

Fiche Technique : Poids et Calibres des Œufs en Pâtisserie

Classification par Calibre (Poids moyen)

- Petit (S) : moins de 53 g
- Moyen (M) : 53 g à 63 g
- Gros (L) : 63 g à 73 g
- Très gros (XL) : 73 g et plus
- Note : En pâtisserie professionnelle, le calibre 'Moyen' (50-55g sans coquille) est la référence standard.

Répartition des composants (pour un œuf de 60g)

- Coquille : environ 6 g (10%)
- Blanc d'œuf : environ 33 g (55%)
- Jaune d'œuf : environ 21 g (35%)

Ratios pour vos recettes

- Pour 100g d'œufs entiers : comptez environ 2 œufs de calibre M.
- Pour remplacer 1 œuf entier : utilisez 30g de blanc et 20g de jaune.
- Conservation : Les œufs doivent être conservés à température ambiante ou au frais, idéalement pointe vers le bas.

Conseils d'utilisation

- Pesez toujours vos œufs sans la coquille pour une précision optimale en pâtisserie.
- Pour les recettes nécessitant une grande précision (macarons, mousses), privilégiez le pesage en grammes plutôt que le comptage à l'unité.
- Si une recette demande 50g d'œuf et que votre œuf pèse 55g, battez l'œuf en omelette et prélevez la quantité exacte à la balance.