Je cuisine avec Julien Lapraille

1ère et 2e années

GAI SAVOIR®

Quelques mots sur Julien...

Quel parcours ! Depuis sa participation à l'émission de télévision française *Top Chef* en 2014 (3 500 000 téléspectateurs en moyenne en France et en Belgique), Julien est aujourd'hui une des personnalités incontournables en Belgique francophone lorsqu'on aborde la restauration. Il prône le bien-manger et surtout la mise en avant des producteurs locaux.

Sa formation est impressionnante :

- formation en hôtellerie, traiteur et gestion hôtelière à l'*Ilon Saint Jacques* de Namur, complétée par une année en pâtisserie de restaurant *au Lycée Raymond Mondon* à Metz,
- stages dans différents restaurants : *Au fil des saisons* à Virton, le *Gastronome à Paliseul* (1 étoile), *Aux armes de Champagne* à Châlons en Champagne (1 étoile)...,
- participation aux pré-sélections du championnat de France des desserts pour la Moselle,
- employé en tant que chef pâtissier et chef de parti « entrée froide » au restaurant *Le nouveau Patin d'or* (1 étoile) et en tant que chef de parti « viande » au restaurant *Mosconi* (2 étoiles) à Luxembourg...

Sa notoriété et son franc-parler lui permettent d'intégrer le groupe RTL Belgique. C'est ainsi qu'à partir de 2015, Julien devient chroniqueur radio (*Le marché de Julien* chaque week-end sur Bel Rtl) et présentateur pour la télévision (*La Grande Balade* chaque samedi 17h25 sur Rtl Tvi).
En 2014, il a lancé le concept de cuisine à domicile à raison de 3 ou 4 jours/semaine. Il est également consultant culinaire pour de grandes entreprises et vient d'ouvrir à Marbehan (Habay) un très beau magasin de proximité *Le marché de Julien*.

Organisateur de divers événements tels les marchés de saison ou les marches gourmandes, Julien développe, en parallèle, une gamme de produits estampillés *Julien Lapraille* : différents livres de recettes, gin à l'aspérule, coffret de chocolats, ustensiles de cuisine...

Les éditions *Au Gai Savoir* sont vraiment très fières d'avoir pu collaborer avec lui pour les deux ouvrages *Je cuisine avec Julien Lapraille à l'école maternelle* et *Je cuisine avec Julien Lapraille en 1ère et 2e années*.

Remerciements à Rita Hendrickx
pour la vaisselle

© Copyright : Ed. Gai Savoir - **Je cuisine avec Julien Lapraille en 1ère et 2e années** - Réf 147783

Sommaire

Préambule 2
Quelques mots sur Julien... 3
Sommaire 4
La sécurité 5
L'hygiène 5
Les conseils du chef 6
Les différentes techniques 7
La conversion des quantités 8
Rapport entre mesures et ustensiles 8
Les ustensiles de cuisine 9
Les verbes utilisés en cuisine 10
Le lexique culinaire 11
Les conseils aux enseignant(e)s 12
La légende des pictogrammes 12
Les entrées et les plats 13
- Brochettes de jambon-melon 14
- Soupe aux courgettes 21
- Souris d'œufs durs 26
- Cakes au saucisson 31
- Nuggets de poulet et leur mayonnaise 37
- Gaufres de légumes 43
- Tomates farcies 49
- Ballottine de dinde au fromage frais 54
- Pâtes à la petite saucisse et au fromage 60
- Asperges et œuf poché 66

Les desserts 72
- Milkshake aux fraises et à la menthe 73
- Cake au chocolat 78
- Cookies aux noix et au chocolat 84
- Salade de fruits 89
- Clafoutis aux pommes 96

© Copyright : Ed. Gai Savoir - **Je cuisine avec Julien Lapraille en 1ères et 2e années** - Réf 147783

Les conseils du chef

Quelques conseils utiles du chef Lapraille pour réaliser les recettes de cet ouvrage.

- Avant de commencer, assure-toi que tu as assez de place et que ton plan de travail est bien rangé.
- Prépare à l'avance le matériel et les ingrédients nécessaires à la réalisation d'une recette.
- Garde toujours de l'essuie-tout et une lavette ou une éponge à portée de main pour nettoyer si nécessaire.
- Utilise toujours une planche à découper pour trancher les aliments.
- Respecte les temps de cuisson indiqués sur les fiches des recettes en utilisant une minuterie.
- Si tu dois utiliser du beurre, sors-le du frigo une demi-heure avant de t'en servir.
- Sers-toi d'une balance pour peser les ingrédients et d'un récipient gradué pour mesurer les liquides.
- Prends soin de tes ustensiles pour ne pas les abîmer.
- Beurre les moules ou les plats avant la cuisson pour que la pâte ne colle pas.
- Fais la vaisselle quand tu as fini d'utiliser les ustensiles et nettoie le plan de travail.

La conversion des quantités

Dans le cadre de la réalisation des recettes, le chef a repris les principales mesures utiles en cuisine et leur conversion en récipients de la vie quotidienne.

Les enseignant(e)s peuvent en profiter pour découvrir avec les enfants que les masses (les poids) sont indiquées sur des paquets ou des boîtes, soit en kilogrammes (kg) soit en grammes (g)(paquet d'un kilo de farine ou de sucre, paquet de Kellogg's de 500 grammes...). Selon le niveau de la classe, on pourra produire un référent du type

$$1\ kg = 1000\ g\ ;\ \frac{1}{2}\ kg = 500\ g\ ;\ \frac{1}{4}\ kg = 250\ g$$

Même procédé pour les capacités (les liquides)

$$1\ \ell = 100\ c\ell\ ;\ \frac{1}{2}\ \ell = 50\ c\ell\ ;\ \frac{1}{4}\ \ell = 25\ c\ell$$

Rapport entre mesures et ustensiles

Certains ustensiles aideront à mesurer les quantités nécessaires à la réalisation des recettes :

- **une cuillère à café** contient environ 3 g de sucre glace ou de sel, 5 g de moutarde... et, si on veut travailler les capacités, on constatera qu'une cuillère à café contient environ $\frac{1}{2}\ c\ell$ d'eau...,
- **une cuillère à soupe** contient $1\ c\ell\ \frac{1}{2}$ de liquide, 12 g de farine, 15 g de sucre cristallisé, 21 g de beurre...,
- **une petite tasse à café** contient environ 10 cl de liquide, 50 g de sucre glace...,
- **un verre à eau** contient environ 20 $c\ell$ de liquide...,
- **une tasse** contient environ 25 $c\ell$ de liquide, 220 g de sucre cristallisé, 120 g de farine, 220 g de beurre...

© Copyright : Ed. Gai Savoir - **Je cuisine avec Julien Lapraille en 1ères et 2e années** - Réf 147783

Cake au chocolat

Niveau de difficulté : intermédiaire Pour 6 personnes

Temps de préparation : 25 min Temps de cuisson : 20 min

Ustensiles

1 casserole

1 grande cuillère en bois

1 moule à gâteau

1 balance

1 cuillère à café

Ingrédients

150 g de chocolat noir

80 g de beurre

60 g de farine

1 c. à c. de levure

50 g de poudre d'amande

3 œufs

100 g de sucre fin

En supplément : un peu de sucre glace

© Copyright : Ed. Gai Savoir - Je cuisine avec Julien Lapraille en 1ères et 2e années - Réf 147783

1

Concasse le chocolat, puis fais-le fondre à feu doux dans une casserole.
Tu peux aussi le faire fondre au micro-ondes (mélange toutes les 30 secondes) ou au bain-marie.

2

Ajoute le beurre en morceaux au chocolat et laisse-le fondre en mélangeant.

3

Dans la casserole, ajoute la farine, la levure et la poudre d'amande.

4

Casse les œufs dans la casserole, puis incorpore le sucre et remue énergiquement le tout.
Préchauffe le four à 180° C.

5

Beurre et farine le moule, puis remplis-le avec la pâte à gâteau. Enfourne environ 30 minutes. Vérifie la cuisson avec la lame d'un couteau.

6

Lorsqu'il est cuit, sors le gâteau du four. Démoule-le délicatement et dépose-le sur une assiette. Pour la décoration, saupoudre une fourchette de sucre glace, puis retire-la délicatement.

© Copyright : Ed. Gai Savoir - Je cuisine avec Julien Lapraille en 1ères et 2e années - Réf 147783

Cake au chocolat

Vocabulaire à fixer avant l'activité

- Amande
- Bain-marie
- Levure
- Saladier
- Sucre glace
- Beurrer
- Concasser
- Démouler
- Saupoudrer
- Énergiquement

Pré-acquis

- La moitié / le demi
- Notion de masse

Outils

- Référent rappelant ce qu'est la moitié et comment l'obtenir (voir fiche synthèse 1 p. 20).
- La balance comme instrument de mesure des masses : découverte et utilisation.

Prolongements

1. Éveil scientifique : la pyramide alimentaire.

- Questionner : « Le chocolat est-il indispensable au fonctionnement de notre corps ? Que contient-il ? ».
- Émettre des hypothèses et les vérifier.
- Créer la pyramide alimentaire de nos besoins.
  - Découvrir les différents paliers de la pyramide alimentaire.
  - Rechercher des photos d'aliments dans les publicités.
  - Classer les photos selon les catégories (fruits, légumes, produits laitiers, féculents, sucreries, poissons, viandes...).
- Constituer un repas équilibré.
  - Choisir un repas (déjeuner, dîner ou souper).
  - Créer un repas équilibré : les élèves recherchent des photos dans des publicités ou dessinent ce que pourrait être un repas équilibré. Ils veillent à intégrer au moins un élément indispensable de chaque catégorie.
  - Présenter son repas à la classe.

2. Grandeurs : ranger des masses.

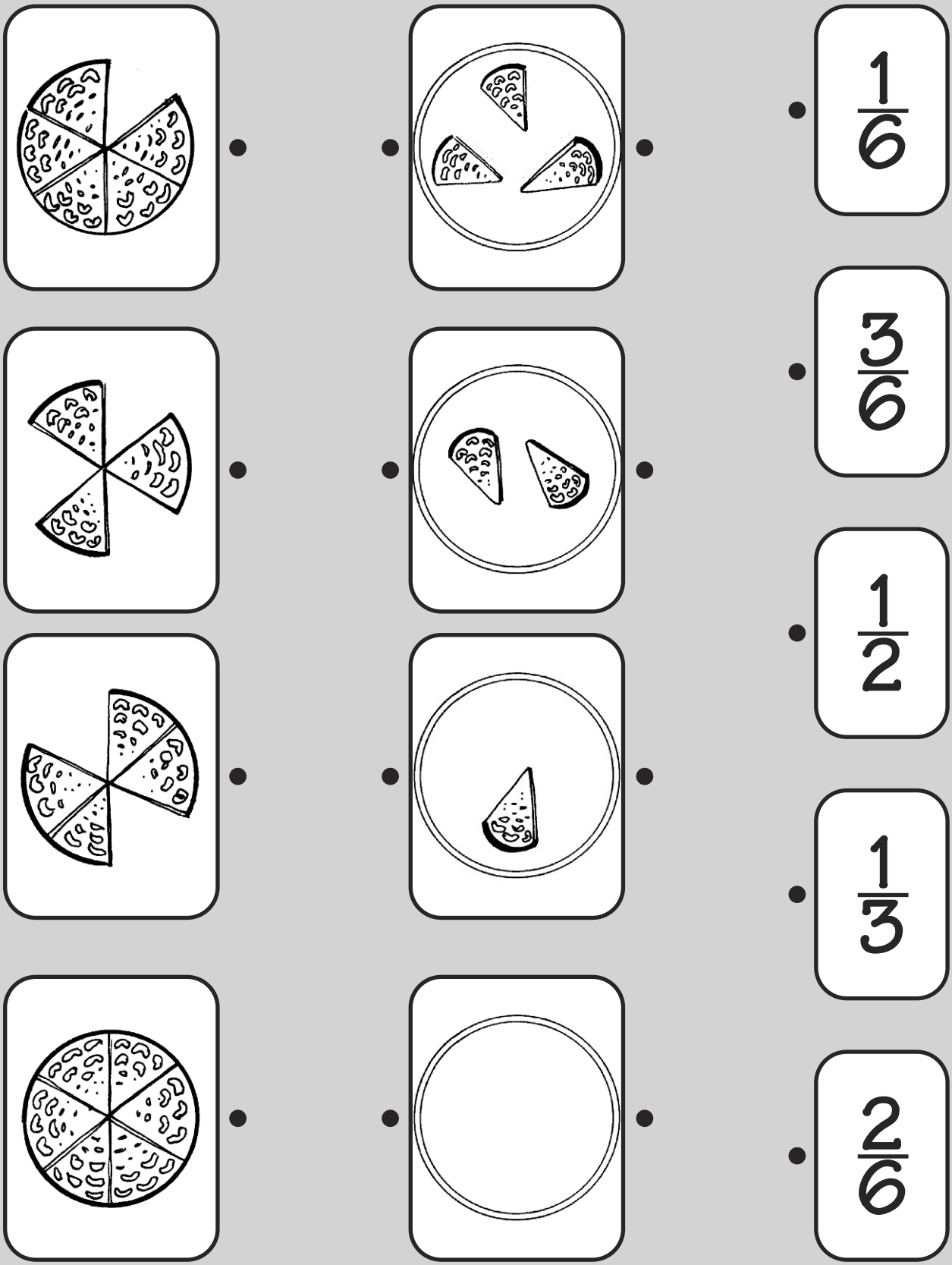
- Matériel : balance de Roberval.
- Ranger les différents ingrédients utilisés selon leur masse.
- Comparer : chercher la quantité d'ingrédients nécessaires pour obtenir une masse identique.
  Exemple : « De combien d'oeufs aurais-je besoin pour que leur masse soit supérieure à celle du sucre ? »

© Copyright : Ed. Gai Savoir - **Je cuisine avec Julien Lapraille en 1ères et 2e années** - Réf 147783

Cake au chocolat

Activité 1

Relie chaque cake à son(ses) morceau(x) manquant(s), puis à la fraction correspondante.



© Copyright : Ed. Gai Savoir - **Je cuisine avec Julien Lapraille en 1ères et 2e années** - Réf 147783

Activité 2

Tu as utilisé du chocolat pour la recette du cake.
Mais sais-tu d'où il provient et comment on le fabrique ?
Lis l'histoire du chocolat, puis découpe les illustrations de l'annexe 5. Colle-les à l'endroit correct.

Le cacao provient d'un arbre appelé cacaoyer.
Le fruit du cacaoyer est la cabosse.

Dans la cabosse, on trouve des graines.
Ce sont les fèves de cacao.
On les fait sécher, puis griller.

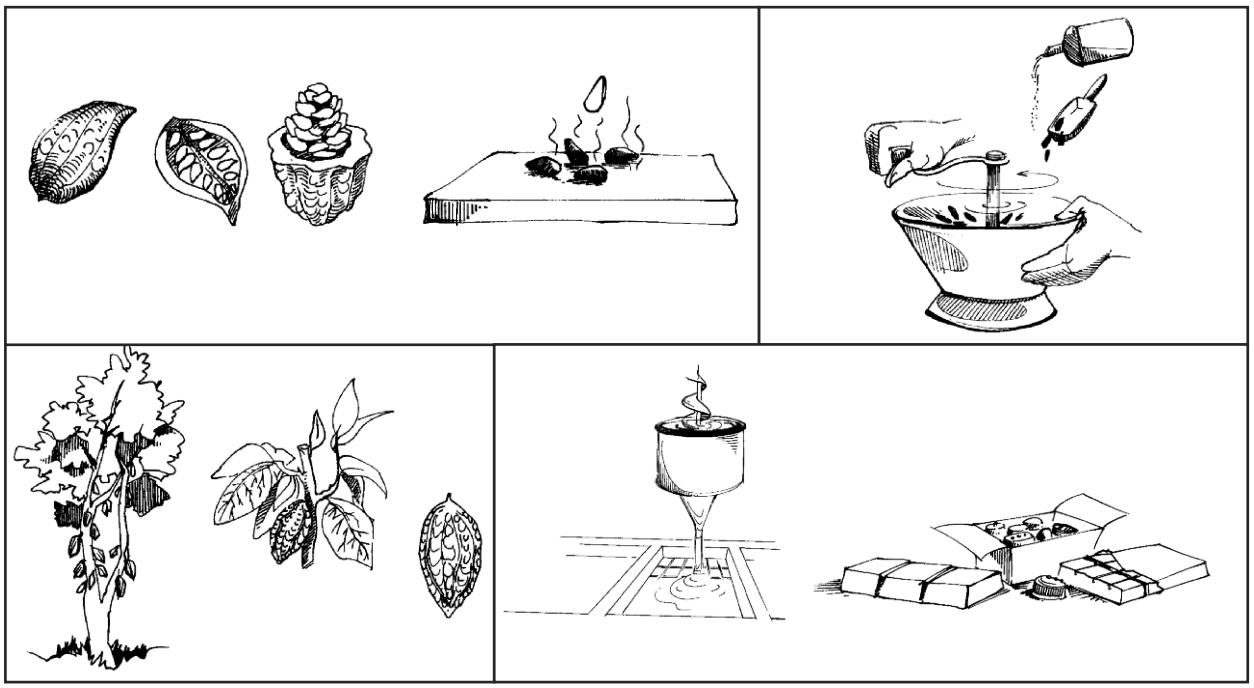
Ensuite, on les broie dans un moulin pour obtenir de la pâte de cacao et on ajoute du sucre.

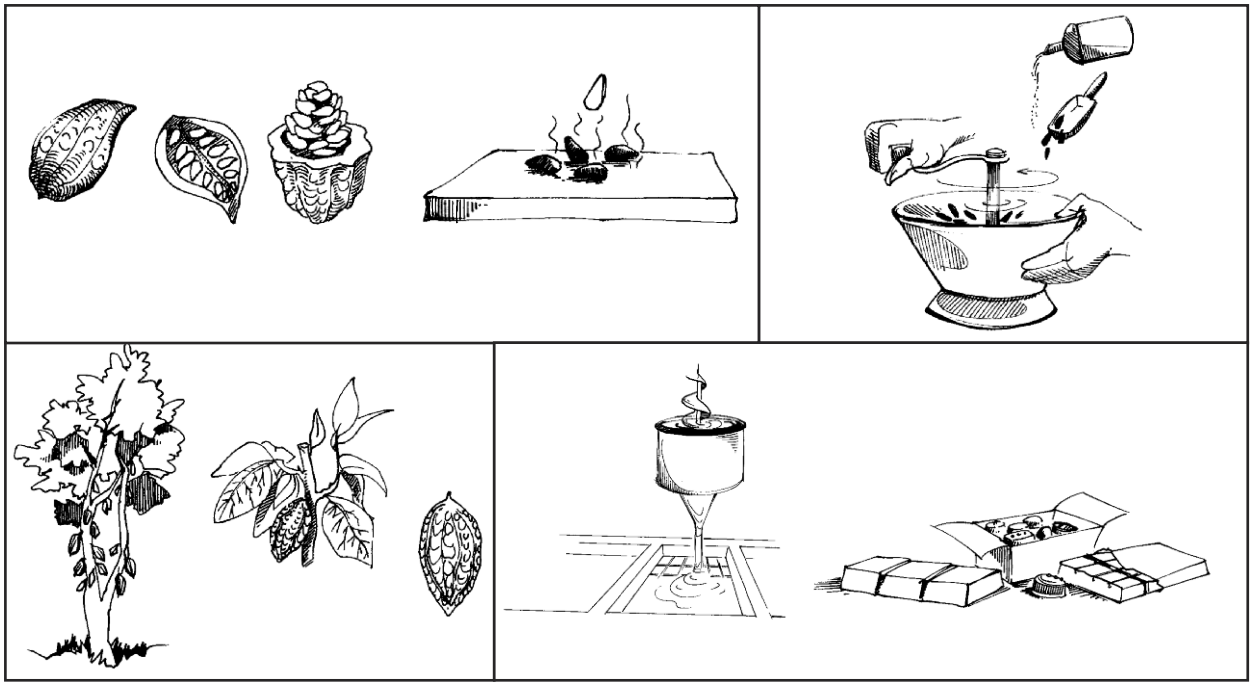
Cette pâte liquide est versée dans des moules.
Lorsque les tablettes de chocolat sont dures, on les emballe.

© Copyright : Ed. Gai Savoir - **Je cuisine avec Julien Lapraille en 1ères et 2e années** - Réf 147783

Annexe 5

Matériel à découper pour 2 élèves.





© Copyright : Ed. Gai Savoir - **Je cuisine avec Julien Lapraille en 1ère et 2e années** - Réf 147783