



veggie! ZOOM USTENSILE

Donner la mesure

Quand l'inspiration culinaire
à besoin d'une dose
de précision scientifique...



LA BALANCE DE CUISINE

Que l'on soit un pâtissier aguerri ou un cuisinier occasionnel, utiliser une balance de cuisine est indispensable pour réussir une recette... à condition bien sûr de choisir le modèle adéquat. Texte Jill Cousin.

Les premières balances sont apparues dans l'Antiquité, mais il faut attendre le XIX^e siècle pour qu'elles deviennent de véritables instruments de précision. En 1669, Gilles Personne invente ce que l'on appellera plus tard la balance Roberval, du nom de la commune dont était originaire le professeur. Il a l'ingénieuse idée de placer les plateaux au-dessus du fléau (la tige principale de la balance) alors que jusqu'à cette date ils étaient suspendus en dessous. Cette invention permet de gagner en place et en précision. Pour peser un objet, on le place sur l'un des plateaux puis on ajoute des masses marquées sur l'autre plateau jusqu'à ce que les deux soient en équilibre. Tous les épiciers utiliseront cet instrument de mesure jusqu'à l'arrivée, au XX^e siècle, de la balance mécanique. Cette dernière, équipée d'une aiguille, d'un cadran gradué et d'un récipient, indique le poids par la position d'un

repère mobile, sans que l'on ait besoin de déplacer des masses manuellement. Plus tard, apparaissent les balances électroniques, qui envoient un microcourant dans une pièce métallique qui indique le poids.

TABLEAU DE SECOURS

Si jamais vous n'êtes pas équipé d'une balance, voici quelques équivalences bien utiles pour mettre la main à la pâte.

- Un œuf moyen : entre 53 et 63 g.
- Un morceau de sucre : 5 g.
- Une cuillerée à soupe de sucre en poudre : 15 g.
- Une cuillerée à soupe de farine : 12 g.
- Une cuillerée à café de sel : 5 g.



Pour les pâtisseries, optez pour une balance électronique avec une graduation à 1g.

COMMENT L'UTILISER ? Si vous disposez d'une balance mécanique, c'est très simple. Il suffit de poser les ingrédients dans le bac en plastique ou en Inox, en ayant pris soin de vérifier avant que l'aiguille soit bien positionnée sur zéro. Utiliser une balance électronique n'est pas plus compliqué. Seule différence, c'est à vous de placer un contenant sur le plateau pour réaliser des pesées. La plupart d'entre elles sont équipées d'une touche « Tare ». Ce terme désigne le poids placé sur le plateau pour faire équilibre à celui d'un objet que l'on ne veut pas compter dans la pesée totale. Sur les appareils modernes, cette touche sert à remettre le curseur à zéro afin de peser uniquement les ingrédients sans compter le contenant.

QUEL MODÈLE CHOISIR ? Tout dépend de l'utilisation que vous en faites. Si vous êtes un cuisinier occasionnel, une balance mécanique avec une précision à 10 grammes suffit. Surtout si vous réalisez des préparations simples sur lesquelles une variation de quelques grammes ne modifiera pas le déroulé de la recette. En revanche, les cuisiniers et les pâtisseries réguliers et plus aguerris préféreront une balance électronique avec une graduation à 1 gramme, voire à 0,01 gramme. De nombreux ingrédients comme la levure, les épaississants (féculé de maïs, farine de riz...) ou les gélifiants (agar-agar...) représentent souvent moins de 10 grammes et nécessitent d'être pesés très précisément. Autre critère de choix pour l'achat d'une balance, sa capacité totale. Les mécaniques ont souvent une capacité de 2 kilos tandis que pour les électroniques, elle varie entre 3 et 15 kilos. Si vous avez une famille nombreuse ou que vous avez l'habitude de préparer des pâtes levées (brioche, pain...), nous vous conseillons d'opter pour un modèle avec une portée minimale de 5 kilos. L'autre fonction très utile des balances électroniques, c'est la conversion des mesures en unités liquides (centilitres, litres...) ou bien en unités internationales (livres ou onces). Certaines marques proposent, depuis peu, des balances connectées en Bluetooth à des applications de recettes, mais nous en sommes encore un peu au stade du gadget...

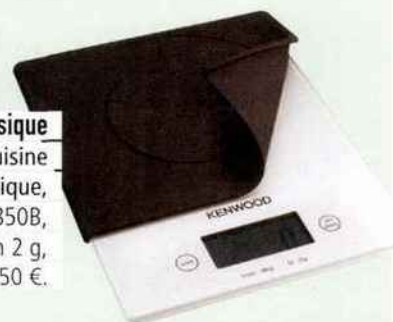
QUEL APPAREIL POUR VOTRE BUDGET ?

Old school
Balance BA2000,
capacité 2 kg,
précision 10 g,
Terraillon, 20 €.



Précise
Balance EBP
électronique,
Essentiel B,
précision 0,01 g,
Boulangier,
19,99 €.

Basique
Balance de cuisine
électronique,
AT850B,
précision 2 g,
Kenwood, 50 €.



COMMENT L'ENTREtenir ? Rien de bien compliqué : la cuve des balances mécaniques se glisse directement dans le lave-vaisselle et une éponge humide suffit à retirer les particules volatiles de farine qui se seraient déposées dedans. C'est aussi simple pour les balances électroniques dont le plateau n'est pas amovible et sur lequel un coup de torchon fait l'affaire. Celles-ci fonctionnent presque toutes avec des piles, alors pensez à la planète et privilégiez les rechargeables.