

## Cuire les saucisses : Quelle cuisson privilégier ?

Il existe plusieurs façons de les cuire, certaines d'entre elles sont plus adéquates que d'autres afin d'obtenir une cuisson réussie.

**/!\ ne pas assaisonner si garniture assaisonnée.**

### ***Cuisson à la poêle.***

Méthode de cuisson qui donnera une belle texture croustillante et rôtie à vos saucisses. Cuire les saucisses avec un peu matière grasse à feu modéré, car l'extérieur colorera trop fortement avant que vous ayez atteint une bonne cuisson interne. Cuire à feu doux, pendant environ +/- 10 minutes en alternant de côté.

### ***Cuisson au four.***

Cuire sur une plaque légèrement huilée ou beurrée pendant +/- 15 à 20 minutes à 180°C. Méthode la plus simple ! Vous pourrez préparer votre accompagnement, durant la cuisson de vos saucisses.

### ***Blanchir (cuisson à l'eau).***

Cuire environ 10 minutes dans une eau préalablement portée à ébullition. Cette méthode de cuisson permet de dégraisser et dessaler les saucisses ou cuire celles de gros diamètre. Cette technique fait perdre beaucoup de saveurs aux saucisses.

### ***Cuisson au BBQ ou grillée.***

Pour les saucisses très grasses ou farcies avec des ingrédients qui pourraient couler sur les grilles (ex. : fromage), faire blanchir les saucisses dans l'eau bouillante pendant +/- 5 minutes.

Vous éviterez ainsi qu'elles ne brûlent avant d'être complètement cuites. Huiler très légèrement le gril ou les saucisses.

Cuire sur le gril pendant environ +/- 5 minutes par côté à feu moyen.

### **Astuce : Comment éviter une membrane déchirée ?**

Certains ont tendance à piquer les saucisses afin de laisser la vapeur s'échapper et ainsi éviter que la membrane éclate. Par contre, le jus s'écoulera et vous perdrez beaucoup de saveurs. Lorsqu'on fait cuire les saucisses à feu trop élevé, l'eau contenue dans les saucisses se transforme en vapeur. La pression s'accumule à l'intérieur et elles éclatent.

Pour remédier à cette situation, il faut tout simplement faire cuire les saucisses à feu doux.

Le temps de cuisson sera plus long, mais vous obtiendrez des saucisses juteuses et savoureuses !