



## SAUCES AVEC DES FRUITS

### TECHNIQUES GÉNÉRALES

Quand on pense "sauce" on pense "salé" mais pensez aussi aux sauces dites "aigre-douces", voir aux sauces sucrées !!

La majorité des sauces mode LVC sont fabriquées à partir d'un fruit , voir de plusieurs fruits qui constitueront la base des futures sauces

#### FRUITS FRAIS :

Il pourra éventuellement être utilisé « nature », cru : on mixte la pulpe du fruit épluché et on « monte » la sauce à partir de cette pulpe avec aromates, épices voir "boulhons de LVC", corps gras, laitages, vinaigres etc ...

Il pourra être utilisé après cuisson (surtout pour les fruits durs) soit à la vapeur, soit pré-cuit" au FAO, voir rôti au four afin de pouvoir avoir une base (plus ou moins « lisse » au goût) pour la future sauce

#### FRUITS SECS :

les fruits pourront être utilisés tels quels (fruits confits dans sauces "Plombières") voir réhydratées à froid ou après cuisson (là aussi cuits dans une casserole avec du "boulhon", à la vapeur ou pré-cuit" au FAO)

Ils seront aussi utilisés sous forme de « farines » obtenues en pilant les graines dans un de vos [« moulins de LVC »](#)

### PRÉCAUTIONS ET ASTUCES GÉNÉRALES

Stockez vos sauces BIEN REFROIDIES dans des bocaux avec couvercles à vis et prévoyez un film étirable sous le bouchon pour éviter l'oxydation par l'acide des sauces

#### ASTUCE PRATIQUE

Si vous les stockez sur un « plateau » où les « potiot » sont calés cela vous permettra de les sortir d'un coup sur la table au moment du service ... et de les rentrer vite au frais après usage

#### Réchauffer des sauces au moment du service ??:

Vous pourrez réchauffer éventuellement certaines de vos sauces avec juste le plastique : sans le couvercle celui-ci ne sera donc pas brûlant pour le service .

Mais faites bien attention , je vous préciserais toujours si la sauce supporte le « réchauffage » et, éventuellement comment la réchauffer .

Dans tous les cas, lorsque c'est possible, ne réchauffez pas toute la "réserve", mais juste la quantité nécessaire car ce n'est jamais fameux (sauf cas exceptionnels que je vous signalerais) de faire subir des sautes de températures à un aliment . Il perd et sa saveur (le moins grave) mais surtout ses qualités organoleptiques, nutritionnelles voir tout simplement sanitaires !

**T.S.V.P -->>**

### Vous avez fait trop de produit

Si vous avez trop de produit pour un usage immédiat et que vous ne pensez pas l'utiliser dans les délais prévus pour une conservation optimale au frigo, pensez à faire quelques « boîtes » à partir de vos sauces chaudes

#### Comment ??

Pour la garder plus longtemps et avoir des « réserves » dans votre « ricantou », verser votre sauce **bouillante** en « potiot » à couvercle à vis bien stérilisés, fermez le couvercle à fond et retournez sur un linge au frais . Ne touchez pas jusqu'au lendemain .

Vérifiez alors la fermeture des « potiot » . S'il y a quelques ouvertures intempestives, re-stérilisez **tout de suite** « classiquement » au stérilisateur vos bocaux 1/2 heure ([voir fiche stérilisateur](#)) ... Et lorsqu'ils sont froids, vous avez des réserves pour les « zokazou »

Lorsque vous les utiliser tout de suite, bien froides au frigo :

Pensez à noter sur chaque bocal son contenu car certaines sauces se ressembleront beaucoup (couleur, fluidité, granulométrie, etc...).

Étiquetez avec des étiquettes que vous vernirez (ou recouvrirez de plastique adhésif) car sinon, avec l'humidité du frigidaire, dessins et noms s'effaceraient !!

Sinon utilisez simplement un marker permanent : votre bocal vide passera même à la machine à laver la vaisselle et pourra contenir sans problème la nouvelle sauce .

On peut effacer le marker permanent avec de l'alcool à brûler et si vous êtes comme moi allergique, embauchez "une âme de bonne volonté" ! ... ou frottez vigoureusement avec votre éponge grattante ou votre « scotch-britt » avec de la crème à récurer

**Secouez vivement les sauces avant le service pour les re-emulsionner**