



L'art de **FLAMBÉE** en quelques étapes

1. **Mariner sa viande**, préalablement coupée en gros morceaux, style brochette. Les trucs « marinade » de Ricardo : « Une bonne marinade se doit de toujours contenir trois types d'ingrédients!
 - Le premier doit être un élément acide. C'est lui qui attendrit la viande. Ce peut être du jus d'agrumes, du vinaigre, de la moutarde ou du yogourt;
 - Le second doit être un élément gras, puisque la saveur est véhiculée par les molécules de gras. Ce peut être de l'huile, du beurre ou encore du lait de coco;
 - Le troisième est le groupe des aromates : herbes, épices, sauce piquante, sauce soja. C'est le groupe qui donne de la saveur à nos aliments.
 - Quelques conseils à retenir aussi : une pièce de viande coriace comme une bavette peut être marinée jusqu'à 48 heures. Une viande déjà tendre, comme un poulet ou un filet de porc, est marinée surtout pour être parfumée, on le laisse donc mariner quelques heures tout au plus. Finalement, les poissons qui sont fragiles et qui peuvent être « cuits » sous l'effet de la marinade, seront marinés entre 30 minutes et 1 heure. On veillera à mettre moins d'ingrédients acides dans leur marinade. »
2. **Égoutter votre viande** pour éviter qu'elle ne boue lors de la saisie.
3. Chauffer votre poêlon à feu vif et une fois très chaud, **saisir vos cubes de viandes** de chaque côté pour obtenir une belle coloration.
4. Déposer la partie mobile sur une surface de travail et, avec une pince ou mains propres, **piquer les morceaux** de viande sur la partie mobile de La Flambée.
5. **Accrocher** la partie mobile et détachable sur le support de La Flambée.
6. **Déposer sur la planche en bois**, le plat d'accompagnement (riz, légumes, gratin, pâtes ou autre) sous la partie mobile et les sauces qui accompagneront votre viande autour du plat d'accompagnement. Y **mettre les ustensiles de service** dans les plats respectifs aux fins d'auto-service.
7. **Installer et allumer le brûleur** au gel alimentaire à l'endroit prévu pour celui-ci (à l'intérieur de la partie mobile). Ne pas oublier de remuer le gel à l'aide d'un ustensile car le liquide inflammable se dépose au fond du récipient.
8. **Déposer sur la table** et inviter les convives à prendre place à table. Offrir aux invités de se servir les accompagnements s'il ne désirent pas avoir l'accompagnement avec le liquide résultant du déglacage avec l'alcool.
9. Avant de poursuivre, s'assurer qu'il n'y a pas de luminaire directement au dessus de l'appareil. Si c'est le cas, **déplacer le tout** un peu le temps de flamber et ensuite remettre au centre de la table.
10. **Réchauffer 1 à 3 onces d'alcool** au choix (préalablement versé dans un bec verseur ou autre contenant approprié allant sur la cuisinière ou au micro-onde). 20 à 25 secondes sur la cuisinière à feu élevé suffit.
11. **Allumer l'alcool** (lorsque vous êtes autour de la table) et **flamber la viande** en laissant couler un petit filet d'alcool enflammé.
12. **Déguster!** 2 minutes plus tard, le tout sera prêt à être dégusté pour une cuisson « bleue ». N'oubliez pas de commencer par le haut car c'est là où la cuisson est plus rapide. Donc de haut en bas pour une cuisson uniforme tout au long du repas.

BON APPÉTIT!

CONSEILS

Viande : Le filet de porc est à privilégier, mais le gibier, la volaille, le bœuf, les crevettes ... sont également d'autres options. Il s'agit de gérer les temps de cuisson différemment.

Légumes et

Tofu : Il est possible pour les végétariens ou amateurs de légumes, de mettre un côté de légumes et tofu (pour les végétariens afin qu'il n'y ait pas de contact avec la viande). Ou encore, en alternance viande, légumes, etc. Toutes les combinaisons sont possibles. À vous de laisser aller votre imagination et faire de votre Flambée, une œuvre d'art! La cuisson lente de l'appareil ne pourra pas mener vos légumes à une cuisson tendre. Donc il est important de précuire ceux-ci au préalable.

Ajouts : Habituellement, l'appareil de cuisine La Flambée est utilisé jusqu'à 4 personnes. Toutefois, pour les bons appétits, il est possible d'ajouter des aliments en cours de repas ou de faire un 2^e service. Pour ce faire, maintenir la base de l'appareil mobile à l'aide de pinces ou autres, et repiquer.

Alternatives : Il n'est pas obligatoire d'offrir le spectacle de flamber. Vous pouvez simplement y aller d'un déglacage avec un bouillon chaud, un vin chaud ou fumet de poisson. Il est possible et savoureux de faire un déglacage et ensuite une flambée.

Également, vous pouvez utiliser l'appareil pour une légère grillade en formule cocktail en piquant des fromages à griller. En dessert, piquer des guimauves ou autres afin d'utiliser les propriétés douces et chaudes qu'offrent l'appareil La Flambée.

Oser! La seule limite est votre imagination!

Alcool : Flamber avec ce que vous aimez. N'hésitez pas à mélanger vos alcools préférés, par exemple Whisky et rhum. Ou si votre marinade contient des saveurs d'agrumes, dirigez-vous vers une liqueur d'orange. Attention de flamber DOUCEMENT!!! Toujours garder un linge mouillé pour éteindre le feu au cas où l'alcool est renversé ailleurs que sur la viande.

Sauces : On peut utiliser les sauces servies avec la fondue chinoise traditionnelle ou proposer autre chose selon ses goûts comme par exemple une sauce au fromage bleu, aux poivres, ou une réduction de sa marinade.

Convivialité

à l'honneur : Ce plat se déguste sur le même principe qu'une fondue chinoise ou une raclette, c'est-à-dire à son rythme et à la cuisson préférée de chacun. Chaque convive doit avoir une petite pince pour récupérer les morceaux de viande.

Ainsi, nos convives se serviront eux-mêmes la viande, la ou les sauces et le riz ou autre accompagnement qui se retrouvera agrémenté des effluves de l'alcool et des jus de cuisson de la viande.

BON SPECTACLE ET BON APPÉTIT!!!!

