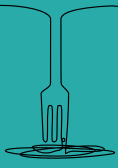




Avec la collaboration de :





TÂCHE 38 | Cuire un steak à la perfection

Situation

- En emploi

Intentions de communication

- **Compréhension orale (niveau 6)**
 - ✓ Comprendre les étapes de cuisson du steak
- **Production orale (niveaux 4 à 6)**
 - ✓ Expliquer les étapes de cuisson du steak
 - ✓ Expliquer le vocabulaire associé à la cuisson du steak


Niveaux visés

- Niveaux 4 à 6

Durée proposée

- 3 heures

Support

-  Vidéo : [Comment faire cuire un steak](https://www.youtube.com/watch?v=FdmzLpncuQ8)
Cinq Fourchettes (8 mars 2018). Comment faire cuire un steak [Vidéo en ligne].
Repéré à <https://www.youtube.com/watch?v=FdmzLpncuQ8>

Éléments langagiers

- Le vocabulaire relié à la tâche
- Les pronoms relatifs simples



L'AMUSE-BOUCHE



ANTICIPATION

1. Décrivez ce que vous voyez sur chacune des images.



2. Expliquez les modes de cuisson de la viande que vous connaissez.

3. La viande fait-elle partie de votre alimentation?

4. Quelle viande en particulier mangez-vous?

5. De quelle façon se cuisine la viande dans votre pays d'origine?


6. Utilisez-vous des instruments ou des accessoires spéciaux pour la cuisson de la viande?



L'ENTRÉE



COMPRÉHENSION GLOBALE

 Regardez la vidéo, puis répondez aux questions.

1. Quel est le titre de la vidéo?

2. Quel est le sujet de cette vidéo?

Les différents types de cuisson de steak expliqués par *Cinq Fourchettes*.

La technique pour cuire un steak à la perfection dans un poêlon.

Le secret de cuisson de steak, c'est le gras et les herbes aromatiques.

La technique pour cuire les entrecôtes à la perfection au grill.

3. À qui s'adresse cette vidéo?

Au public en général

Aux employés de la restauration

Aux critiques culinaires

À l'animatrice de l'émission



4. Qui accompagne le chef Martin Patenaude?

L'animatrice de l'émission *Cinq Fourchettes*

Mathieu, un membre de l'équipe technique

Une spectatrice dans la salle

Le technicien de l'émission

5. Combien de types de cuisson sont présentés dans la vidéo?

Un seul type de cuisson : dans un poêlon

Deux types de cuisson : au four et dans un poêlon

Deux types de cuisson : sur le gril et à la poêle

Trois types de cuisson : sur le barbecue, au four et dans un poêlon

6. Quelle autre recette le chef présente-t-il?

Une recette de marinade

Une recette de sauce

Une recette d'épices à steak

Une recette d'accompagnement





LE PLAT PRINCIPAL



ÉLÉMENTS LANGAGIERS

VOCABULAIRE

1. Associez le mot à la bonne définition.

- la caramélisation
- le faux-filet
- le jus
- le persillage
- les sucs



La partie du bœuf qui provient de la longe, située sur le dos, s'appelle .



fait référence au gras présent dans une pièce de viande.



L'action de faire griller la viande pour lui donner la couleur du caramel se nomme .

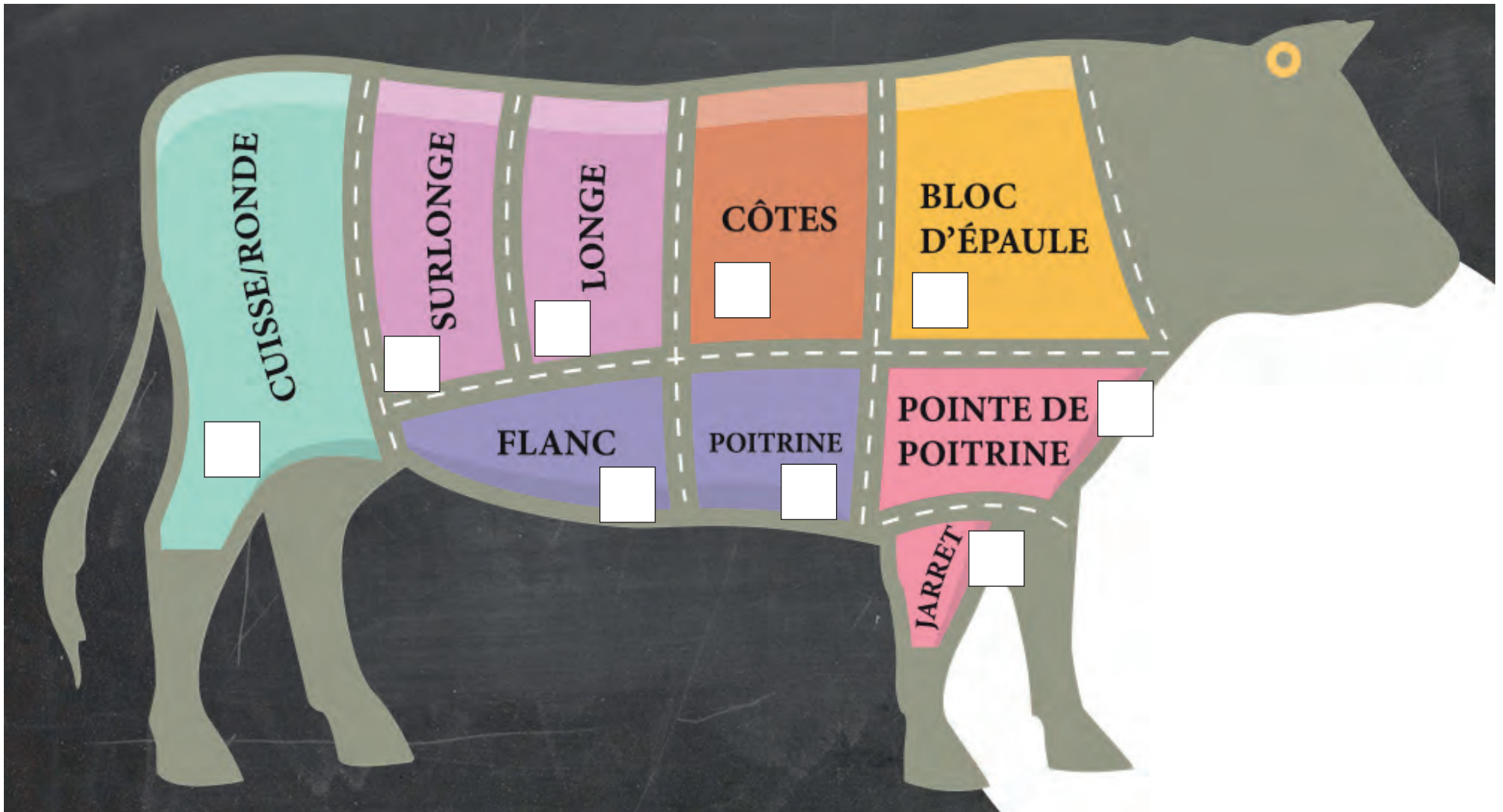


La substance liquide obtenue pendant la cuisson de la viande s'appelle .



Le jus et les résidus de la viande qui restent collés au poêlon après la cuisson se nomment .

2. Observez la silhouette du bœuf pour identifier les différentes parties. Identifiez la partie d'où provient le faux-filet.



<https://fr.canadabeef.ca/coupes-par-couleur/#tb-id-5>

3. Associez chaque photo au nom et à la dé inition de l'ingrédient suggéré.

| | | | |
|---|--|---|---|
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  | | |
| | | | |

Les noms

| | | | |
|-------------------|------------------------|-------------------------|---------------------|
| Des aromates | Une demi-glace | Une échalote française | Un fond de gibier |
| Un fond de veau | Une gelée de bleuets | Une gelée de groseilles | Une gelée de pommes |
| Des gousses d'ail | Une noisette de beurre | | |

Les définitions

| | | | |
|--|--|---|---|
| Un bouillon réalisé à partir d'os de gibier (canard, lapin, etc.). | Un bouillon réalisé à partir d'os de veau. | Un bulbe qui ressemble à un petit oignon, de couleur mauve. | Chacun des éléments qui composent une tête ou un bulbe d'ail. |
| Les ingrédients qui ajoutent de la saveur et des arômes. | Un jus de bleuets cuit avec du sucre qui s'est épaissi en refroidissant. | Un jus de groseilles cuit avec du sucre qui s'est épaissi en refroidissant. | Un jus de petites pommes cuit avec du sucre qui s'est épaissi en refroidissant. |
| Une petite quantité de beurre. | Une sauce réduite réalisée à partir d'un fond. | | |

4. Associez les adjectifs à leur définition.

- | | | | |
|-------------|------------|-----------|----------|
| ■ Contracté | ■ Crucial | ■ Épais | ■ Infusé |
| ■ Juteux | ■ Mousseux | ■ Optimal | ■ Rosé |

| | Adjectifs | Définitions |
|----|-----------|---|
| a. | | Quelque chose qui est très important. |
| b. | | Qui possède une couleur rose. |
| c. | | Le meilleur possible. |
| d. | | Tendu, crispé. |
| e. | | Qui contient beaucoup de jus ou de liquide. |
| f. | | Qui a une certaine grosseur. |
| g. | | Qui produit des bulles à l'intérieur ou à la surface. |
| h. | | Liquide parfumé par une substance. |

5. Associez les adjectifs de l'exercice précédent à un nom correspondant. Faites l'accord de l'adjectif, si nécessaire.

- a. Un morceau
- b. Une pêche
- c. Un thé
- d. Une teinte
- e. Un muscle
- f. Une solution
- g. Une étape
- h. Un vin

6. Trouvez le verbe qui convient pour chacune des étapes de la cuisson de la viande, de la sortie du réfrigérateur jusqu'à la dégustation.

- assaisonner
- déglacer
- détendre
- monter
- préchauffer
- racler
- saisir
- tempérer

- a. Rendre à la température de la pièce, c'est .
- b. Amener à la température désirée signifie .
- c. Cuire peu longtemps un aliment à feu très vif, c'est le _____ pour le colorer.
- d. Ajouter des épices, des aromates à un mets afin d'en relever le gout signifie .
- e. Verser un liquide sur les sucs caramélisés laissés au fond d'un poêlon est synonyme de .
- f. Gratter le fond du poêlon pour décoller les sucs veut dire _____ le fond.
- g. Faire épaissir la sauce, c'est aussi la _____.
- h. Laisser reposer la viande : _____.

7. Associez chaque expression utilisée dans la vidéo à sa signification.

- Drette de même
- Un *hit*
- *Sharp*
- *Tripper*
- Un paquet de

| | Significations | Expressions |
|----|------------------------------------|-------------|
| a. | Être passionné par quelque chose | |
| b. | Un succès, un bon coup | |
| c. | Beaucoup, en grande quantité | |
| d. | De qualité, très bien | |
| e. | Directement, comme ça, sans détour | |

« Drette » est la prononciation à la québécoise pour « droite ».

Hit et *sharp* sont des anglicismes, tandis que *tripper*, dérivé de l'anglais, est familier.

GRAMMAIRE

Les pronoms relatifs simples

Le pronom relatif est un mot qui relie deux phrases pour éviter la répétition d'un nom.

Ex. :

- La serveuse prend ma commande. La serveuse est sympathique. = La serveuse qui prend ma commande est sympathique. / La serveuse qui est sympathique prend ma commande.
- Je vais manger au restaurant. Tu me recommandes ce restaurant. = Je vais manger au restaurant que tu me recommandes.

| QUI | QUE |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">■ Remplace le sujet du <u>deuxième</u> verbe.■ Est placé entre le mot qu'il remplace et le <u>deuxième</u> verbe. | <ul style="list-style-type: none">■ Remplace le complément direct (CD) du <u>deuxième</u> verbe.■ Est placé entre le mot qu'il remplace et le sujet du <u>deuxième</u> verbe. |
| QUI et QUE sont toujours placés après le nom qu'ils remplacent. | |
| Je connais la serveuse qui <u>est</u> sympathique. (sujet = la serveuse) J'aime ce restaurant qui <u>offre</u> un bon service. (sujet = ce restaurant) | Je travaille dans un restaurant que tu <u>connais</u> bien. (CD = restaurant) Je commande le plat du jour que vous <u>recommandez</u> . (CD = plat du jour) |

1. Complétez les phrases avec le pronom relatif « qui » ou « que ».

- a. J'adore ce restaurant _____ sert de la nourriture mexicaine.
- b. Le chef _____ je rencontre en entrevue possède beaucoup d'expérience.
- c. Paolo est un excellent cuisinier _____ sait préparer du ceviche.
- d. Le restaurant _____ tu m'as recommandé est complet ce soir.
- e. Tu ne veux pas servir cette cliente _____ est très difficile.
- f. Je vous recommande ce vin _____ vient d'Italie.
- g. C'est une recette de ma mère _____ je prépare pour ma famille.
- h. Le plat de poulet _____ le serveur propose semble délicieux.
- i. C'est une soirée _____ je n'oublierai pas!



2. Complétez les phrases avec le pronom relatif « qui » ou « que ».

| | | | |
|---|---|--|--|
| Le brocoli est un légume qui... | Le brocoli est un légume que... | Le chef est une personne qui... | Le chef est une personne que... |
| La cuisine québécoise a des plats qui... | La cuisine québécoise a des plats que... | Mon restaurant préféré est celui qui... | Mon restaurant préféré est celui que... |
| Le vin est une boisson qui... | Le vin est une boisson que... | Le poulet est une viande qui... | Le poulet est une viande que... |
| La cuisine est un art qui... | La cuisine est un art que... | La serveuse est une professionnelle qui... | La serveuse est une professionnelle que... |
| Le robot culinaire est un appareil qui... | Le robot culinaire est un appareil que... | J'aime les recettes qui... | J'aime les recettes que... |
| Le menu est une liste qui... | Le menu est une liste que... | Le tofu est une protéine qui... | Le tofu est une protéine que... |
| Je préfère les desserts qui... | Je préfère les desserts que... | J'aime les clients qui... | J'aime les clients que... |

PHONÉTIQUE

1. Écoutez les phrases et trouvez la signification des mots soulignés.



a. Ouais, hein? Ouais. Mais je vais quand même te montrer mes meilleures techniques.



b. Si vous voulez qu'elle ait beaucoup, beaucoup de gout pis de saveur, ça prend un morceau qui soit persillé.



c. J'sais qu'on est ben bons pour ça de vouloir tourner sur tous les côtés, aller le brasser comme ça.



d. Là Nancy, a me regarde, pis a dit « tu vas-tu vraiment mettre ça? »



e. Fague si ça nous a pris au total 3 minutes du premier côté 2 minutes de l'autre donc 5 minutes, on va parler d'à peu près un 2 minutes et demie à 3 minutes de temps de repos.



f. Pis tsé, ça là, on a mis encore une fois, sel, poivre un peu d'aromates mais rien d'autre.

2. Reprenez les phrases de l'exercice 1 et répétez-les en français standard. Enregistrez-vous.





LES FROMAGES



COMPRÉHENSION DÉTAILLÉE

 Regardez la vidéo de nouveau, puis répondez aux questions.

1. Pourquoi le chef recommande-t-il d'acheter une pièce de viande avec un os?

- Une pièce de viande avec un os est plus épaisse.
- Une pièce de viande avec un os est plus facile à cuire.
- Une pièce de viande avec un os est plus savoureuse.
- Une pièce de viande avec un os est plus juteuse.

2. Qu'est-ce qui rend un steak savoureux?

- Le type de cuisson
- Le gras du steak
- L'assaisonnement
- La cuisson au poêlon

3. Que veut dire le chef par « les gens essaient de fuir ça » en parlant du gras?

- Les gens évitent d'acheter ou de manger de la viande grasse.
- Les gens pensent que la viande grasse coute plus cher.
- Les gens trouvent la viande grasse de moins bonne qualité.
- Les gens pensent que la viande grasse est moins savoureuse.



4. Pourquoi est-il important de laisser tempérer la pièce de viande?

Cela diminue le temps de cuisson de la viande.

Cela permet au gras de fondre plus vite.

Cela favorise la cuisson de la viande.

Cela facilite le persillage de la viande.

5. Quels sont les ingrédients de base dans la cuisson des viandes?

6. Quel est l'avantage d'un poêlon à fond épais?

7. Vrai ou Faux. Justifiez votre réponse.

a. On doit mettre du beurre dans le poêlon.

Vrai

Faux

b. Il faut remuer le steak et le retourner plusieurs fois pendant la cuisson.

Vrai

Faux

8. Associez les degrés de cuisson à leur image.

| | | | | | |
|--|------------------|--|-----------|--|----------|
| | à point / médium | | bien cuit | | saignant |
|--|------------------|--|-----------|--|----------|

1



2



3



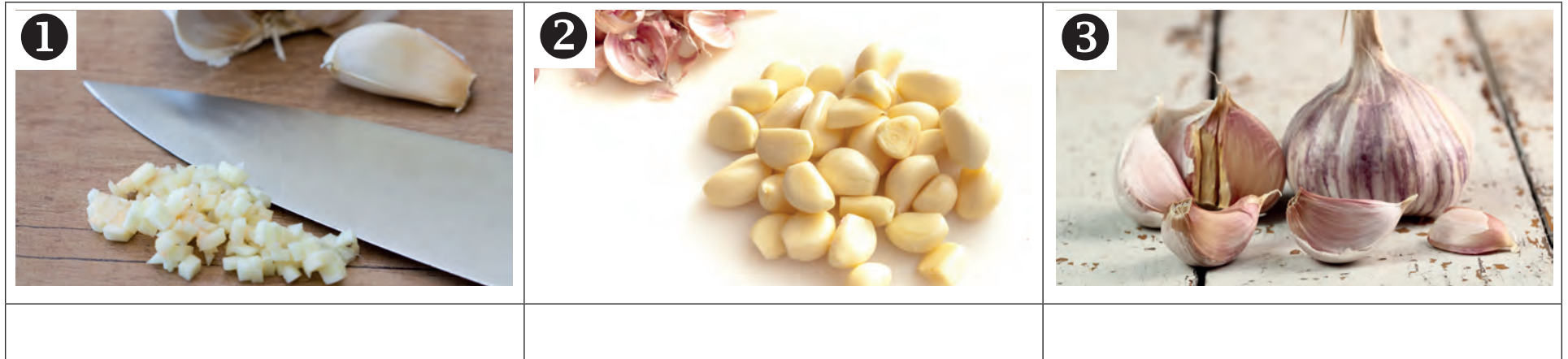


Le clin d'œil gourmand

- Les clients demandent souvent des entrecuissons comme médium-saignant et médium-bien cuit.
- Certains demanderont la cuisson « bleue » : la viande est grillée à l'extérieur et à peine chaude et cuite à l'intérieur.
- Et pour ce qui est de la cuisson « Pittsburgh », aussi appelée cuisson « Chicago » ou, à Pittsburgh même, « Black and Blue », elle consiste à cuire une pièce de viande à température extrêmement élevée (idéalement flambée à l'aide d'un chalumeau) pendant un très court laps de temps.
Ceci aura pour effet de produire une croûte brûlée autour de la viande (appréciée pour son amertume) tout en conservant la cuisson bleue, voire crue, à l'intérieur.



9. Quelle image représente l'expression « ail en chemise »?



10. À quoi sert le temps de repos du steak?

- À permettre aux jus de se répandre de façon uniforme dans la viande.
- À préparer les plats d'accompagnement de façon uniforme.
- À laisser refroidir doucement la viande qui est trop chaude.
- À faciliter le dressage du plat en récupérant le jus.

11. Quels sont les avantages du temps de repos?

- La cuisson est uniforme.
- La viande est plus savoureuse.
- La viande est plus juteuse.
- La viande est plus tendre.

12. Comment peut-on calculer le temps de repos d'un steak?

13. Si le steak a cuit pendant 3 minutes d'un côté et 2 minutes de l'autre, quel sera le temps de repos?



Parler pour parler...



Parler pour parler

- Quelle est votre viande préférée? Comment aimez-vous la manger?
- Si vous cuisiniez votre viande d'une façon précise ou avec un accessoire particulier dans votre pays d'origine, comment reproduisez-vous ce mode de cuisson au Québec?
- Quelles sont les épices ou les marinades que vous utilisiez dans votre pays d'origine?
- Qu'est-ce que le tartare? En mangez-vous?
- Qui fait les grillades sur le barbecue à la maison?
- Quelles sont les solutions de remplacement de la viande proposées par les épiceries ?





Le clin d'œil gourmand

La classification du bœuf canadien

La lettre « A » qui accompagne le bœuf sert à classer la viande selon son degré de persillage, c'est-à-dire la quantité et la qualité de gras entre les muscles.

Plus il y a de gras, plus il y aura de A dans la classification. Un steak AAA est donc une pièce de viande qui contient beaucoup de gras intramusculaire et, une fois cuit, il sera plus savoureux et très tendre. Si vous préférez une viande maigre, optez pour des parties ayant moins de gras comme le filet.

En restauration haut de gamme, la catégorie « Canada Prime » est souvent proposée tandis qu'en restauration classique, la catégorie « Canada AAA » est un standard.

Il est important de savoir que la catégorie « Canada A » n'est pas distribuée pour l'alimentation humaine et que la catégorie « Canada AA » est souvent vendue dans les grandes surfaces et les supermarchés à prix économiques.





LE DESSERT



PRODUCTION ORALE

Regardez les étapes de la cuisson du steak et placez-les dans l'ordre pour suivre la méthode présentée dans la vidéo.

| | | |
|------------------------------------|---|------------------------|
| Ajouter de l'huile dans le poêlon. | Attendre que le poêlon soit très, très chaud. | Préchauffer le poêlon. |
| Ajouter du beurre. | Baisser la température. | Préparer une sauce. |
| Ajouter des aromates. | Couper la viande. | Retourner la viande. |
| Arrêter la cuisson. | Déposer la viande sur une grille. | Saisir la viande. |
| Arroser la viande avec le beurre. | Laisser cuire pendant 2 à 3 minutes. | Savourer la viande. |
| Assaisonner la viande. | Laisser reposer la viande. | Tempérer la viande. |

Réponses

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.
- 16.
- 17.
- 18.

Quiz. Révisez le vocabulaire vu pendant cette tâche. Votre professeure ou professeur va vous proposer une activité à partir de ces mots.

| | | | |
|---------------|-------------------|-------------------|------------------------------|
| Le faux-filet | La longe | La caramélisation | Les sucs |
| Le jus | Le persillage | Déloger | Détendre |
| Assaisonner | Déglacer | Monter (la sauce) | Préchauffer |
| Racler | Saisir | Tempérer | Le fond (de veau, de gibier) |
| La demi-glace | Le temps de repos | AAA | Médium-saignant |
| Les aromates | Une noisette | L'ail en chemise | Le poêlon |



A young man with short dark hair, wearing a grey hoodie, is sitting at a desk in a dimly lit room. He is looking down and to the left, holding a pen over an open notebook. A laptop is open in front of him. The background is blurred, showing a plant and some shelves with lights.

Activités d'autoapprentissage



38 - Cuire un steak à la perfection

Les pronoms relatifs simples

Joignez les deux phrases avec « qui » ou « que ».

1. Va à ce restaurant. Ce restaurant offre d'excellents steaks.
2. On parle de ce chef cuisinier. Ce chef cuisinier maîtrise la cuisson des viandes à la perfection.
3. Tu prépares une recette de sauce. J'aimerais apprendre à cuisiner cette recette de sauce.
4. J'ai un ami apprenti cuisinier. Il aimerait travailler avec le chef Martin Patenaude.
5. Vous écoutez le client. Le client vous complimente sur la cuisson du steak.
6. Le cuisinier ajoute ces aromates. Le professeur de cuisine utilise ces aromates pour accentuer la saveur du gibier.
7. Nous voulons commander le plat du jour. Le serveur nous a recommandé le plat du jour.
8. Elles attendent la facture. Le maitre d'hôtel a oublié d'apporter la facture.
9. Le chef a commandé des pièces de viande avec os. Les pièces de viande avec os sont plus savoureuses.
10. Ce client commande une pièce de viande persillée. Le maitre d'hôtel a conseillé la pièce de viande persillée.

Vérifiez vos réponses dans le corrigé.





Au plaisir de vous revoir!



Avec la collaboration de :



Québec 