

Guide Pratique : Choisir la bonne pomme de terre en cuisine

Introduction

- La pomme de terre est un ingrédient polyvalent dont le comportement à la cuisson dépend de sa teneur en amidon.
- Choisir la bonne variété garantit la réussite de vos plats, qu'il s'agisse de gratins, de purées ou de frites.

Catégorie 1 : Les pommes de terre à chair ferme (Tenue à la cuisson)

- Caractéristiques : Elles ne se délitent pas à la cuisson et conservent une texture fondante mais structurée.
- Variétés courantes : Amandine, Charlotte, Pompadour, Ratte, Belle de Fontenay.
- Usages recommandés : Salades composées, pommes de terre sautées, rissolées, vapeur ou en gratin dauphinois.

Catégorie 2 : Les pommes de terre à chair tendre (Polyvalentes)

- Caractéristiques : Un juste milieu entre tenue et capacité à absorber les saveurs.
- Variétés courantes : Monalisa, Samba, Victoria.
- Usages recommandés : Potages, soupes, plats mijotés, ragoûts ou cuisson au four en robe des champs.

Catégorie 3 : Les pommes de terre farineuses (Fondantes)

- Caractéristiques : Elles éclatent facilement à la cuisson car elles sont riches en amidon.
- Variétés courantes : Bintje, Agria, Marabel.
- Usages recommandés : Purées onctueuses, frites croustillantes, gnocchis ou potages veloutés.

Conseils de conservation et préparation

- Stockage : Conservez-les dans un endroit frais, sec et à l'abri de la lumière pour éviter le verdissement.
- Évitez le réfrigérateur : Le froid transforme l'amidon en sucre et altère le goût.
- Préparation : Lavez-les juste avant utilisation pour préserver leur intégrité.