

Un soufflé raplapla ? Bien que le goût reste le même, le plat perd de son attrait. Pour que cela n'arrive plus, découvrons ensemble les secrets « chimiques » d'un soufflé réussi.

De la chimie dans le soufflé ?

Rassure-toi, il n'est pas question de manipuler des éprouvettes et des produits chimiques pour cuisiner. Le gonflement des soufflés repose simplement sur la vaporisation de l'eau. Dans le four, l'eau présente dans certains ingrédients s'évapore sous l'effet de la chaleur. Le gaz obtenu fait alors gonfler la préparation d'une façon importante : le volume peut doubler pendant la cuisson.

Les oeufs à la neige

Mais cela ne suffit pas : il faut aussi que le soufflé puisse retenir la vapeur d'eau. Le fromage ou le sirop de sucre qu'on ajoute au-dessus permet de diminuer ces pertes. Et puis on peut encore augmenter la vaporisation : c'est ici qu'interviennent les fameux blancs en neige. Tu as sans doute déjà vu battre des blancs d'oeufs, peut-être l'as-tu toi-même expérimenté. Lorsqu'on les fouette, ils deviennent fermes, mais ils contiennent surtout de plus en plus de petites bulles d'air. Ainsi plus les blancs sont battus, plus la surface d'échange entre l'eau et l'air chaud augmente : l'eau se vaporise davantage. Premier secret du soufflé réussi : avoir des blancs en neige bien fermes !

Attention à la chute !

Merveilleux ! Tu surveilles la cuisson du soufflé à travers la vitre du four et tout va bien : il est bien gonflé. Pour humer la bonne senteur qui s'en dégage, tu ouvres le four. Et là, catastrophe ! Ton soufflé se ratatine complètement ! Et oui, tu viens de découvrir le deuxième secret du soufflé : ne jamais ouvrir le four avant la fin de la cuisson. Dans le cas contraire, la température du four diminue et la vapeur d'eau retourne à l'état liquide. Mais si tu sais te montrer patient(e) et attendre que l'oeuf soit cuit et se soit solidifié, alors tu seras récompensé : le soufflé gardera sa forme bombée ...

Questions :

1. Quels sont les deux changements d'état évoqués dans ce texte ?
2. Quel changement d'état privilégie-t-on ? Lequel faut-il éviter ?

Un soufflé raplapla ? Bien que le goût reste le même, le plat perd de son attrait. Pour que cela n'arrive plus, découvrons ensemble les secrets « chimiques » d'un soufflé réussi.

De la chimie dans le soufflé ?

Rassure-toi, il n'est pas question de manipuler des éprouvettes et des produits chimiques pour cuisiner. Le gonflement des soufflés repose simplement sur la vaporisation de l'eau. Dans le four, l'eau présente dans certains ingrédients s'évapore sous l'effet de la chaleur. Le gaz obtenu fait alors gonfler la préparation d'une façon importante : le volume peut doubler pendant la cuisson.

Les oeufs à la neige

Mais cela ne suffit pas : il faut aussi que le soufflé puisse retenir la vapeur d'eau. Le fromage ou le sirop de sucre qu'on ajoute au-dessus permet de diminuer ces pertes. Et puis on peut encore augmenter la vaporisation : c'est ici qu'interviennent les fameux blancs en neige. Tu as sans doute déjà vu battre des blancs d'oeufs, peut-être l'as-tu toi-même expérimenté. Lorsqu'on les fouette, ils deviennent fermes, mais ils contiennent surtout de plus en plus de petites bulles d'air. Ainsi plus les blancs sont battus, plus la surface d'échange entre l'eau et l'air chaud augmente : l'eau se vaporise davantage. Premier secret du soufflé réussi : avoir des blancs en neige bien fermes !

Attention à la chute !

Merveilleux ! Tu surveilles la cuisson du soufflé à travers la vitre du four et tout va bien : il est bien gonflé. Pour humer la bonne senteur qui s'en dégage, tu ouvres le four. Et là, catastrophe ! Ton soufflé se ratatine complètement ! Et oui, tu viens de découvrir le deuxième secret du soufflé : ne jamais ouvrir le four avant la fin de la cuisson. Dans le cas contraire, la température du four diminue et la vapeur d'eau retourne à l'état liquide. Mais si tu sais te montrer patient(e) et attendre que l'oeuf soit cuit et se soit solidifié, alors tu seras récompensé : le soufflé gardera sa forme bombée ...

Questions :

1. Quels sont les deux changements d'état évoqués dans ce texte ?
2. Quel changement d'état privilégie-t-on ? Lequel faut-il éviter ?