

[Ces dernières années, la « cuisson de nuit » (basse température avec des équipements conventionnels) rencontre un véritable engouement auprès des professionnels de la restauration. Discussions sur les limites et les atouts de la technique avec François Hauton, P-dg du Créa.]



> François Hauton,
P-dg du Créa.

L'envol des cuissons de nuit

Qu'est-ce qui différencie la « cuisson de nuit » de « la cuisson à juste température » ?

La cuisson de nuit (en four conventionnel) et la cuisson à juste température (produit conditionné sous vide) sont deux techniques qu'il ne faut pas opposer ; leurs objectifs sont différents tout comme leurs résultats.

Par exemple, dans le cas de la cuisson à juste température, le transfert de chaleur est dit « parfait ». Le traitement thermique achevé, le produit reste protégé dans son enveloppe. Il en résulte une durée de vie relativement longue (jusqu'à 21 jours, voire davantage).

À l'inverse, en cuisson de nuit, le traitement thermique ne s'effectue pas de manière optimale et dès l'ouverture de la porte de l'enceinte, le produit, non emballé, n'est plus protégé. Les durées de vie ne dépassent pas celles des cuissons classiques (3 jours environ).

Les premières applications de la « cuisson de nuit » ont vu le jour il y a une quinzaine d'années. Depuis 2-3 ans, cette technique connaît un regain d'intérêt. Quelles sont les raisons ?

Elles sont d'ordre conjoncturel : la pénurie du personnel, la mise en place des 39 h, la rationalisation des équipements (du fait de la réduction des investissements) et surtout la performance des équipements aujourd'hui disponibles sur le marché (fours, marmites, sauteuses). Ceux-ci disposent d'une régulation précise (respect de la température moyenne de consigne), avec des amplitudes de régulation faibles (2 à 3 °C au



> Pour des raisons conjoncturelles (pénurie de personnel, 39 h, réduction des investissements...), la « cuisson de nuit » connaît un regain d'intérêt.

plus) et une fiabilité importante (peu de pannes).

Les barèmes temps/température de la « cuisson de nuit » sont-ils comparables à ceux de la « cuisson à juste température » ?

Non, il faut les adapter. En cuisson juste température, la question à se poser est : « Quel est le couple temps/température idéal ? », tandis qu'en cuisson de nuit, elle devient : « Quelle température de consigne fixer pour que le produit soit prêt dans l'amplitude horaire dont je dispose ? ». Pour un paëlon par exemple, le barème pour une cuisson juste température est de 66 °C pendant 72 h. Pour la cuisson de nuit, si je dispose d'une amplitude horaire de 14 h (le dernier cuisinier quitte à 16 h, le premier arrive à 6 h), la consigne s'établit

à 85 °C. Dans ce cas, le cuisinier du matin, dès son arrivée, sortira le produit de l'enceinte et le mettra dans une cellule de refroidissement rapide. Il s'ensuit un gain au niveau du temps et de l'investissement en matériel : le four a travaillé seul pendant la nuit, les cellules de refroidissement sont occupées en temps masqué et ces équipements restent disponibles pour les autres préparations de la journée.

Que deviennent les qualités organoleptiques, les rendements matière et de la sécurité sanitaire des produits ?

Les températures demeurant relativement basses, les rendements matière et les qualités organoleptiques obtenus se rapprochent de la cuisson à juste température.

L'aspect sanitaire, pour sa part, ne pose aucun souci ; les phases finales de cuisson ne se font jamais à des températures propices aux développements bactériens, que ce soit pour la préparation de viande rouge, de viande blanche, de sauté, de braisé, de bouillie, etc. De plus, le personnel procède au moins une fois dans la journée à un cycle de nettoyage de l'équipement.

Pour mémoire, l'enregistrement de toute la phase de cuisson (de nuit ou juste température) reste impérative (des enregistreurs extérieurs peuvent être connectés aux matériels d'ancienne génération).

Depuis 2 ans, le Créa organise des stages de cuisson de nuit. Parlez-nous de leur contenu et du profil des stagiaires que vous accueillez.

Nous organisons effectivement 3 stages de 3 jours par an aux cuissons de nuit. 50 % du temps environ est réservé aux connaissances théoriques, l'autre moitié aux applications. Nous abordons l'organisation des cuissons de nuit, la mise en œuvre des différents produits, la gestion des équipements et les questions de sécurité sanitaire. Quant aux profils des stagiaires, les premiers étaient issus de la restauration hospitalière et scolaire. À ceux-là se sont ajoutés les sociétés de restauration collective et plus récemment les professionnels de la restauration commerciale. L'engouement est bien réel. La demande sur ces techniques, que l'on mettait en place sur 4 à 5 établissements par an, représente aujourd'hui 60 % de notre activité de formation.

PROPOS RECUEILLIS PAR
EVELYNE COHEN MAUREL