



Profil de chef exécutif

- Études classiques à la Culinary Institute of America
- Chef de cuisine certifié de l'American Culinary Federation
- Formateur pendant 10 ans au Cordon Bleu College of Culinary Arts
- Chef de pâtisserie pendant 7 ans à l'Université du Michigan
- Plus de 20 ans d'expérience professionnelle dans l'industrie de la restauration

Conseils et
techniques du
chef Brian Karam
pour
de meilleurs
résultats de
cuisson

Présentation du système ProBake Convection^{MC}

La forme suit la fonction. Le nouveau système élégant et professionnel de LG offre la température et le flux d'air idéaux pour un préchauffage rapide et une cuisson précise! Savourez le plaisir d'obtenir des biscuits toujours cuits à la perfection.

Le système innovateur ProBake Convection^{MC} est un système optimisé de convection véritable qui combine un élément chauffant puissant et un ventilateur de convection à double vitesse exclusif à LG pour permettre au cuisinier amateur d'obtenir une cuisson uniforme.

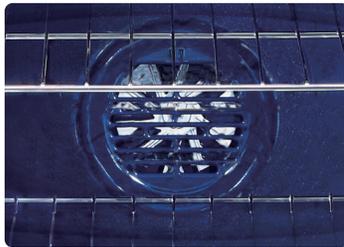
L'évolution d'une meilleure cuisson

Cuisson conventionnelle



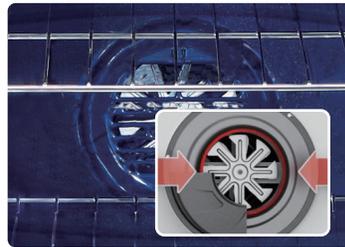
- Norme de l'industrie
- L'élément de cuisson du bas chauffe et cuit l'aliment.

Convection par ventilateur



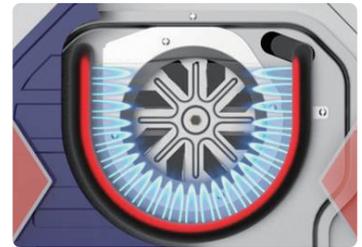
- Aucun élément de chauffage par convection
- Le ventilateur fait circuler l'air chauffé dans l'enceinte du four.

Convection véritable standard



- Petit élément de chauffage par convection

Convection ProBake^{MC}



**Modèle au gaz illustré*

- Puissante source de chaleur
- Offre une température et un flux d'air idéaux dans l'enceinte
- Parfait pour la cuisson sur plusieurs grilles!

Quelle est la différence entre le système à convection ProBake^{MC} et mon vieux four?

Fours traditionnels

Cuisson inégale sur plusieurs grilles

- Lors de la cuisson simultanée sur plusieurs grilles, le dessous des aliments sur la grille du bas et le dessus des aliments sur la grille du haut peuvent brûler tandis que les autres surfaces sont insuffisamment cuites.
- Les plats doivent être redispuestos pour obtenir une cuisson uniforme d'une grille à l'autre.

Les fours à convection ne permettent pas d'améliorer sensiblement le rendement de votre four

- Le chauffage à convection est faible et il n'est pas aussi efficace en raison de son petit élément chauffant.
- L'air chaud dans le four se mélange et circule seulement lorsque le brûleur de cuisson est éteint (uniquement dans le cas des fours à gaz).

Les résidus d'aliments brûlés sont difficiles à nettoyer!

- Les liquides renversés et cuits dans le bas du four chaud sont très difficiles à enlever et à nettoyer.
- Le recours à des mesures préventives comme une feuille d'aluminium peut diminuer le rendement du four et l'endommager au fil du temps.

Système ProBake Convection^{MC}

Une cuisson parfaite sur chaque grille!

- Le système ProBake Convection^{MC} offre une cuisson uniforme dans l'ensemble du four pour des résultats homogènes sur plusieurs grilles à la fois.
- Beaucoup plus pratique : aucun besoin de redispuestos les plats d'une grille à l'autre lors de la cuisson.

Préchauffez votre four rapidement!

- Le système ProBake Convection^{MC} a été optimisé pour préchauffer rapidement votre four!*
- Un préchauffage rapide vous permet de diminuer le temps d'attente et de maximiser votre expérience de cuisson.

Un four propre en quelques minutes, et non en quelques heures!

- EasyClean^{MC} permet de nettoyer votre four de façon rapide, pratique et sans fumée! Un peu d'eau et une faible chaleur suffisent pour nettoyer les taches!
- Le système ProBake Convection^{MC} permet un nettoyage facile (EasyClean^{MC}) et 50 % plus rapide. **

*Basé sur les résultats de tests internes réalisés sur des modèles LG dotés du système ProBake Convection^{MC} et sur des modèles LG sans le système ProBake Convection^{MC}. **Comparaison basée sur le temps de cycle EasyClean^{MC} sur la cuisinière au gaz de LG LRG4415ST (10 minutes) dotée du système ProBake Convection^{MC} par rapport à celui sur l'ancienne cuisinière au gaz de LG (20 minutes) sans le système ProBake Convection^{MC}.

Conseils et techniques du chef Brian Karam pour de meilleurs résultats de cuisson

Une bonne cuisson passe par la compréhension de votre four. Et s'il y a quelqu'un qui comprend votre four, c'est l'expert en cuisson de LG : le chef Brian Karam. Ces conseils de cuisson ont été développés par le chef Brian à la suite de nombreuses heures passées dans les cuisines de LG. Ces techniques vous aideront à obtenir des résultats professionnels à la maison.



Pizza

Pizzas fraîches (425 °F-475 °F)

- **Conseil du chef :** Faites cuire la pizza sur une pierre de cuisson sur la grille centrale du four pour obtenir une croûte similaire à celle de la pizza de votre restaurant favori.
- Lors de l'utilisation d'une pierre à pizza, une surface chaude est la clé pour obtenir une croûte joliment dorée. Préchauffez la pierre à 260 °C (500 °F) pendant 30 minutes. Avant de mettre la pizza au four, diminuez la température du four à 232 °C (450 °F).
- Retournez une plaque à biscuits et farinez l'envers de celle-ci avec de la semoule de maïs, qui agit comme une pellicule de cuisson lorsque vous placez la pizza fraîche sur la pierre chaude dans le four.



Pizzas surgelées (400 °F-450 °F)

- Commencez toujours avec le temps minimum indiqué sur l'emballage lors de la cuisson de votre pizza surgelée favorite. Assurez-vous que la cuisson est à votre goût. Sinon, poursuivez la cuisson de la pizza pour atteindre le degré de cuisson désiré.
- **Conseil du chef :** Lorsque vous réchauffez un reste de pizza, déposez une plaque à biscuits renversée ou une pierre de cuisson dans le four pendant le préchauffage. La cuisson de la pizza sur la plaque ou la pierre chaude donne une croûte croustillante et dorée.
- Lors de la cuisson de plusieurs pizzas à la fois, un temps de cuisson supérieur peut être requis. Assurez-vous que la cuisson est à votre goût.
- Pour les pizzas à croûte mince surgelées, poursuivez la cuisson au-delà du temps suggéré sur l'emballage, au besoin. Assurez-vous que la cuisson est à votre goût.

Plats

Plats surgelés préparés du magasin (350 °F-400 °F)

(lasagne, macaroni au fromage, etc.)

- **Conseil du chef :** Pour obtenir la couleur désirée sur le dessus du plat, retirez la pellicule de plastique du plateau après avoir atteint 75 à 80 % du temps de cuisson total. Assurez-vous que la température interne du plat est d'au moins 71,1 °C (160 °F).

Plats fraîchement préparés

(350 °F-400 °F)

(lasagne, macaroni au fromage, etc.)

- Faites cuire les plats sur la grille centrale.
- **Conseil du chef :** Couvrez le plat d'une feuille d'aluminium pendant la moitié du temps de cuisson suggéré pour veiller à ce que la cuisson du plat soit uniforme. Retirez ensuite la feuille d'aluminium pour la moitié ou les deux tiers du temps de cuisson restant pour obtenir la couleur souhaitée sur le dessus du plat.
- Assurez-vous que la température interne du plat est d'au moins 71,1 °C (160 °F).



Viande et volaille

Poulet rôti (400 °F-450 °F)

- Faites rôti le poulet sur la grille centrale.
- **Conseil du chef :** Laissez le poulet reposer à la température ambiante pendant 30 minutes avant de le mettre dans le four. Cette opération permet d'éviter une forte baisse de température du four qui peut se produire lorsqu'on place un aliment froid dans un four chaud.
- Déposez le poulet sur une grille de rôtissage ou sur un lit d'oignons, de carottes et de céleris dans une sauteuse conçue pour aller au four. Ces légumes donnent du goût au jus de cuisson.
- Asséchez l'intérieur et l'extérieur du poulet à l'aide de serviettes en papier pour obtenir une peau plus croustillante et une viande plus tendre.
- Assaisonnez l'intérieur et l'extérieur du poulet avec du sel et du poivre, et ce, pas plus de 5 minutes avant de le mettre dans le four pour diminuer le niveau d'humidité extrait du poulet cru.
- Troussez le poulet cru pour une cuisson encore plus uniforme de la volaille.



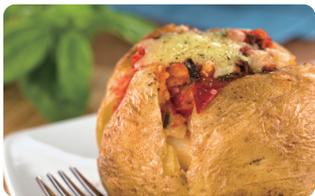
Rôti de bœuf (375 °F-400 °F)

- Faites rôti le bœuf sur la grille centrale.
- Laissez le rôti reposer à la température ambiante pendant 30 minutes avant de le mettre dans le four. Cette opération permet d'éviter une forte baisse de température du four qui peut se produire lorsqu'on place un aliment froid dans un four chaud.
- Préchauffez le four pendant 30 minutes pour stabiliser la température du four et maximiser les résultats de cuisson.
- Déposez le rôti de bœuf sur une grille de rôtissage ou sur un lit d'oignons, de carottes et de céleris dans une sauteuse conçue pour aller au four. Ces légumes donnent du goût au jus de cuisson.
- Asséchez l'intérieur et l'extérieur du rôti à l'aide de serviettes en papier pour obtenir une peau plus croustillante et une viande plus tendre.
- Assaisonnez le bœuf avec du sel et du poivre pas plus de 5 minutes avant de le mettre dans le four pour diminuer le niveau d'humidité extrait de la viande crue.
- Demandez au boucher d'attacher le rôti pour une cuisson encore plus uniforme de la viande.
- **Conseil du chef :** En règle générale, comptez 20 à 25 minutes de cuisson pour chaque 454 g (1 lb) de viande. Une température interne de 54 °C (130 °F) au centre du rôti donnera une cuisson à point.

Pain de viande (350 °F-375 °F)

- **Conseil du chef :** Déposez du pain à sandwich tranché au fond d'un plat de cuisson pour aider à absorber le jus produit par la cuisson du pain de viande. Le dessous du pain de viande sera ferme plutôt que mal cuit.

**Les plages de température sont des moyennes et elles correspondent au mode de cuisson régulier.*



Plats d'accompagnement

Pommes de terre au four (400 °F-450 °F)

- **Conseil du chef :** N'enveloppez pas les pommes de terre d'une feuille d'aluminium. Ce procédé retient l'humidité et donne des pommes de terre bouillies.
- Déposez les pommes de terre directement sur la grille centrale, espacées les unes des autres, pour obtenir des pommes de terre avec une peau plus sèche et croustillante et une chair plus moelleuse.
- Piquez 10 à 15 fois les pommes de terre à l'aide d'une fourchette. Cette méthode permet à l'humidité de s'échapper, ce qui donne une chair plus moelleuse.

Pains à la levure (400 °F-450 °F)

- **Conseil du chef :** Déposez un bol d'eau dans le four lors de l'utilisation du mode Épreuve pour créer un environnement humide pour la croissance de la levure.
- Si vous désirez une croûte lors de la cuisson du pain à la levure, faites chauffer votre four à une température plus élevée que celle indiquée dans la recette. Lorsque vous mettez le pain au four, réglez la température du four à celle indiquée dans la recette.



Poudings au lait ou aux œufs

Soufflé au fromage (325 °F-375 °F)

- **Conseil du chef :** Les blancs et les jaunes d'œufs doivent être à température ambiante avant de préparer le soufflé.
- Les blancs d'œufs se fouetteront plus en hauteur et les jaunes d'œufs se mélangeront plus facilement à la base de fromage.

Crème brûlée (300 °F-350 °F)

- **Conseil du chef :** Mettez un linge à vaisselle mouillé sous les ramequins pour les empêcher de glisser lorsque vous les placez ou les retirez du four. Cela aide aussi à distribuer la chaleur de manière plus uniforme en dessous, sur les côtés et au-dessus des crèmes brûlées lors de leur cuisson.
- Versez l'eau pour le bain-marie dans le plat de cuisson une fois que celui-ci se trouve sur la grille du four pour diminuer les débordements autour du four.



Préparer un gâteau depuis un mélange en boîte (350 °F)

- Si la recette sur la boîte nécessite des œufs, retirez-les du réfrigérateur à l'avance afin qu'ils soient à la température ambiante. Les œufs se mélangeront plus facilement aux autres ingrédients.
- **Conseil du chef :** Si vous préparez un gâteau des anges à partir d'un mélange en boîte, l'utilisation d'un fouet sur votre malaxeur peut augmenter le volume du gâteau.
- Lors de la préparation d'un gâteau des anges à partir d'un mélange en boîte, l'utilisation de la grille centrale du four peut donner de meilleurs résultats.



Techniques et trucs du chef : la base

Général

- Comme règle générale lors de l'utilisation du mode convection, diminuez le temps de cuisson total de vos aliments de 5 à 10 minutes par heure.
- Laissez de l'espace entre les plats pour favoriser une meilleure circulation d'air afin que le four fasse son travail.

- Il est préférable de cuire les aliments qui nécessitent plus de temps de cuisson au bas du four. De même, il est préférable de cuire les aliments qui nécessitent 15 minutes de cuisson ou moins dans le haut du four.
- Lors de la cuisson, essayez de limiter le nombre de fois que vous ouvrez et fermez la porte du four afin de maintenir la température dans une plage uniforme.
- L'ajout d'un peu de vinaigre à l'assaisonnement améliorera le goût des aliments et éliminera le goût amer de certains aliments.
- Il est préférable d'ajouter les plantes ligneuses comme le romarin, l'origan, la sauge et le thym en début de cuisson. Les plantes à feuilles comme le persil, la ciboulette, l'estragon et le basilic rehausseront le goût des aliments si elles sont ajoutées à la fin de la cuisson.

Utilisation du gril

- Lors du brunissement du dessus d'un plat avec des miettes de pain à l'aide du gril, la grille doit être à 15 cm (6 po) en dessous de l'élément du gril.
- Lors du brunissement et de la cuisson d'un poulet avec la peau à l'aide du gril, essayez de positionner la grille à au moins 20,3 à 25,4 cm (8 à 10 po) de l'élément du gril.

Cuisson des viandes dans le four

- Selon la taille du rôti, vous devez toujours le laisser reposer avant de le découper et de le servir afin de redistribuer les jus.
- La plupart des coupes de viande tireront profit d'être marinées avant leur cuisson. Assurez-vous de piquer la viande ou de l'entailler peu profondément avec un couteau pour aider la marinade à transmettre sa saveur.
- Laissez une couche de 3 mm (1/8 po) de gras sur les côtelettes de porc ou les rôtis de porcs pour faciliter le badigeonnage de la viande et l'aider à conserver l'humidité.

Cuisson

- Si vous désirez une croûte lors de la cuisson du pain à la levure, faites chauffer votre four à une température plus élevée que celle indiquée dans la recette. Lorsque vous mettez le pain au four, réglez la température du four à celle indiquée dans la recette.
- Lors de la cuisson d'un aliment comportant une croûte, comme une tarte ou une quiche lorraine, laissez-le atteindre une couleur ambre ou dorée pour faire ressortir complètement sa saveur.
- Les aliments cuits à base de chocolat perdront leur saveur et sécheront s'ils sont retirés trop tard du four. Les brisures doivent être humides lors du retrait des aliments cuits à base de chocolat.
- Retirez les biscuits du four lorsque les bords sont tout juste fermes, même s'ils semblent légèrement mal cuits. Les biscuits deviendront moelleux en refroidissant.
- Les gâteaux complètement cuits doivent être moelleux lorsque vous les touchez sur le dessus.
- Utilisez une brochette pour vérifier le niveau de cuisson d'un aliment cuit. La brochette doit ressortir propre.

Découvrez d'autres recettes délicieuses et trouvez le plat parfait pour vous et votre famille! Visitez-nous à l'adresse suivante :



www.lg.com/us/kitchen/recipes

1. Ouvrez ou téléchargez un lecteur gratuit de code QR.
2. Suivez les instructions pour balayer le code QR à l'aide de votre téléphone intelligent.

