

MON PETIT GUIDE  
pour l'utilisation de  
la poche à douille  
en pâtisserie



[www.sweetandsour.fr](http://www.sweetandsour.fr)



# Hello hello !

Bienvenue dans ce guide détaillé sur l'utilisation efficace de la poche à douille pour sublimer tes créations gourmandes.

Suis attentivement ces instructions et astuces pour réussir tes décors avec brio.

*Marie*

Cheffe pâtissière vegan  
Fondatrice de Sweet & Sour

# Types de poches à douille

1

## Poches réutilisables

- Fabriquées en toile ou en silicone.
- Idéales pour un usage fréquent.
- Un peu galères à nettoyer mais plus écologiques !

2

## Poches jetables

- Pratiques pour une utilisation ponctuelle.
- Évite la corvée de la vaisselle.
- Disponibles généralement en plastique.



# Montage de la poche à douille



## 01 CHOIX DE LA DOUILLE

- Sélectionne la douille en fonction du motif ou de la texture souhaitée.
- Assure-toi que la douille s'adapte parfaitement à l'embout de ta poche.

## 02 COUPE DE LA POCHE

- Si c'est une poche jetable, coupe l'extrémité de la poche en fonction de la taille de la douille.
- Ne coupe pas trop, commence petit et ajuste si nécessaire.



## 03 INSERTION DE LA DOUILLE

- Insère la douille dans l'embout coupé de la poche.
- Assure-toi qu'elle soit bien fixée et ne risque pas de glisser.
- Tourne le bout d'1/4 de tour et enfonce-le dans la douille pour pouvoir remplir ta poche sans que toute la préparation ne coule.

# Remplissage de la poche à douille

## Positionnement de la poche

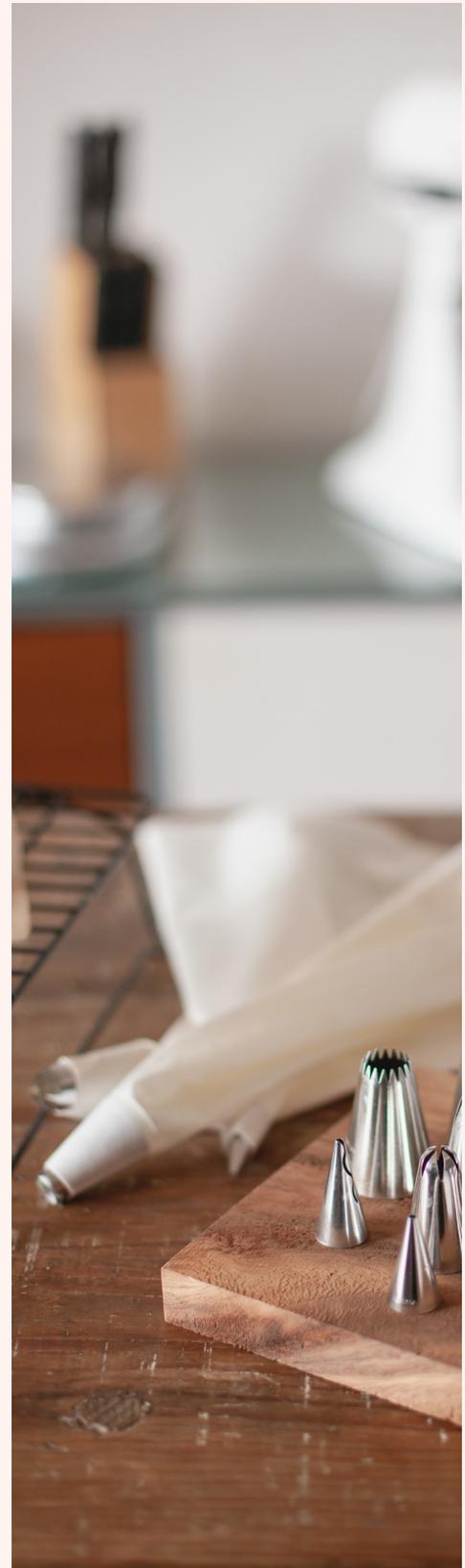
1

- Retourne le haut de la poche vers l'extérieur. 2 possibilités :
- Place le rebord retourné autour de ta main (gauche si tu es droitier, droite si tu es gaucher).
- Ou place la poche dans un verre avec le rebord replié vers l'extérieur.

## Remplissage de la poche

2

- À l'aide d'une maryse ou d'une corne, remplis la poche avec ta préparation.
- Aide-toi de ta main ou du rebord du verre pour racler ta prép.
- Ne surcharge pas la poche pour éviter les débordements.
- Referme le haut de la poche en la tournant sur elle-même et pousse l'appareil jusqu'au bord de la douille.



# Comment tenir sa poche à douille ?

1

## Position des doigts

- Enroule le haut de ta poche autour de ton index de ta main dominante et garde ta main en haut de la poche.
- Tourne la poche d'1/4 de tour pour faire descendre la préparation au fur et à mesure du pochage.
- Utilise les doigts de ton autre main au niveau de la douille pour guider et contrôler le flux de la préparation.

2

## Consistance de la préparation

- Assure-toi que ta préparation a une consistance adaptée au dressage.
- Une consistance trop liquide peut rendre le décor difficile ou couler. Au contraire, une préparation trop dure/figée peut être impossible à pocher.



# Techniques de pochage et dressage

## POUR LES CONTOURS

01

- Utilise une douille fine pour dessiner des contours précis.
- Maintiens ta poche à douille à un angle de 45 degrés.

## POUR DES ROSACES

02

- Choisis une douille cannelée.
- Tiens ta poche douille vers le bas, légèrement inclinée par rapport à la surface à décorer.
- Commence au centre et tourne la poche en formant un cercle.
- Souleve légèrement la poche à la fin.

## POUR DES POINTS

03

- Choisis une douille ronde ou cannelée.
- Tiens ta poche douille vers le bas, perpendiculaire à la surface à décorer.
- Positionne la douille au plus proche de la surface du gâteau.
- Exerce une pression régulière sur la poche, arrête la pression et éloigne la douille.
- Ne fais pas de mouvement circulaire avec une douille rond au risque d'avoir des 🤢 !



# 04

## POUR UN ZIGZAG

- Choisir une douille saint honoré (c'est une douille spécifique, ronde et fendue d'un côté).
- Positionne ta douille à quelques millimètres de la surface à décorer et penche-la légèrement. La partie la plus large de l'ouverture doit se situer au-dessus.
- Exerce une pression continue et uniforme sur la poche et réalise des petits mouvements de gauche à droite, tout en reculant au fur et à mesure pour réaliser une bande.



## Mes astuces en plus

- ✓ Ne pas mettre ses mains partout autour de la poche, surtout si la préparation est sensible à la chaleur.
- ✓ Avant de décorer ton gâteau, pratique tes motifs sur du papier cuisson pour perfectionner ta technique.
- ✓ Si tu as envie de t'entraîner à pocher sans gaspiller de crème, utilise de la mousse à raser !
- ✓ Garde en tête que le secret d'un beau pochage, c'est la pratique !

# Prêt.e à aller plus loin ?

Télécharge **“Le Grand Livre de la Pâtisserie Végétale”**, mon livre de référence le plus complet pour **apprendre la pâtisserie végétale**.

Plus de **100 recettes** de tous les desserts et grands classiques préférés des français en version végétale, sans produits d'origine animale, et uniquement avec des **ingrédients simples** et du **matériel accessible**. De quoi t'entraîner à manier la poche à douille avec brio et **réaliser des desserts aussi beaux que bons !**

**JE LE TÉLÉCHARGE**

Pour faire le plein de **good vibes** et de **gourmandise**, rejoins mes cours en ligne pas-à-pas, pour apprendre des techniques et poser plein de questions !

L'objectif : que tu ressortes des cours enrichi.e, avec plein de nouvelles connaissances et compétences, et boosté.e à bloc pour pâtisser vegan et convaincre les plus gourmands !

*Marie*

[www.sweetandsour.fr](http://www.sweetandsour.fr)

