



## « Dis-moi »

### Script de l'épisode 8: Ketchup, mayonnaise et frites

Hello tout le monde, j'espère que vous allez bien, merci d'être avec nous pour un autre épisode de Dis-moi, le mini-podcast de l'Alimentarium, musée de l'alimentation à Vevey. Aujourd'hui, on va parler de 'haute' gastronomie avec la mayonnaise, le ketchup et les frites ! C'est l'une de nos guides, Célia, qui répond à Sophie, qui a 3 ans et qui nous a envoyé sa question par message vocal. On l'écoute :

*« Je m'appelle Sophie, j'ai trois ans et j'aimerais savoir comment on fait la mayonnaise, le ketchup et les frites ? »*

C'est vrai ça ! Comment fait-on ? C'est une excellente question ! À toi, Célia !

Bonjour Sophie ! Alors on va procéder dans l'ordre. Tout d'abord... la mayonnaise :

Pour faire de la mayonnaise, tu as besoin de plusieurs ingrédients comme de l'huile, du vinaigre, du sel, et un jaune d'œuf. Le jaune d'œuf a un rôle très important dans la création de la mayonnaise. En effet, l'huile et le vinaigre sont deux substances qui ne peuvent pas se mélanger. L'huile ne se mélange pas avec de l'eau et lorsqu'elle entre en contact avec le vinaigre, qui contient de l'eau, elle finit par s'en séparer. Par conséquent, il est impossible de mélanger ces deux liquides qui ne sont pas attirés l'un par l'autre. Tu peux faire le test chez toi en versant dans un bol un peu d'eau et un peu d'huile, tu verras qu'ils ne se lient pas.

Mais alors comment faire une mayonnaise si ces deux liquides ne se mélangent pas ? C'est là qu'intervient le jaune d'œuf ! Ce dernier contient des molécules de lécithine, qui est un émulsifiant, un terme bien compliqué pour dire que ce sont des petites molécules avec une partie qui aime l'eau et une partie qui aime l'huile... Pour faire plus simple, imagine le jaune d'œuf comme un agent de liaison ! Il va se mettre entre l'huile et le vinaigre, s'y accrocher et va ainsi les empêcher de se séparer. Pour arriver à cela il faut battre ces ingrédients avec un fouet ou un mixeur. Plus on bat le mélange, plus les gouttelettes d'huile sont divisées puis stabilisées par le jaune d'œuf et ainsi la mayonnaise va pouvoir prendre forme.

Revenons à ta deuxième question, Sophie, le ketchup....

Comme on le connaît aujourd'hui, le ketchup est une sauce à base de tomates qui nous vient des États-Unis. Mais le mot « ketchup » vient d'Asie,

# « Dis-moi »

## Script de l'épisode 8: Ketchup, mayonnaise et frites



du nom de Kêtsiap (en chinois), c'était une sauce à base de... poisson fermenté ! Au 18e siècle, les marchands anglais et hollandais qui allaient en Asie pour faire commerce ont été séduits par cette sauce au poisson et ont cherché à les reproduire en Europe. Cependant, ils ont dû utiliser des ingrédients plus locaux et le résultat s'est éloigné du condiment asiatique. En Angleterre, la première recette avait pour nom « British Ketchup » et était déjà éloignée de la recette asiatique. La sauce contenait des anchois, des échalotes, du vinaigre de vin blanc, du vin blanc et un mélange d'épices. Influencés par les Anglais, les Américains vont à leur tour développer un ketchup, mais cette fois-ci en utilisant la tomate. Le ketchup devient très utilisé en tant que condiment dans tout le pays et sera par la suite importé en Europe.

Pour faire du ketchup en bouteille, il faut des tomates, bien sûr. Ces dernières sont émincées et précuites. Une machine sépare alors les grains, la peau et la pulpe des tomates car seul la pulpe va être utilisée. Cette dernière sera ensuite mélangée avec plusieurs autres ingrédients, comme le sucre, le sel, le vinaigre et des épices, puis est cuite dans une cuve entre 30 à 45 minutes. Après cette cuisson, le mélange passe dans une machine pour unifier sa texture et enfin, c'est la mise en bouteille.

Si tu veux faire un ketchup maison, il te faut les ingrédients suivants :

- 4 tomates
- Un quartier d'oignon
- 1 gousse d'ail
- 4 cuillères à soupe de vinaigre rouge
- 1 cuillère à soupe de miel
- 2 pincées de sel
- 1 pincée de poivre
- 1 clou de girofle écrasé
- 1 pointe de couteau de pâte de piment



## « Dis-moi »

### *Script de l'épisode 8: Ketchup, mayonnaise et frites*

Et maintenant que tu as tous les ingrédients, on va écouter ensemble notre chef Philippe Ligron qui va t'expliquer comment les utiliser pour en faire du ketchup :

Salut ! alors il paraît que tu vas faire la recette du ketchup, enfin un vrai ketchup naturel avec des bons produits frais et surtout beaucoup moins de sucre. Alors si tu es prêt, je sais que tu as ta liste d'ingrédients, tu as les quantités, et alors c'est parti !

Tu vas d'abord dans un premier temps émoucher les tomates, c'est-à-dire que tu vas retirer, tu sais, la petite partie verte où il y avait la queue de la tomate, avec un couteau. Tu fais attention à ne pas te couper ! Et puis après, tu vas les couper en deux dans le sens de la largeur. Tu vas retirer les pépins et l'excédent de liquide, c'est-à-dire tu vas les presser, comme ça tu fais attention de ne pas en mettre partout et tu verras que ça éclabousse assez facilement. Donc, protège-toi !

Une fois que tu as fait ça, avec ces tomates, tu vas les couper en petits morceaux, c'est-à-dire toute la partie liquide, ça tu peux jeter, mais tu vas surtout les couper en petits morceaux, et tu gardes ça de côté. Après tu vas prendre les oignons, que tu vas peler, couper en petits morceaux, ainsi que l'ail. Et puis, tu vas mettre à chauffer dans une petite casserole, un peu d'huile. Tu rajoutes dedans les oignons et l'ail et tu vas laisser cuire jusqu'à ce qu'ils commencent à peine à colorer. On dit en cuisine qu'on les fait suer !

Une fois que tu as fait ça, tu vas ajouter le miel, et là tu fais attention, parce que le miel, après, il va commencer à réduire, et puis ça va commencer à faire plein de petites bulles partout ! Tu vas voir ! Cela ne sert à rien de crever ces petites bulles, tu les laisses faire. Et puis dès que ça commence à colorer, tu rajoutes le vinaigre et surtout tu te retires un peu le nez d'au-dessus la casserole, parce que tu verras que le vinaigre qui rend en ébullition, ça débouche les narines ! Et tu vas laisser réduire ça, à feu doux, presque à sec.

Quand il n'y a plus de liquide dedans, dans ta préparation, tu rajoutes tes tomates, et tu vas laisser cuire environ 40 à 50 minutes. Ensuite tu vas passer tout ça au cutter, c'est-à-dire au hachoir, pour obtenir une sorte de purée de tomates. Tu vas laisser compoter encore un petit peu dans la casserole, et ensuite tu vas rajouter les épices, et tu vas rectifier l'assaisonnement. Et puis après, tu n'as plus qu'à le déguster froid, et puis surtout, n'hésite pas à rajouter une petite épice ou une petite herbe que tu aimerais

# « Dis-moi »

## Script de l'épisode 8: Ketchup, mayonnaise et frites



ajouter pour lui donner encore plus de goût, et surtout le personnaliser.

Et quand tu as terminé tout ça, tu peux même encore si tu veux, le mettre dans un bocal, et le stériliser, à la vapeur, jusqu'à obtenir une température de 100° C. C'est-à-dire qu'il faut qu'il y ait une grosse ébullition, ou dans ton four à vapeur, il faut qu'il y ait beaucoup de vapeur. Voilà !

Je te souhaite une bonne recette, et surtout, le plus important, je te souhaite un bon appétit !

**Combien penses-tu qu'il y ait de tomates dans une bouteille de ketchup ? Pour 300 ml, il faut compter environ 10 tomates !**

**Sophie, ne t'inquiète pas, je n'ai pas oublié que tu voulais aussi savoir comment faire les frites.**

Pour faire des frites succulentes, il suffit d'éplucher la pomme de terre, de la découper en bâtonnets et de les faire frire deux fois dans de l'huile. Pour les faire frire, tu peux utiliser une friteuse, une machine spécialement conçue pour cela ou une marmite avec beaucoup d'huile.

Les frites sont donc des bâtonnets de pommes de terre ! Facile !

La partie la plus difficile, c'est de savoir quand les frites ont été inventées et par qui... Cela demeure encore un mystère à ce jour...

En Europe, beaucoup de pays veulent s'approprier le mérite d'avoir eu cette idée de génie ! Mais il semblerait que ce soit en France, plus précisément à Paris, qu'on les trouve pour la première fois... Au départ, elles étaient vendues par les marchands ambulants en rondelles ou en beignets. Les forains propagent alors cette manière de faire au nord de la France puis en Belgique et c'est ici que sa version définitive, sous forme de bâtonnets, plongés deux fois dans un bain d'huile, apparaît.

Peut-être certains d'entre vous avez déjà entendu parler des fameuses baraques à frites de Belgique ? Une véritable institution dans ce pays ! Par conséquent... Avez-vous une idée de qui sont les plus grands consommateurs de frites ? Et oui... obligatoirement les Belges ! Mais ce mets a su conquérir le monde entier et accompagne nombre de nos repas. Savez-vous que près de onze millions de tonnes de frites sont consommées par an dans le monde ? C'est un très grand nombre ! Soit 350 kilos par seconde ... cela en fait des frites !



## « Dis-moi »

*Script de l'épisode 8: Ketchup, mayonnaise et frites*

Effectivement, cela en fait bien des frites, et je pense aussi que cela fait beaucoup de patates à peler ! Donc, voilà, vous connaissez maintenant l'histoire de la mayonnaise, du ketchup et des frites !

Merci Sophie de ta question ! Merci Célia et Philippe pour les explications et la recette.

Si toi, tout comme Sophie, tu as des questions sur l'alimentation, n'hésite pas à nous les envoyer par email à [community@alimentaryum.org](mailto:community@alimentaryum.org) ou via les réseaux sociaux – on se réjouit de t'entendre et de te répondre !

La prochaine fois, on parlera de qu'est-ce que c'est que ces pépins à l'intérieur des fruits !

En attendant, l'histoire continue sur [www.alimentaryum.org](http://www.alimentaryum.org) Merci de nous avoir écoutés, portez-vous bien et à bientôt !



Retrouvez les autres épisodes et les visuels interactifs sur notre site internet:

[www.alimentaryum.org](http://www.alimentaryum.org)