TD : EPLUCHAGE DES LEGUMES

Situation professionnelle : Vous devez réaliser une salade de carottes râpés pour le service de midi pour 15 personnes.

1. Technique d’épluchage des carottes

A l’aide de la vidéo suivante et de vos connaissances, **répondre aux questions**. <https://www.youtube.com/watch?v=Spf0BAD_vyI>

|  |  |
| --- | --- |
| Questions | Réponses |
| 1. **Définir** le terme éplucher. |  |
| 1. **Énumérer** le matériel nécessaire à l’épluchage des légumes présentes. | -  -  -  - |
| 1. **Répondre** par oui ou non.   Les légumes ont-ils été décontaminer avant leur épluchage |  |
| 1. Le cuisiner commence par couper les 2 extrémités des carottes.   **Mettre en surbrillance** le terme utiliser en technique culinaire. | * Émonder * Parer * Décontaminer * Fleurer |
| 1. **Indiquer** le rôle de la plaque à débarrasser situer au milieu du plan de travail. |  |
| 1. Au lycée, **Préciser** où seront jetées les épluchures. **Expliquer** pourquoi elles seront gardées. |  |
| 1. **Préciser** l’intérêt d’utiliser des légumes BIO. |  |
| 1. Le cuisinier explique qu’il utilise un couteau après l’autre. D’abord le couteau d’office puis l’économe. **Justifier** sa méthode de travail. |  |
| 1. Pour éplucher une carotte je dois toujours positionner mon pouce sur l’extrémité de la carotte.   **Justifier** cette méthode.  **Mettre en surbrillance** les bonnes réponses. | * Pour gagner du temps * Pour éviter de salir sa tenue * Pour moins se fatiguer * Pour éviter que la carotte ne se casse * Pour être certain que la carottes soit bien épluchée |

1. L’épluchage des fruits et légumes

Fruits et légumes doivent être épluchés entièrement en faisant **des pelures fines**. **Afin d’éviter le gaspillage et la perte en vitamines hydrosolubles.**

Les fruits, comme les pommes, les poires et les bananes noircissent au contact de l’air et devront être citronnés. Ce phénomène s’appelle **l’oxydation**.

A partir des exemples d’épluchage suivants retrouver le nom des différents végétaux.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 3  Résultat de recherche d'images pour "dessin carotte" | 3  Résultat de recherche d'images pour "dessin celeri" | 3  Résultat de recherche d'images pour "dessin asperge" | 6  Résultat de recherche d'images pour "dessin poireaux" |
|  |  |  |  |
| *4*  Résultat de recherche d'images pour "dessin choux fleur" | Résultat de recherche d'images pour "dessin choux rouge"  4 | Résultat de recherche d'images pour "dessin orange"  *5* | 5  Résultat de recherche d'images pour "dessin concombre" |
|  |  |  |  |
| 6  Résultat de recherche d'images pour "dessin endive" | 6  Résultat de recherche d'images pour "dessin feuille épinard" | 6  Résultat de recherche d'images pour "dessin haricot vert" | Résultat de recherche d'images pour "dessin salade"  6 |
|  |  |  |  |
| 3  Résultat de recherche d'images pour "dessin champignons" | Résultat de recherche d'images pour "dessin pommes"  7 | Résultat de recherche d'images pour "dessin petit pois"  7 | 7  Résultat de recherche d'images pour "dessin pomme de terre" |
|  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| 7  Résultat de recherche d'images pour "dessin radis" | 88  Résultat de recherche d'images pour "dessin tomates" |
|  |  |