

## Préparer les aliments pour les rendre consommables

### TECHNIQUES DE PREPARATION

Il est souvent nécessaire de transformer les aliments que nous mangeons pour les rendre consommables. A quelques exceptions près, les aliments doivent être nettoyés, coupés, épluchés... La liste est longue.

**Mots-clés > Nettoyer, couper, éplucher, épépiner, hacher, presser, sécher, fondre...**

Ces techniques permettent de séparer et de préparer les aliments. Il en existe plusieurs. Il y a par exemple les techniques mécaniques. Il s'agit tout simplement de couper, presser, moulinner ou encore tamiser.

**Techniques mécaniques : couper, éplucher, brasser, presser, centrifuger, moulinner, tamiser...**

Il y a aussi les techniques thermiques, comme sécher, fondre ou cristalliser.

**Techniques thermiques : sécher, fondre, cristalliser, concentrer...**

Il y a les techniques biochimiques qui visent à déstabiliser la structure moléculaire ou cellulaire d'un aliment. C'est le cas du caillage du lait, que nous aborderons plus tard.

**Techniques biochimiques : déstabiliser la structure moléculaire ou cellulaire**

Pour illustrer ces techniques, prenons l'exemple de deux céréales.

### GRAINS DE RIZ

Les grains de riz doivent être débarrassés de leurs enveloppes dures.

Les techniques mécaniques de l'époque consistaient à battre chaque gerbe de riz sur une planche. Les grains étaient ensuite versés dans un **mortier** pour le **dépiquage**. Ils se détachaient de l'enveloppe sous les coups du **pilon** et en frappant avec le côté plat du pilon, on éliminait les couches extérieures pour que les grains blanchissent.



De nos jours, il s'agit toujours de techniques mécaniques, mais le riz est décortiqué dans des **rizeries industrielles**. Des **rouleaux en caoutchouc** libèrent le grain de son enveloppe, mais sans le briser. Le riz est ensuite blanchi par abrasion des couches externes, et dépoussiérés.

## GRAINS DE BLE

Qu'en est-il des grains de blé ? Comment sont-ils broyés en farine ?

A l'époque, ils étaient broyés avec des meules de pierre.



De nos jours, ils sont broyés dans des moulins industriels, entre deux cylindres cannelés en acier.

Ils sont ensuite tamisés, pour séparer la farine des morceaux foncés et plus grossiers. Il s'agit donc toujours de techniques mécaniques qui alternent **mouture** et **tamisage**.

## REGLES DE PREPARATION

Dans certains cas, les techniques de préparation peuvent être soumises à des règles propres aux cultures. Il y a par exemple la technique de découpe du poisson cru au Japon.



Photo : Cet ensemble de couteaux de cuisine japonais présente le 'Deba bōchō' au premier plan servant à la découpe de poisson ou de viande, le 'Nakiri bōchō' à lame carrée utilisé pour les légumes et le 'Yanagi-ba-bōchō' utilisé pour la confection de sashimis.

Ou encore la méthode d'abatage des produits halal ou des produits casher qui requiert que l'animal doit rapidement être égorgé et vidé de son sang.

## Préparer les aliments pour les rendre consommables

---

L'épépinage des aliments est une technique...

- biochimique
- mécanique
- thermique

---

Laquelle de ces techniques est une technique biochimique de préparation des aliments ?

- Séchage
- Caillage du lait
- Brassage

---

Couper, éplucher, presser, centrifuger sont des techniques de préparation...

- biochimiques
- thermiques
- mécaniques

---

Quelle méthode de préparation biochimique est utilisée pour la fabrication du chocolat et du café ?

- Fermentation
- Germination
- Aucune des deux

---

Le riz peut être débarrassé de ses enveloppes dures par battage. Il s'agit d'une technique de préparation...

- biochimique
- mécanique
- thermique

---

La germination de l'orge est une technique de préparation...

- thermique
- biochimique
- mécanique

---

La transformation du grain de blé en farine est réalisée grâce à des méthodes...

- thermiques
- biochimiques
- mécaniques

---

Les grains de blé sont toujours broyés comme autrefois en utilisant des meules de pierre.

- Vrai
- Faux

---

La découpe du poisson cru est une technique de préparation répandue...

- Au Japon
- En Inde
- Au Mexique

---

Les produits halal ou casher requièrent que l'animal soit égorgé et vidé de son sang.

- Faux
- Vrai

## Réponses

L'épépinage des aliments est une technique...

- biochimique**  
*Faux ! Essaie encore !*
- mécanique**  
*Bravo ! L'épépinage est une technique de préparation mécanique des aliments.*
- thermique**  
*Faux ! Le chauffage n'est pas utilisé pour l'épépinage.*

Laquelle de ces techniques est une technique biochimique de préparation des aliments ?

- Séchage**  
*Faux ! Il s'agit d'une technique thermique.*
- Caillage du lait**  
*Bravo ! Le caillage du lait s'effectue grâce à la présure.*
- Brassage**  
*Faux ! Il s'agit d'une technique mécanique.*

Couper, épilucher, presser, centrifuger sont des techniques de préparation...

- biochimiques**  
*Faux ! Aucune de ces techniques ne fait appel à une enzyme ou à des micro-organismes.*
- thermiques**  
*Faux ! Aucune de ces techniques ne fait appel à une source de chaleur.*
- mécaniques**  
*Bravo ! C'est exact.*

Quelle méthode de préparation biochimique est utilisée pour la fabrication du chocolat et du café ?

- Fermentation**  
*Bravo ! La fermentation est une étape essentielle dans la préparation du café et du chocolat. Elle permet le développement des arômes.*
- Germination**  
*Faux ! La germination est une étape de préparation du malt qui servira à fabriquer la bière.*
- Aucune des deux**  
*Faux ! Essaie encore !*

Le riz peut être débarrassé de ses enveloppes dures par battage. Il s'agit d'une technique de préparation...

- biochimique**  
*Faux ! Les enzymes ou les micro-organismes ne sont pas utilisés.*
- mécanique**  
*Bravo ! C'est exact.*
- thermique**  
*Faux ! Aucune source de chaleur n'est utilisée.*

La germination de l'orge est une technique de préparation...

- thermique**  
*Faux ! Essaie encore !*
- biochimique**  
*Bravo ! Bravo ! La germination implique des réactions enzymatiques, c'est un processus biochimique.*
- mécanique**  
*Faux ! Il existe d'autres étapes de préparation mécanique, mais celle-ci n'en est pas une.*

La transformation du grain de blé en farine est réalisée grâce à des méthodes...

- thermiques**  
*Faux ! Aucune source de chaleur n'est utilisée.*
- biochimiques**  
*Faux ! Les enzymes ou les micro-organismes ne sont pas utilisés.*
- mécaniques**  
*Bravo ! Le grain de blé est tout d'abord moulu, puis la farine obtenue est tamisée.*

Les grains de blé sont toujours broyés comme autrefois en utilisant des meules de pierre.

- Vrai**  
*Faux ! Même si on fait toujours appel à des techniques mécaniques de préparation, les équipements ont évolué.*
- Faux**  
*Bravo ! La plupart du temps, les grains de blé sont maintenant broyés dans des moulins industriels utilisant des cylindres cannelés en acier.*

La découpe du poisson cru est une technique de préparation répandue...

- Au Japon**  
*Bravo ! Le sashimi est un plat incontournable de la cuisine traditionnelle japonaise.*
- En Inde**  
*Faux ! Pense au sashimi !*
- Au Mexique**  
*Faux ! Essaie encore !*

Les produits halal ou casher requièrent que l'animal soit égorgé et vidé de son sang.

- Faux**  
*Faux ! Essaie encore !*
- Vrai**  
*Bravo ! Il s'agit de pratiques d'abattage rituel qui regroupent un ensemble de conditions pour que la viande soit considérée comme halal ou casher.*

---

## Produits transformés

---

*[8-10 ans et 11-13 ans et 14-16 ans]*

Retrouver les paires.

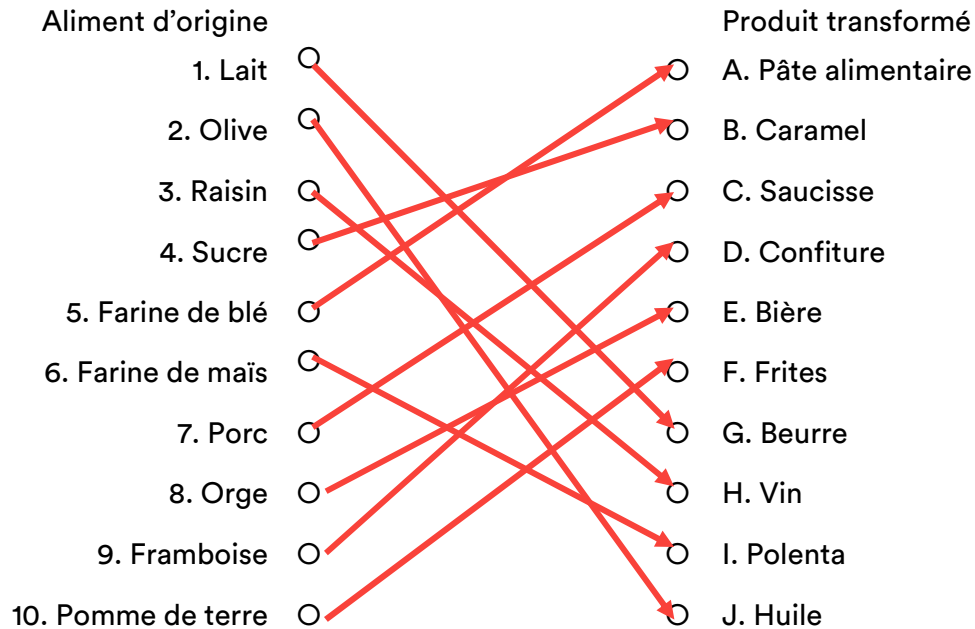
Aliment d'origine		Produit transformé
1. Lait	<input type="radio"/>	A. Pâte alimentaire
2. Olive	<input type="radio"/>	B. Caramel
3. Raisin	<input type="radio"/>	C. Saucisse
4. Sucre	<input type="radio"/>	D. Confiture
5. Farine de blé	<input type="radio"/>	E. Bière
6. Farine de maïs	<input type="radio"/>	F. Frites
7. Porc	<input type="radio"/>	G. Beurre
8. Orge	<input type="radio"/>	H. Vin
9. Framboise	<input type="radio"/>	I. Polenta
10. Pomme de terre	<input type="radio"/>	J. Huile

## Réponses

### Produits transformés

[8-10 ans et 11-13 ans et 14-16 ans]

Retrouver les paires.



Réponse :

Lait – beurre

Olive – huile

Raisin – vin

Sucre – caramel

Farine de blé – pâte alimentaire

Farine de maïs – polenta

Porc – saucisse

Orge – bière

Framboise – confiture

Pomme de terre – frites