du beurre demi-sel

Repères & Secrets de la Maison

- **L'esprit de « La Cuisine des Sans-Dents » (26 volumes) :** La gastronomie française possède le plus extraordinaire répertoire mondial de textures douces, fondantes et veloutées (quenelles de brochet sauce Nantua, royales de volaille, mousselines, soufflés, bisques, joues confites de 7 heures, parmentiers soyeux). Retrouvez tout le plaisir d'une grande table sans aucune difficulté de mastication.