



## LE SOUS-VIDE

Technique développée par Georges Pralus au milieu des années 1970 pour le restaurant Troisgros (de Pierre et Michel Troigros) à Roanne. La méthode est employée par de grands restaurateurs comme Paul Bocuse, Joël Robuchon et bien d'autres grands chefs.

## LA CUISSON SOUS VIDE

La technique consiste à raréfier un gaz ou un mélange gazeux par l'application d'une pression inférieure à la pression atmosphérique normale (nommée également dépression). La nourriture est cuite pendant longtemps, parfois bien plus de 24 heures. Mais à la différence d'un cuiseur lent, la cuisson sous-vide utilise des sachets hermétiques placés en eau chaude bien au-dessous du point d'ébullition (habituellement autour 60 °C). Il a été prouvé que la nourriture cuite de cette façon garde son aspect original, ne perd pas ses propriétés alimentaires et maintient sa texture normale.

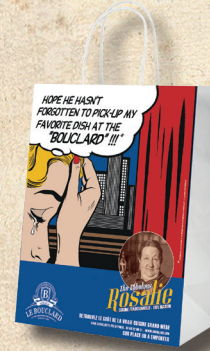
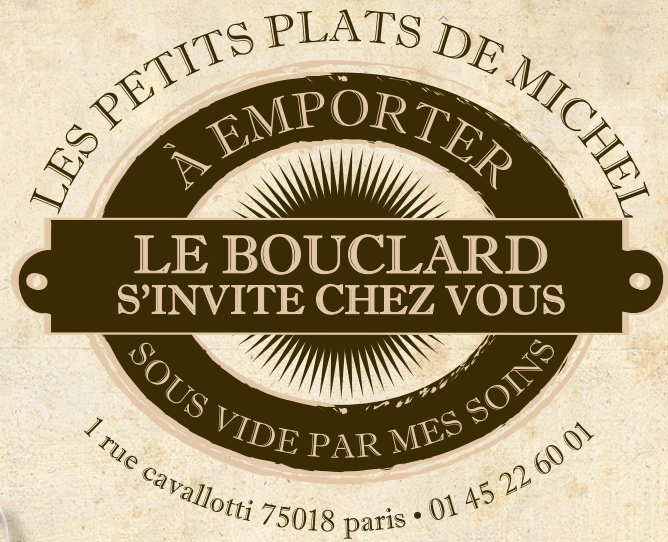
## L'EMBALLAGE SOUS VIDE

Méthode de conservation consistant à conditionner le produit dans un emballage étanche dont on retire, partiellement l'air. Le manque d'oxygène empêche la prolifération des microbes. La valeur nutritive est conservée, les temps de conservation plus long, moins de perte en cuisine et stockage, le goût naturel du produit est conservé, fraîcheur, couleur et texture sont préservés jusqu'à l'utilisation. Les aliments ne sont pas brûlés par le froid lors de la congélation. Gain de place dans le réfrigérateur et le congélateur Hygiène maximum dans le réfrigérateur sans odeurs.



Le Bouclard  
Restaurant de cuisine traditionnelle  
1 rue Cavallotti 75018 Paris  
Tél. : 01 45 22 60 01  
www.bouclard.com  
rezabouclard@gmail.com

design graphique • www.cascarino.fr



## LA CARTE À EMPORTER

LE BOUCLARD est ouvert  
pour toute commande en vente à emporter

Retrait le midi de 11h30 à 14h et le soir de 18h à 21h  
à partir du vendredi 6 novembre.

Nous restons à votre disposition du mardi au vendredi afin que vous puissiez continuer à déguster nos délicieux produits en toute sérénité.

Afin de gérer vos commandes dans les meilleures conditions,  
nous vous recommandons d'anticiper et pré-commander via notre mail :

[rezabouclard@gmail.com](mailto:rezabouclard@gmail.com)

Nous comptons sur votre gourmandise, votre solidarité et votre fidélité  
Prenez soin de vous et de vos proches

LE BOUCLARD • 1 RUE CAVALLOTTI 75018 PARIS • 01 45 22 60 01 • WWW.BOUCLARD.COM



morceau (Poitrine de bœuf, 12kg) avec un mélange de sel et d'épices, (dont chacun détient le secret !) et le laisser macérer pendant 4 jours et comme le bœuf Wagyu, on masse la viande une fois par jour. Ensuite il faudra la cuire pendant 3 jours à basse température (70°C) et 95% d'humidité. Le dessalage, séchage et une légère fumaison donneront le signal de la dégustation. À l'époque où les réfrigérateurs n'existaient pas, on pastramisait pour conserver la viande sous la selle de son cheval ! Je ne vous garantis pas l'hygiène mais c'est écrit, après 300km le produit était tendre et bon ! L'origine Judéo-Roumaine du Pastrami est intéressante parce qu'elle regroupe des saveurs "Ottomanes" qui étonnent et séduisent notre œil et odorat Caucasiens. Bref aujourd'hui, notre façon artisanale, grâce aux équipements de cuisine modernes, lui assure un succès remarquable.

Pastramiser est un vieux procédé de macération / cuisson / conservation d'une viande ou d'un poisson importé aux États-Unis en 1875 par les Juifs-Roumains.

La poitrine de bœuf est le morceau le plus utilisé. La recette consiste à pommader ce

C'est le produit que j'élabore pour votre plaisir, dans la cuisine du Bouclard.

En saison et selon disponibilités, les clients du Bouclard ayant priorité, vous pouvez commander (48/72h) un plat spécial non référencé (Type Homard à l'Armoricaine ou Cassoulet Ibérique).

#### RÉGÉNÉRATION

FROIDE : ouvrez la poche et dégustez.

CHAUDE : plongez la poche sous vide dans une casserole avec assiette retournée sur le fond température 70°C environ 3 minutes par 100gr. Ne pas utiliser le micro-ondes car il durcit les viandes.

#### CONSERVATION

Poche fermée dans votre réfrigérateur entre 2°C et 4°C en respectant la mention «à consommer avant le» indiquée sur la poche et 6 mois dans votre congélateur à -25°C.

NOS PRODUITS PEUVENT CONTENIR DES TRACES ALLERGÈNES



Vous devez impérativement respecter 2 choses : la mention «à consommer avant le» indiquée sur la poche et la température de votre réfrigérateur (entre 2°C et 4°C), même si Monsieur aime son beurre «tendre».



## À EMPORTER OU À LIVRER



ENTRÉES		
Foie gras maison, (grenailles brossées huile de truffes)	500gr	80€
Terrine de foie de volailles	500gr	22€
Poêlée provençale de champignons de saison		12€
Salade César Cardini (recette de Tijuana)		13€
Cœur de Poireaux (sauce Ravigote)		13€
Grenailles, (brossées huile de truffes & fleur de sel)		6€

PLATS		
Blanquette de veau à l'ancienne,		17€
Poitrine de veau braisée, (48h, basse température)		18€
Joue de Bœuf braisée au Valreas,		18€
Poulet Rosalie, (estragon, moutarde, pointe de vanille)		16€
Choux farci de Sandre en nage d'écrevisses		25€
Lièvre à la Royale, (15 septembre au 15 janvier)		37€
Pastrami maison, (Coleslaw et Malossol)		20€
Rognons de veau, (aux pleurotes à la graine de Meaux)		25€
Purée maison,		8€
Purée maison aux truffes & champignons,		20€

DESSERTS & FROMAGES		
Riz Arborio au caramel		8€
Mousse au chocolat de Jacqueline		8€
Baba au rhum maison		8€
Barquette de fromages oubliés		10€

VINS  
Au choix, prix affichés moins 30%