

# Comment réaliser facilement des pommes soufflées

Les pommes soufflées...Un grand challenge pour tous les cuisiniers! Cette préparation, peut-être la plus compliquée en ce qui concerne la préparation des pommes de terre, est technique et nécessite d'acquérir un véritable tour de main.

Dans la recette traditionnelle il faut deux friteuses, une à 180° et l'autre à 190°. Les tranches de pommes de terre doivent être extrêmement régulières et de même épaisseur. Elles sont à manier avec beaucoup de délicatesse: en effet c'est l'humidité contenue dans la pomme de terre qui, sous l'action de la chaleur, se transforme en vapeur qui va souffler la pomme. Il faut donc éviter de les percer !

Mais grâce au chef Philippe Meyers (restaurant Philippe Meyers, une étoile, à Braine L'Alleud en Belgique) voici une méthode quasiment infaillible pour obtenir de superbes pommes de terre soufflées, très croustillantes. Je l'ai testée et le résultat fut magnifique: des sublimes petites pommes de terre soufflées au ventre bien rebondi qui ont fait le régal de toute la famille! Alors vite à votre friteuse...



Pommes de terre soufflées

## **Ingrédients: Pour environ 20 pommes de terre soufflées de 4 cm de diamètre**

- 3 ou 4 pommes de terre bintje (selon leur volume); choisissez vos pommes de terre bien arrondies
- huile de friture
- blanc d'oeuf légèrement battu
- fécule de pomme de terre
- sel

## **Matériel**

- une petite spatule
- une mandoline indispensable pour obtenir des tranches fines et régulières. Vous pouvez en trouver en cliquant

sur la photo ci-dessous:



Sterline Mandoline Professionnelle, Mandoline Réglable, Mandoline Inoxydable, Trancheuse à Légumes, Mandoline Pommes de Terre, Trancheuses D'Aliments, Mandoline Julienne

- un petit emporte pièce rond d'environ 4 ou 5 cm de diamètre (ou toute autre forme qui vous plait)

## Préparation

- Faites chauffer votre huile à 180°.
- Épluchez les pommes de terre. **Ne les lavez pas**: on a besoin de l'amidon pour que les tranches collent entre elles. Coupez les pommes de terre en fines tranches à la mandoline: l'épaisseur doit être au maximum de 2 mm, presque transparentes. Disposez-les sur votre planche de

travail en deux rangées bien régulièrement au fur et à mesure de la découpe.



Coupez les pommes de terre en fines tranches à la mandoline



Disposez les tranches de pomme de terre sur votre planche de travail bien régulièrement au fur et à mesure de la découpe

- Battez légèrement le blanc d'œuf à la fourchette pour le rendre plus liquide. Badigeonnez **le dessus** de chaque tranche de blanc d'œuf à l'aide d'un pinceau.



Badigeonnez chaque tranche de blanc d'œuf à l'aide d'un pinceau

- Puis saupoudrez les tranches de pomme de terre avec de la fécule de pomme de terre. Essayez le trop plein de fécule avec un autre pinceau propre et sec.



Puis saupoudrez les tranches de pomme de terre avec de la fécule de pomme de terre

- Et on repasse du blanc d'œuf encore une fois **sur le dessus** des tranches de pomme de terre **mais que sur la rangée du haut** . En effet les tranches de la rangée du bas (sans deuxième couche de blanc d'œuf) vont être ensuite apposées sur celles de la rangée du haut: donc il est inutile de passer encore du blanc d'œuf.



Et on repasse du blanc d'œuf encore une fois sur le dessus des tranches de pomme de terre

- Puis on décolle une tranche de la rangée du bas (deux couches: blanc et féculé) et on vient l'apposer sur celle de la rangée du haut (trois couches: blanc, féculé et blanc). On lisse bien pour qu'il n'y ait plus d'air et qu'elles soient bien collées ensemble.



Apposez les deux tranches ensemble

- Puis on les découpe régulièrement à l'aide d'un emporte pièce. Suivant le diamètre des tranches vous pouvez faire une à deux découpes par tranches superposées.



Puis on les découpe régulièrement à l'aide d'un emporte pièce

- Ôtez alors le surplus de pomme de terre autour de vos découpes; Ne faites pas l'inverse à savoir essayer de décoller les rondelles avec un ustensile quelconque: vous pouvez endommager le pourtour et votre pomme de terre ne soufflera pas à la cuisson. Utilisez une spatule pour manier et décoller les rondelles du plan de travail.



Ôtez alors le surplus de pomme de terre autour de vos découpes



Utilisez une spatule pour manier et décoller les rondelles du plan de travail

- Vérifiez la température de votre bain de friture: il doit être à 180°.



Température 180°

- Plongez les rondelles dans le bain d'huile. Opérez petite quantité par petite quantité. Elles vont vite remonter en surface; à ce moment il faut **les arroser d'huile** chaude en permanence à l'aide d'une petite louche pour les aider à bien souffler. N'hésitez pas à remuer légèrement (attention huile bouillante!) pour créer un petit courant tournant dans la friteuse. Puis quand elles sont bien dorées disposez-les sur du papier absorbant. Vous pouvez les préparer deux heures à l'avance et les garder à température ambiante; elles vont retomber légèrement, c'est normal. Au moment de



servir il suffit de les repasser dans le bain de friture quelques secondes et elles vont reprendre leur petit ventre bien rond et cette fois elles seront devenues croustillantes. Et c'est seulement à ce moment que vous les salerez au sortir de ce deuxième bain!



Plongez les rondelles dans le bain d'huile



Arrosez-les en permanence

Et elles sont pas appétissantes ces pommes soufflées?



Comment réaliser facilement des pommes soufflées

## **La recette traditionnelle des pommes soufflées selon notre grand maître, Paul Bocuse:**

1976 : Paul Bocuse, *La cuisine du marché*, p. 363:

« Éplucher des pommes de terre de bonne qualité à chair jaune, variété de Hollande autant que possible. Les essuyer et les couper dans le sens le plus long en tranches régulières de 3 millimètres d'épaisseur. Les laver à l'eau froide, les égoutter et les éponger. Pour les frire, il est indispensable de disposer de deux bains de friture, l'un est utilisé pour le premier temps de cuisson, l'autre pour le second temps, c'est-à-dire pour faire souffler. Chauffer le premier bain porté à une température de 180°C ; y plonger le panier à frire garni très modérément de tranches de pommes de terre. Renverser le premier panier et essaimer les pommes avec l'écumoire pour

bien les détacher. Poursuivre la cuisson sans trop forcer la température et en imprimant à la bassine à frire un mouvement de va et vient qui vanne les tranches immergées. Au bout de 6 à 7 minutes, les tranches sont blondes mais molles et commencent à surnager. Saisir celles-ci à l'écumoire par petites quantités, les égoutter et les plonger immédiatement dans le second bain qui, porté à 190°C, est fumant. Le phénomène expliqué pour les pommes Pont-Neuf se reproduit et, en raison de la forme et de l'épaisseur initiale, chaque tranche souffle et devient comme un œuf. Elles dorment et sèchent rapidement ; les égoutter aussitôt sur un linge, les saupoudrer d'une prise de sel fin et les dresser sur un plat garni d'une serviette ou à côté d'une grillade si elles en sont l'accompagnement. Les pommes soufflées peuvent être préparées à l'avance : après le deuxième bain, les égoutter, les ranger sur un plat recouvert d'un linge. Elles retombent aussitôt sans préjudice, puisqu'elles ballonnent parfaitement quand, au moment de les servir, elles sont plongées pour la troisième fois dans le bain brûlant, elles sont dorées à point et définitivement séchées ».

Source: <http://ja6.free.fr/fichiers/f3140.htm>