

SONIKA

LES
RECETTES

TRANCHES DE BŒUF

ROQUETTE ET TOPINAMBOUR

MATURATION INDUITE©

INNOVATION CULINAIRE

Grâce à Sonika et à son procédé de maturation induite©, il est possible d'éviter le vieillissement traditionnel de la viande tout en préservant ses qualités nutritionnelles, pour obtenir un résultat exceptionnel en termes de tendreté et de durée de conservation.

MÉTHODE TRADITIONNELLE

Traditionnellement, les morceaux de viande les moins nobles doivent être maturés pendant plusieurs jours, voire plusieurs semaines, pour atteindre une tendreté optimale. Ce procédé est long et peut entraîner une perte de jus ainsi qu'une diminution de la qualité sensorielle de la viande.



SONIKA | Technologie culinaire par ultrasons focalisés

TRANCHES DE BŒUF

ROQUETTE ET TOPINAMBOUR

INGRÉDIENTS

Paleron de bœuf	200 g
Roquette	200 g
Purée de topinambour	
Huile d'olive vierge extra	q.s.
Sel	q.s.
Romarin	q.s.

PROCÉDURE

Prélever un morceau de paleron de bœuf, ou une pièce située entre le collier et l'épaule, 48 heures après le refroidissement rapide. Le placer dans un sachet sous vide, puis lancer le procédé de maturation induite© pendant 50 minutes. Prendre ensuite 200 g de roquette, la placer dans un sachet sous vide avec 50 ml d'eau et 50 ml d'huile d'olive extra vierge, puis traiter avec Sonika pendant 20 minutes.

L'action des ultrasons permet d'obtenir un pesto « à froid », sans oxydation visible, à la couleur vive et au goût authentique, tout en améliorant significativement sa durée de conservation.

Temps de repos : 2 heures.

LE MOT DU CHEF

« Avec Sonika, je gagne du temps, je réduis les pertes et je valorise chaque morceau de viande. Un véritable avantage pour ma cuisine comme pour mon activité. »

Chef restaurateur



TARTARE DE BŒUF

MATURATION INDUITE[©]

INNOVATION CULINAIRE

Avec Sonika, plusieurs jours de maturation deviennent quelques heures seulement. Les ultrasons focalisés accélèrent naturellement le processus de tendreté, tout en préservant les jus, les qualités nutritionnelles et la saveur de la viande.

MÉTHODE TRADITIONNELLE

La tendreté de la viande est obtenue grâce à une longue période de maturation (frollatura) de 14 à 35 jours, durant laquelle les enzymes naturelles dégradent progressivement les fibres musculaires et le tissu conjonctif. Ce processus exige un contrôle strict de la température, de l'humidité et de la chaîne du froid.



TARTARE DE BŒUF

INGRÉDIENTS

Jarret de bœuf	200 g
Huile d'olive	650 g
Thym	40 g

PROCÉDURE

Parer la viande, retirer les nerfs, puis la couper en cubes de 2 cm. Ajouter l'huile d'olive et le thym, mettre sous vide et traiter avec Sonika pendant 1 heure.

Temps de repos : 3 heures.

LE MOT DU CHEF

« Avec Sonika, le gain en tendreté et en saveur de la viande est tout simplement phénoménal. »

Chef exécutif



ENTRECÔTE DE BŒUF

MATURATION INDUITE[©]

INNOVATION CULINAIRE

Grâce à Sonika, il est possible d'utiliser et de valoriser même les morceaux de viande les moins nobles : des pièces maigres et particulièrement fibreuses qui nécessitent habituellement de longues périodes de maturation et de cuisson, entraînant une perte importante de jus et de qualités nutritionnelles.

MÉTHODE TRADITIONNELLE

La maturation est une technique transmise au fil du temps qui permet d'améliorer la tendreté et la complexité aromatique des viandes grâce à des processus naturels et maîtrisés. Le temps devient un véritable ingrédient, capable de transformer la matière première et d'en révéler toutes les qualités organoleptiques.



ENTRECÔTE DE BŒUF

INGRÉDIENTS

Entrecôte de bœuf	300 g
Romarin	1 branche

PROCÉDURE

Placer l'entrecôte dans un sachet sous vide avec une branche de romarin, sceller le sachet, puis traiter avec Sonika pendant 60 minutes. Laisser reposer la viande pendant 20 minutes, puis l'immerger dans de l'eau à 35 °C pendant une heure. Terminer par une saisie rapide à la poêle avant de servir.

Temps de repos : 2 heures

LE MOT DU CHEF

« Grâce à Sonika, je réduis le temps de maturation et de cuisson tout en obtenant une viande plus juteuse, impossible à reproduire avec les techniques traditionnelles. »

Chef restaurateur



LE BLANC DE POULET

MATURATION INDUITE©

INNOVATION CULINAIRE

Avec Sonika, la chaleur atteint le cœur de l'aliment beaucoup plus rapidement, réduisant considérablement le temps d'exposition aux hautes températures et limitant ainsi la déshydratation de la surface. De plus, les jus ont tendance à gélifier avant de se disperser, préservant la jutosité et les qualités organoleptiques du produit. Le blanc de poulet en est un exemple parfait : plus tendre, plus juteux et plus savoureux.

MÉTHODE TRADITIONNELLE

Dans les cuissons traditionnelles, la chaleur pénètre dans l'aliment par rayonnement. La partie exposée à la chaleur tend à se déshydrater et à perdre une partie de ses jus naturels. Dans le cas du poulet, cela peut entraîner une viande plus sèche et moins juteuse.



LE BLANC DE POULET

INGRÉDIENTS

Blanc de poulet	1
Aromates au choix	
Sel	q.s.

PROCÉDURE

Éliminer l'excès de graisse externe du blanc de poulet, s'il y en a, puis retirer les cartilages. Placer le blanc dans un sachet sous vide avec les aromates et le faire maturer pendant 1 heure. Cuire à 68 °C pendant 18 minutes.

Temps de repos : 2 heures

LE MOT DU CHEF

« Grâce à Sonika, le blanc de poulet conserve toute sa tendreté et sa jutosité. La cuisson plus rapide réduit la perte de jus et révèle pleinement les qualités de la viande. »

Gérant d'un traiteur



SAUMON

MARINADE

INNOVATION CULINAIRE

Grâce à la technologie Sonika, les temps de marinade peuvent être considérablement réduits, tout en limitant l'utilisation du sel et du sucre, en utilisant jusqu'à dix fois moins de sel et de sucre que les méthodes traditionnelles.

MÉTHODE TRADITIONNELLE

Lors d'une marinade traditionnelle, les aliments s'assaisonnent, s'attendrissent et se conservent grâce à la pénétration progressive des arômes par osmose. Ce processus demande généralement entre 24 et 36 heures.



SAUMON

INGRÉDIENTS

Saumon	300 g
Sel fin	150 g
Sucre	40 g
Sucre de canne	40 g
Arômes selon les préférences (zestes d'orange, de citron ou de citron vert)	

PROCÉDURE

Nettoyer le saumon et retirer les arêtes.
Mélanger le sel, les sucres et les arômes,
puis enrober le saumon avec ce mélange
de marinade équilibré.

Placer le saumon dans un sachet sous
vide et le traiter avec Sonika pendant 1
heure, selon l'épaisseur du filet.

Temps de repos : 1 heure.

LE MOT DU CHEF

*« Grâce à Sonika, je prolonge la DLC
de mon saumon mariné tout en ren-
forçant sa sécurité alimentaire.
Un véritable atout pour servir mes
clients en toute sérénité. »*

Chef restaurateur



LE POULPE

MATURATION INDUITE[©]

INNOVATION CULINAIRE

Grâce à Sonika, le poulpe peut être préparé sans recourir aux longues phases de maturation traditionnelles. Ce procédé permet de réduire significativement les temps de cuisson tout en préservant les qualités nutritionnelles et organoleptiques du produit. Le résultat est une chair particulièrement tendre, savoureuse et respectueuse des délicates notes marines qui caractérisent le poulpe.

MÉTHODE TRADITIONNELLE

Les chairs des céphalopodes sont riches en tissu conjonctif. Pour les attendrir, elles sont généralement battues ou surgelées afin de rompre les fibres. Ces procédés améliorent la tendreté, mais entraînent souvent une perte importante de jus et de qualité organoleptique.



LE POULPE

INGRÉDIENTS

Poulpe entier frais 1

PROCÉDURE

Nettoyer le poulpe et séparer les tentacules. Les mettre dans un sachet sous vide et les maturer pendant 90 minutes. Cuire à 50 °C pendant 1 heure, puis terminer la cuisson à votre convenance en les faisant rissoler ou griller.

Temps de repos : 2 heures.

LE MOT DU CHEF

« Grâce à Sonika, j'obtiens un poulpe plus tendre, qui conserve sa couleur naturelle et toute sa fraîcheur, avec un résultat difficile à atteindre par les méthodes traditionnelles. »

Chef exécutif d'un restaurant deux étoiles Michelin



BRESAOLA VÉGÉTALE

MARINADE

INNOVATION CULINAIRE

Grâce aux ultrasons focalisés Sonika, la saumure et la marinade pénètrent plus rapidement et plus uniformément dans la matrice végétale, améliorant la texture, les arômes et l'homogénéité du traitement, tout en réduisant le temps de maturation à seulement 3 heures.

MÉTHODE TRADITIONNELLE

Le produit est immergé dans une saumure puis mariné pendant une phase de repos prolongée, reposant sur la diffusion naturelle des ingrédients dans la matrice végétale. Ce procédé peut entraîner une répartition moins homogène des arômes et nécessite des temps de traitement plus longs.



BRESAOLA VÉGÉTALE

INGRÉDIENTS

Céleri-rave	1 pièce
Solution acétique	1 l
Jus de betterave rouge	500 ml

PROCÉDURE

Mettre le céleri-rave avec les deux liquides dans un sachet sous vide et traiter avec Sonika pendant 90 minutes.

À la fin du processus, laisser reposer au réfrigérateur pendant 3 à 4 jours, selon la taille du céleri-rave. Retirer du liquide, conserver sous vide et trancher si nécessaire.

Temps de repos : 3 heures.

LE MOT DU CHEF

« J'ai été agréablement surpris par Sonika lors de mes expérimentations sur l'extraction des essences à partir de fibres végétales. »

Chef restaurateur



ASPERGES AU JUS D'ORANGE

MARINADE

INNOVATION CULINAIRE

Grâce aux ultrasons focalisés Sonika, la saumure et la marinade pénètrent plus rapidement et plus uniformément dans la matrice végétale, améliorant la texture, les arômes et l'homogénéité du traitement.

MÉTHODE TRADITIONNELLE

Le produit est immergé dans une saumure puis mariné pendant une phase de repos prolongée, reposant sur la diffusion naturelle des ingrédients dans la matrice végétale. Ce procédé peut entraîner une répartition moins homogène des arômes et nécessite des temps de traitement plus longs.



ASPERGES AU JUS D'ORANGE

INGRÉDIENTS

Asperges (calibre moyen)	10 pièces
Jus d'orange	15 cl
Sel	2 g
Poivre blanc	1 g

PROCÉDURE

Blanchir les asperges, puis les refroidir immédiatement dans de l'eau glacée afin de préserver leur couleur et leur texture. Préparer la marinade avec le jus d'orange, le sel et le poivre blanc. Déposer les asperges dans un sachet sous vide avec la marinade, puis sceller le sachet. Traiter le sachet avec la technologie Sonika pendant 20 minutes.

Temps de repos : 2 heures.

LE MOT DU CHEF

« Avec Sonika, les asperges conservent leur fraîcheur, leur couleur et leurs arômes. Une marinade plus rapide et plus homogène, pour un résultat impossible à obtenir avec les techniques traditionnelles. »

Chef restaurateur



PICKLES DE CAROTTES

MARINADE

INNOVATION CULINAIRE

Grâce aux ultrasons focalisés Sonika, la saumure et la marinade pénètrent plus rapidement et plus uniformément dans la matrice végétale, améliorant la texture, les arômes et l'homogénéité du traitement.

MÉTHODE TRADITIONNELLE

Le produit est immergé dans une saumure puis mariné pendant une phase de repos prolongée, reposant sur la diffusion naturelle des ingrédients dans la matrice végétale. Ce procédé peut entraîner une répartition moins homogène des arômes et nécessite des temps de traitement plus longs.



PICKLES DE CAROTTES

INGRÉDIENTS

Carottes	1 kg
Eau	10 cl
Vinaigre blanc	5 cl
Jus d'orange	5 cl
Sel	2 g
Sucre	15 g

PROCÉDURE

Éplucher les carottes, puis les tailler en bâtonnets réguliers.
Préparer la saumure ou la marinade, puis disposer les carottes dans un sachet sous vide avec le liquide de marinade.
Sceller le sachet et le traiter avec la technologie Sonika afin de favoriser une pénétration rapide et homogène de la marinade.
Laisser ensuite reposer les carottes pendant 1 heure avant de les servir ou de les conserver.

Temps de repos : 1 heure.

LE MOT DU CHEF

« J'ai été agréablement surpris par Sonika : une marinade plus rapide, plus homogène et des carottes aux saveurs et aux couleurs remarquablement préservées. »

Chef restaurateur



FRUITS CONFITS

CONFISAGE

INNOVATION CULINAIRE

Grâce à la technologie Sonika, il est possible d'osmoser les fruits et les légumes sans recourir à la chaleur, en préservant pleinement leurs qualités nutritionnelles, leurs arômes et leurs saveurs. Le résultat est un produit qui conserve sa couleur, sa texture et ses caractéristiques organoleptiques d'origine, tout en bénéficiant d'un procédé plus rapide et plus respectueux de l'ingrédient.

MÉTHODE TRADITIONNELLE

Le confisage est une méthode de conservation très ancienne qui consiste à remplacer l'eau naturellement présente dans l'aliment par du sucre grâce au phénomène d'osmose. Il s'agit traditionnellement d'un procédé long, qui nécessite également l'utilisation de la chaleur pour atteindre le résultat final et garantir la conservation du produit.



FRUITS CONFITS

INGRÉDIENTS

Fruits assortis à confire	
Sucre	650 g
Glucose	40 g
Eau	225 g

PROCÉDURE

Préparer un sirop en portant à ébullition l'eau, le sucre et le glucose. Découper les fruits selon la forme souhaitée, puis les placer dans un sachet sous vide avec le sirop. Lancer ensuite le procédé Sonika pendant 90 minutes.

À l'issue du traitement, égoutter les fruits en conservant le sirop, puis procéder à une déshydratation à 40°C pendant environ 4 heures.

Ramener ensuite le sirop à 70° Brix en ajoutant du sucre, réintroduire les fruits dans le sachet et répéter le traitement Sonika pendant 90 minutes supplémentaires.

Répéter l'opération jusqu'à ce que le sirop atteigne et maintienne de façon stable une concentration de 70° Brix.

Temps de repos : 1 heure.

LE MOT DU CHEF

« Grâce à la maturation induite®, les couleurs, les saveurs et les arômes restent intacts, pour un résultat difficilement atteignable sans la technologie Sonika. »

Chef pâtissier



SPIRITUEUX

INFUSIONS

INNOVATION CULINAIRE

Grâce à la technologie des ultrasons focalisés, il est possible d'optimiser et d'accélérer les processus d'infusions, favorisant l'extraction des composés les plus nobles des matières premières tout en préservant leur identité aromatique.

MÉTHODE TRADITIONNELLE

L'infusion permet d'extraire les arômes et les composés naturels des ingrédients. Traditionnellement, ce procédé nécessite de 24 heures à plusieurs jours, selon les matières premières utilisées.



SPIRITUEUX

INFUSIONS

INGRÉDIENTS

Eau	150 g
Saccharose	100 g
Alcool à 96%	125 g
Noyaux de cerises, ou noix ou amandes, ou la peau de 5 citrons	100 g

PROCÉDURE

Mélanger les liquides ensemble, ajouter l'ingrédient aromatique choisi, mettre sous vide et traiter avec Sonika pendant 4 heures.

Temps de repos : 2 heures.

LE MOT DU CHEF

«Avec Sonika, le citron révèle toute son intensité : une infusion rapide, fraîche et parfaitement équilibrée.»

Expert en mixologie

