

# GUIDE DES BONNES PRATIQUES DE CUISSON DES CHARCUTERIES AU BARBECUE

Le retour des beaux jours rime généralement avec envies de grillades.  
Et quoi de mieux qu'une charcuterie pour profiter d'un bon barbecue !

La FICT vous accompagne et vous donne les clefs pour bien préparer et cuire vos produits de charcuterie préférés  
afin de les savourer en toute sécurité.

Rassemblés en famille ou entre amis autour du barbecue, vous profiterez ainsi pleinement des plaisirs gourmands !



## Le saviez-vous?

UNE CUISSON AU BARBECUE TROP FORTE (180 À 200C°) ET/OU DE TROP LONGUE DURÉE, N'EST PAS RECOMANDÉE.

AVEC LES TEMPÉRATURES ESTIVALES, LE RESPECT DE LA CHAÎNE DU FROID EST ENCORE PLUS IMPORTANT.



Quelques règles d'hygiène simples & quelques bonnes pratiques vous permettront de savourer vos charcuteries, cuites au barbecue, en toute sécurité !  
C'EST TOUT SIMPLE !  
SUIVEZ LES CONSEILS PRATIQUES DE LA FICT.

## PRÉPAREZ

### LE BARBECUE



• Référez-vous au mode d'emploi de votre appareil et respectez les consignes de mise en œuvre du fabricant.



• Veillez notamment à conserver un barbecue, une grille et des ustensiles propres, débarrassés de traces noires de carbonisation. La grille peut être légèrement huilée.



• Préférez les cuissons indirectes, en optant pour un modèle de barbecue à cuisson verticale (équipé d'un bac de récupération des graisses évitant les retombées sur la flamme).



• Préférez le charbon de bois (si possible épuré, à 85% de carbone ou de catégorie A) au bois (impérativement non traité, le cas échéant).



• Étalez le charbon sur une seule couche et recouvrez-le de cendres (ce qui limite la formation des fumées).



• Allumez le feu 45 à 60 min en avance afin de cuire sur des braises (et non sur des flammes).



• Placez la grille à environ 10 cm du foyer (ou plus pour les produits plus épais qui réclament une cuisson plus longue), afin d'éviter une carbonisation de surface.



• L'utilisation d'allume-feu est possible au démarrage mais jamais pour raviver le feu pendant la cuisson des charcuteries.

## PRÉPAREZ

### LES PRODUITS DE CHARCUTERIE



• Lisez et suivez les recommandations de préparation et de cuisson du fabricant lorsqu'elles sont données sur l'emballage.



• Sortez les charcuteries à griller  
- du réfrigérateur : 1h à l'avance  
- du congélateur : idéalement la veille et laisser décongeler au réfrigérateur



• Cuissez une charcuterie à bonne température (non congelée), cela permet de limiter les temps de cuisson.



• N'hésitez pas à associer des légumes ou des fruits avec les charcuteries : leurs caractéristiques antioxydant est précieuse.



## EN CUISSON

### SUR LE GRILL !

-  • Lors de la cuisson, maîtrisez votre feu pour éviter toute formation de flammes et de fumées (émanant de la combustion incomplète du bois ou du charbon), afin ne pas risquer de détériorer la qualité nutritionnelle des charcuteries.
-  • A ce titre, l'utilisation de barbecue fermé par un couvercle est une bonne option car elle permet d'étouffer les flammes. En cas d'apparition de flammes, aspergez d'eau (avec prudence) à l'aide d'un brumisateur ou jetez une poignée de gros sel pour apaiser les flammes.
-  • Limitez au maximum la température et le temps de cuisson au strict minimum nécessaire à la formation des notes aromatiques de « grillé » et une légère coloration, mais pas au-delà.
-  • Cuissez de feu moyen à moyen-vif (et non à feu vif).
-  • Ne mettez jamais la viande sur la flamme d'un allume-feu.
-  • Ne piquez pas / ne pressez pas les charcuteries : l'extraction des graisses raviverait la flamme et la fumée et les produits seront moins moelleux.
-  • Pour les grosses pièces envisagez une précuisson : four, pochage à l'eau ou à la vapeur afin de diminuer le temps de cuisson à haute température.
-  • Retournez souvent vos grillades pour éviter la carbonisation des charcuteries.

## A TABLE !

### LES BONS REFLEXES



• Ne consommez pas les parties "carbonisées".



• Evitez de consommer les jus issus des cuissons. En revanche, les jus contenus à cœur des pièces sont sans risque et sont la garantie du moelleux des charcuteries.

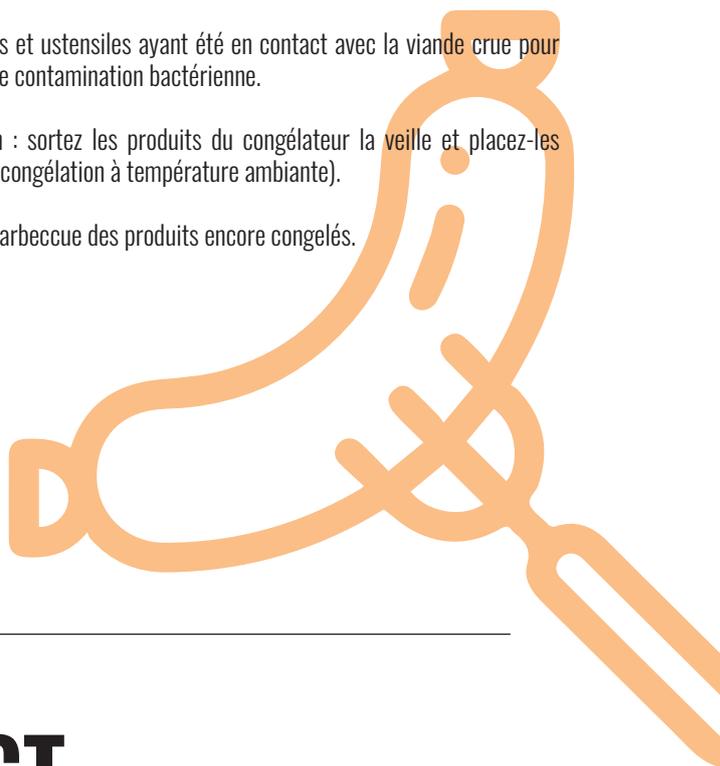


Les charcuteries c'est 450 SPÉCIALITÉS issues de nos régions : n'hésitez pas à varier les plaisirs ! Le choix est vaste, et, consommées raisonnablement, les charcuteries s'inscrivent parfaitement dans le cadre d'une alimentation équilibrée !



## LES RÈGLES D'HYGIÈNE À RESPECTER

- Vérifiez et respectez les dates limites de consommation des produits.
- Lavez et séchez-vous les mains avant de manipuler les produits.
- Respectez bien la chaîne du froid quand vous achetez et transportez vos produits de charcuterie, surtout en été !
- Placez les produits dans les parties les plus froides de votre réfrigérateur (en général en bas, voir notice fabricant).
- Ne laissez pas les charcuteries destinées à être grillées plus de deux heures en dehors du réfrigérateur.
- Évitez la congélation "maison" trop longue, elle dénature les caractéristiques nutritionnelles, gustatives ainsi que la texture des charcuteries.
- Dans le cas de la cuisson des volailles, viandes hachées, boulettes, saucisses, assurez-vous d'une cuisson à cœur, non rosée.
- N'utilisez pas les récipients et ustensiles ayant été en contact avec la viande crue pour le service afin d'éviter toute contamination bactérienne.
- Modalité de décongélation : sortez les produits du congélateur la veille et placez-les au réfrigérateur (pas de décongélation à température ambiante).
- Ne faites pas cuire sur le barbecue des produits encore congelés.



9, boulevard Malesherbes  
75008 Paris - +33 (0)1 75 00 09 30  
[www.fict.fr](http://www.fict.fr)

