

# LAGOSTINA

Les bons gestes pour  
*maîtriser le feu*  
*et réussir vos cuissons*



# Avant la cuisson, la préparation



Avant la première utilisation,  
**lavez votre poêle à l'eau  
chaude savonneuse puis  
séchez-la soigneusement.**

## CHANGEZ VOS HABITUDES, MAÎTRISEZ L'INOX.



**La règle d'or de la cuisson :**

Ne dépassez jamais les 2/3 de la puissance  
de votre feu.



*Attention :* Une poêle vide restée sur feu trop  
longtemps **peut noircir ou se déformer.**

Le mode "boost" ou feu maximum  
est à réserver **uniquement pour faire  
bouillir l'eau.**



# Le test de la goutte d'eau : le secret des cuissons réussies



Étape 1 :

Chauffez votre poêle aux 2/3 de la puissance de votre feu pendant 2 à 3 minutes.

---

Étape 2 :

Lancez quelques gouttes d'eau...



**Si elles s'évaporent en grésillant** : laissez-la encore quelques instants sur le feu.



**Si les gouttes forment une bille** qui danse et glisse sur la surface : votre poêle est à la température idéale.

---



Étape 3 :

Baissez le feu, ajoutez de la matière grasse, puis vos ingrédients.



# Vous allez adorer l'inox !

## LES MILLE ET UNE POSSIBILITÉS DE L'INOX.



**Les viandes** : Après le test de la goutte d'eau, déposez la viande, laissez-la cuire jusqu'à ce qu'elle se décolle facilement. Vous pouvez alors la retourner avec une pince.



**Les légumes** : Pas besoin du test de la goutte d'eau. Démarrez à feu doux avec de la matière grasse.



**Les poissons (avec peau)** : Commencez la cuisson à froid. Astuce : utilisez un papier sulfurisé huilé dans la poêle.



**Les poissons (sans peau)** : Commencez à chaud (test de la goutte d'eau + matière grasse). Astuce : farinez légèrement le poisson.



**Les œufs (pour les maestros)** : Conservez vos œufs à température ambiante. Démarrez à feu doux, préchauffez votre poêle (faites le test de la goutte d'eau), ajoutez de la matière grasse. Ajoutez l'œuf et décollez doucement les bords pendant la cuisson.



Si l'aliment colle au début, pas de panique ! Laissez-le quelques minutes : il va caraméliser (sucs) **et se décoller de lui-même.**

# Entretenir l'inox n'a jamais été aussi simple



## DÉCOLLEZ LES SUCS

Versez un peu d'eau dans votre poêle chaude, encore sur le feu, pour décoller les sucs et faciliter le nettoyage.



*L'astuce du Maestro* : Avant de passer au nettoyage, déglacez votre poêle avec un filet de vin blanc ou une touche de crème fraîche : les sucs se décollent et votre sauce devient aussi savoureuse que dans une vraie cucina italiana.



## FROTTEZ SANS HÉSITER

Éponge verte, grattoir en cuivre, fil de fer... tout va. **Les rayures ? Elles font partie de la vie de la poêle.**



## LES TACHES TENACES, LES SOLUTIONS POUR TOUT RATTRAPER

- **Aliments brûlés** : faites bouillir un peu d'eau ou laissez tremper.
- **Taches de sel (bleu/violet)** : un peu de vinaigre blanc ou de citron.
- **Taches de graisse (jaune)** : bicarbonate + eau, et ça disparaît.



Maîtriser l'inox demande  
de la pratique :  
*accrochez-vous,  
vos plats le méritent !*

*Maestria*  
e basta.



Ne pas jeter sur la voie publique - Certains visuels sont réalisés à l'aide d'une intelligence artificielle. GROUPE SEB France - SAS au capital de 42 033 850€  
112 Chemin du Moulin Carron 69130 ECULLY RCS Lyon 440 410 637

