

TRANSCRIPTION

COMPRÉHENSION ORALE | Stade 1 | Niveau 3

Domaine	Vie personnelle
Situation	Participation à une activité culturelle ou sportive
Intention	Comprendre une recette

SUPPORT	Vidéo : • <i>La cuisine avec Stéphane Lécuyer</i>
----------------	--

Avez-vous essayé de faire la sauce aux canneberges ? Je vous dirais, doublez, triplez la recette. Parce que, qu'est ce que vous allez faire avec le restant. Vous allez faire des Muffins avec. Vous allez voir là, c'est une belle recette des muffins santé et c'est avec ça qu'on va passer les restes de sauce à la canneberge. Alors on commence. Là ce qui est important de faire là, c'est d'avoir deux parties. On met nos ingrédients secs et les ingrédients humides. On sépare le tout. J'ai cassé un œuf, donc je vais mettre l'huile, je vais ajouter le yogourt, alors tout ça, ça fait partie des, de la quantité humide. Là-dedans je vais ajouter ma partie de sauce à la canneberge qui est déjà mesurée là. On parle de une tasse et 1/3 de sauce à [la] canneberge. Toujours dans la partie humide. Là-dedans, je vais zester à peu près, ouaf une cuillerée à thé de, de zeste d'orange, ou une demie là, cuillerée à thé. Vous avez mis un peu de zeste d'orange, maintenant on va mélanger la partie humide. Comme ça. Juste pour toute [tout] bien incorporer nos ingrédients.

Donc, dans notre partie d'ingrédient sec, où j'ai, j'ai mis du son, du son de blé, j'ai mis ma farine de blé entier, j'ai mis le sucre, la poudre à pâte, le bicarbonate de soude. Et là je incorpore ça là grossièrement avec un fouet. Toute ma partie d'ingrédients secs est ici et le humide dans l'autre cul de poule. La gaffe à ne pas faire, que j'ai fait souvent en faisant le muffin, c'est de prendre les ingrédients humides et de le mettre dans le sec. Vous allez me dire ben voyons donc, ben c'est pas si grave que ça. C'est épou, c'est épouvantable, faites pas ça, c'est épouvantable. Ça pas de bon sens. Il faut faire le sec dans le humide parce que sinon ça colle dans le fond. Alors on y va tout simplement. Délicatement. Par-dessus, par-dessus les ingrédients humides. Là à cette étape ci hein je vais ajouter mes amandes comme ça. J'en ai mis une poignée que j'ai fait torréfier. Et là, vous allez voir, c'est, l'idée c'est de pas trop malaxer ça. Pour pas, perdre tout le côté moelleux. C'est là qu'on réussit le muffin ou quant à nous on le manque.

Parce que nous là, quand on fait des muffins maintenant, on les fait jamais mais jamais au, euh, au robot ou au mélangeur. On fait seulement que les humidifier à la main, délicatement comme ça. Et c'est tout. Il faut pas embêter plus que ça le muffin.

On va commencer par portionner nos, nos moules qui sont déjà beurrés là. Moi j'ai beurré les moules. J'y va encore un petit peu comme ça. Pis là je continue. Il faut répartir uniformément l'appareil à muffin dans nos moules. Puisque la cuisson ne sera pas uniforme hein ? Vous allez avoir des muffins qui vont être trop cuits ou pas assez cuits si c'est pas rempli de façon uniforme et adéquate. Puis c'est beau uniforme, on est prêt à enfourner. On a préchauffé le four à 350F et on va surveiller la cuisson pendant 20, mum 20 minutes.

Tu vois là, quand ça reprend sa place hein, tu vois on lui donne un petit coup de doigt là, puis ça revient là. Pof là. Là là, là là, c'est prêt. Là on peut démouler.

Alors vous, quand vous sortez vos muffins du four évidemment, vous les démoulez sur une grille pour éviter qu'il aille une condensation et que vos muffins soient tout humide. Mais je voulais vous montrer au niveau de la texture comment c'est intéressant de voir, la, la texture. C'est ça un muffin qui est pas trop euh, malaxé là. Tu sais, quand j'insistais sur le fait de pas trop les, les brasser, c'est que ça fait une texture qui est toute moelleuse comme ça. C'est pas des beaux, gros muffins comme on voit dans le commerce. Mais, ils sont tout petits et tout moelleux. Évidemment, moi j'aime mieux ça. C'est des muffins à canneberges c'est excellent, excellent pour ta prostate et la mienne, alors messieurs santé.

La la , santé.