

LA RÉGION CENTRE-VAL DE LOIRE PRÉSENTE

LES RECETTES RENAISSANCE(S)

— VIVA —

Leonardo
Da Vinci !

— 2019 —

500 ANS DE
RENAISSANCE(S)
EN CENTRE-VAL DE LOIRE

— FRANCE —

Sciences & innovation, patrimoine & histoire, arts & culture : tout le programme sur www.vivadavinci2019.fr





POUR COMPRENDRE LA CUISINE FRANÇAISE AU TEMPS DE LA RENAISSANCE

Notre connaissance de la gastronomie de la Renaissance reste lacunaire en raison du peu de livres de cuisine nouveaux parus en France au cours de la période (XVI^e siècle).

L'ouvrage de référence est sans aucun doute le *Livre de Cuisine tresutile & prouffitable*, paru en 1539. Quiconque veut avoir une idée de ce en quoi consistait la cuisine française de la Renaissance doit consulter cet ouvrage – réimprimé en 1542 et 1555 sous le titre *Livre fort excellent de cuisine*.

Remerciements

iehca

INSTITUT EUROPÉEN
D'HISTOIRE ET DES CULTURES
DE L'ALIMENTATION

COMMENT CARACTÉRISER LA CUISINE DE LA RENAISSANCE ?

Il n'existe pas une cuisine de la Renaissance radicalement originale, qui serait en rupture avec le Moyen Âge. Trois traits essentiels de la cuisine médiévale demeurent, que ce soit en France ou en Italie :

· Comme au Moyen Âge, même si la gamme se restreint quelque peu, on retrouve des **épices** dans tous les types de plats. Elles étaient principalement importées d'Asie, du sous-continent indien et de l'Indonésie actuelle, parfois d'Afrique – ainsi la maniguette. Le safran, couramment employé, était quant à lui cultivé en France. Dans *Livre de Cuyisine tresutile & prouffitable*, le **gingembre** occupe le premier rang, devant la **cannelle** ou le **clou de girofle** notamment. Des mélanges appelés « menues épices » se retrouvent dans de nombreux plats ; s'y mêlaient du gingembre, du poivre rond, de la cannelle, de la muscade et du clou de girofle voire du poivre long ou de la maniguette. Scappi, quant à lui, ne lésine pas davantage sur le gingembre, la noix de muscade ou la cannelle. On prêtait à ces épices des vertus médicinales et, du fait de leur prix élevé, leur utilisation était en soi une marque de distinction sociale, raison première de leur faveur. Il convient par contre d'oublier

la légende selon laquelle ces herbes, ces poudres et racines servaient à masquer le goût faisandé des viandes.

- Les **saucés** de la Renaissance sont d'une nature très différente des nôtres. Épicées, elles sont à base de verjus, de vinaigre, de bouillon gras, de lait, de lait d'amandes éventuellement... Surtout, si les sucs des viandes peuvent être réduits par cuisson, la farine ne sert pas d'agent de liaison, on lui préfère la mie de pain – séchée ou grillée. D'autres liants sont également employés : jaunes d'œufs, foies de volaille, blancs de chapon, amandes en poudre...
- On constate aussi une continuité dans les **saveurs**. Sans revenir sur l'abondant recours aux épices, on retiendra que l'aigre-doux n'est pas passé de mode au XVI^e siècle et que le penchant français pour l'acide ne se dément pas davantage – d'où la récurrence du verjus et du vinaigre dans les apprêts du temps.



LES TRAITS ORIGINAUX INTRODUIITS À LA RENAISSANCE



• LE BEURRE

Encore très peu utilisé dans les recettes du XV^e siècle, on constate un recours beaucoup plus grand au beurre. La cuisine carnée, elle, se fait cependant toujours avec du lard. Cette montée en puissance du beurre – pareillement perceptible en Italie – constitue une évolution fondamentale sur la longue durée. Il gagnera ensuite tous les types de préparations au point de devenir l'un des piliers de la cuisine française.

• LE SUCRE

La forte présence du sucre constitue sans doute la grande originalité de la cuisine de la Renaissance. On en retrouve dans des plats où l'on n'attendrait guère cet ingrédient aujourd'hui : que ce soit dans des recettes de « pieds de mouton », de « chapon bouilli » ou de « tarte à la moelle de bœuf »... Le sucre est alors une épice et, comme les autres épices, son utilisation est un outil de distinction sociale des deux côtés des Alpes. Il n'est pas rare de saupoudrer les mets avant de les servir : il ne faut pas seulement sucrer mais donner à voir que l'on sucre.



DES IDÉES REÇUES À ABANDONNER



Contrairement à ce qui est souvent affirmé, **la naissance de la grande cuisine française** – qui, si l'on doit choisir une date, interviendra au XVII^e siècle – **ne doit rien à l'Italie.** Catherine de Médicis, qui arriva en France en 1533, n'est certainement pas venue avec une armée de cuisiniers et de pâtissiers dans ses valises. À oublier, donc, les légendes entourant la pâte à chou et les choux à la crème, les glaces, la frangipane... Autant de produits qui ne sont en rien des dons de l'Italie à la France.

Cela ne signifie pas que l'Italie n'a eu aucune influence sur les usages culinaires français mais cette éventuelle influence se révèle difficile à mesurer. La plus grande place que semblent occuper les légumes dans l'alimentation des élites françaises de la Renaissance pourrait découler d'une imitation des goûts italiens. Au passage, notons que l'artichaut est, lui, certainement venu en France depuis l'Italie.

La liste des **produits originaires des Amériques** est longue : maïs, tomate, pomme de terre, avocat, citrouille, potiron, courge, courgette, poivron,

cacao, vanille, piment, ananas, toutes les variétés de haricots qui sont les nôtres...

L'inventaire est impressionnant mais, là encore, contrairement à ce que l'on peut lire sous de nombreuses plumes, **la découverte des Amériques n'a pourtant rien changé à la cuisine européenne** du XVI^e siècle car ces produits ont mis de très nombreuses décennies avant de s'imposer et de faire leur apparition dans les livres de cuisine. Il faut par exemple attendre le XVIII^e siècle pour voir **la tomate** se banaliser au sein des potagers de la France méridionale. **La pomme de terre** ne suscite pas davantage d'enthousiasme : rares sont les contrées où on la consomme à la fin du XVI^e siècle. Nourriture de pauvres, elle ne gagna toutes les régions qu'au XIX^e siècle. La seule véritable exception à cette lente acclimatation des denrées américaines est le dindon, qui fut très vite adopté en France et ailleurs. Dès 1534, Rabelais évoque les « poulies d'Inde ». Une viande qui resterait longtemps réservée aux plus riches.

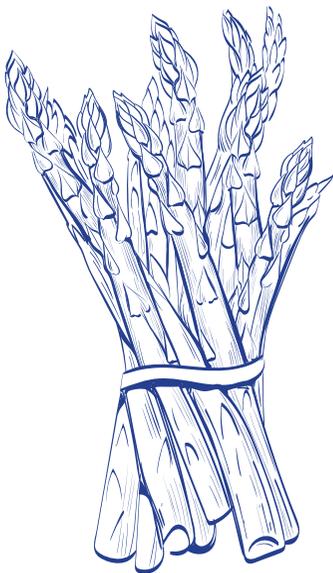
REPÈRE : QUELS FRUITS, LÉGUMES ET ÉPICES CONSOMMAIT-ON EN FRANCE À LA RENAISSANCE ?

Légumes suscitant un intérêt nouveau¹	Artichauts, Asperges, Champignons, Chicorée, Concombres, Épinards, Laitue, Melons, Navets
Épices les plus couramment utilisées	Gingembre, Cannelle, Clou de girofle, Safran « Menues épices » mélange variable : gingembre/poivre rond/ cannelle/muscade/clou de girofle, poivre long/ maniguette/garingal
Produits absents de la cuisine française au XVI^e siècle	Ananas, Avocat, Cacao, Café, Courges (Citrouille, potiron, courgette...), Haricots, Maïs, Poivron/piment, Pomme de terre, Thé, Tomate, Vanille

¹ Cet intérêt nouveau représente cependant une part très mince des ingrédients présents dans le Livre de Cuisine tresutile & prouffitable (1539). Moins de 10% des recettes comprises dans celui-ci ont un légume comme ingrédient principal.



À TABLE : DÉROULEMENT D'UN REPAS



▾ DANS LES CUISINES

Dans les cuisines des châteaux du Val de Loire et d'ailleurs, le foyer de la cheminée est le lieu où l'on cuit, sur feu ouvert ou sur braises. Toute une gamme d'ustensiles est à la disposition des hommes qui œuvrent à la satisfaction de leurs maîtres :

- Des chaudrons que l'on suspend à une crémaillère, ce qui permettait de les éloigner ou de les rapprocher des flammes.
- Des marmites sur trépieds ou posées à mêmes les braises.
- Des récipients en terre multiples, à fond plat pour la cuisson des viandes et/ou des légumes dans du bouillon.
- La lèche-frite, une plaque permettant de récupérer le jus des viandes.
- Des poêles à manches longs.
- Des poêles fermées d'un couvercle, que l'on entourait de braises, servaient à confectionner les préparations en croûte, pâtés et tourtes, alors très appréciées. Des fours servaient également à ce type de réalisation.

▾ FESTINS ET ART DE LA TABLE

Il n'existe aucune salle spécifiquement dédiée au repas. La table, simple planche posée sur des tréteaux, est dressée, au sens propre, là où le maître des lieux le souhaite. Lorsqu'un festin est organisé, les grandes salles des châteaux sont investies à moins que l'on choisisse d'élever des tentes dans la cour.

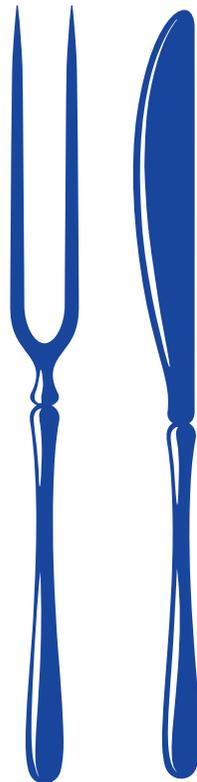
Le banquet est d'abord un spectacle avec le maître d'hôtel dans le rôle du chef d'orchestre. La dimension visuelle est essentielle et les mets constituent le premier ornement d'une table qui, en elle-même, reste relativement dépouillée, pour la France du moins.

La vaisselle d'apparat, précieuse, richement décorée, est exposée sur un meuble prévu à cet effet, le buffet ou dressoir : y sont exposés des plats, des aiguières, des flacons, des bassins... Symboles de l'opulence de l'hôte. Ces dressoirs consistent soit en des meubles permanents soit en des gradins, aux proportions parfois impressionnantes, spécialement montés pour une occasion particulière.

À TABLE : DÉROULEMENT D'UN REPAS

Sur la table médiévale, partout en Europe, les couverts étaient :

- **Le tailloir**, une plaque ronde ou carré sur laquelle on dépose une épaisse tranche épaisse de pain rassis, **le tranchoir**, qui sert de support aux aliments, viandes et poissons en sauce, rôtis ou grillés. Deux convives se partagent généralement ce tailloir/tranchoir.
- **L'écuelle** : pour les aliments liquides, individuelle.
- **La cuillère et le couteau**, que les invités apportaient avec eux.
- Pour les boissons, les possibilités sont multiples, **de la coupe en métal aux verres à pied, en passant par les gobelets de verre ou d'étain**. Quel que soit le type de contenant posé sur la table, il devait en tous les cas être partagé avec son voisin.



DEUX ÉVOLUTIONS NOTABLES À LA RENAISSANCE :

- **L'assiette moderne**, individuelle, supplante progressivement le tailloir/tranchoir au cours du XVI^e siècle ;
- La **fourchette**, couvert individuel, le plus souvent à deux dents, se répand au sein de l'aristocratie italienne dès le XV^e siècle. Elle gagne du terrain au cours du XVI^e siècle en France mais ne triomphera totalement qu'au début du XVIII^e siècle.

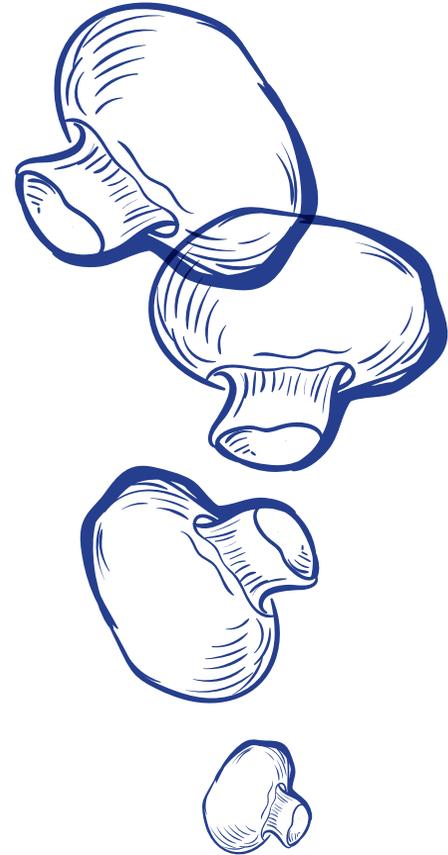
À TABLE : DÉROULEMENT D'UN REPAS

Si la belle vaisselle d'usage de la haute noblesse est en **argent**, mêmes les grandes maisons mangent au quotidien dans de la vaisselle **d'étain**.

La faïence (terre cuite à base d'argile) est de plus en plus appréciée par les élites françaises durant cette période. Certains font venir des pièces d'Italie – des faïences appelées majoliques – mais ce savoir-faire se développe aussi en France, à Lyon notamment, où s'installent des artisans transalpins. Ces majoliques relevaient avant tout de la vaisselle d'apparat, exposée sur les dressoirs.

Quant à **la verrerie**, si elle n'a évidemment rien d'une innovation, la supériorité italienne – vénitienne en particulier – ne souffrait guère de contestation. Depuis le XIV^e siècle, des productions italiennes étaient importées et copiées en France, à Paris et ailleurs.

Sur la table, le plus bel objet est sans doute **la nef**, attribut des monarques et des puissants mais que des seigneurs plus modestes possèdent aussi. Ces coffrets en forme de navire accueillent cuillère, couteau, serviettes, cure-dents et épices. Les plus splendides, en or ou en argent doré, étaient serties de pierres précieuses, pesaient plusieurs dizaines de kilos et pouvaient mesurer jusqu'à près d'un mètre de haut. Celle des rois de France était disposée face à eux à chaque repas. À partir du règne d'Henri II (1547-1559), apparaît l'« assiette à cadenas », une sorte de plateau carré en argent muni de compartiments ; sur le **cadenas** étaient posés les couverts et la serviette du roi tandis que les compartiments abritaient sel et épices.



À TABLE : DÉROULEMENT D'UN REPAS

↳ ORDRE DES METS

Règne alors ce que les historiens appellent le « **service à la française** ». Le repas est divisé en plusieurs séquences qui se succèdent, ces séquences étant appelées « services ». À chaque service tous les plats sont disposés en même temps sur la table, selon les plans fixés par le maître d'hôtel.

Le nombre de séquences varie mais, pour la France, on retiendra la structure-type suivante :

→ **ENTRÉE DE TABLE**

→ **POTAGES**

→ **RÔT**

→ **ISSUE DE TABLE**

Ces services doivent leur nom à leur place dans le déroulé du repas bien plus qu'à la nature des mets qui y sont servis.

→ ENTRÉE DE TABLE

Elle se caractérise par une grande diversité : pâtés de viandes, abats, charcuteries, viandes en sauce, salades crues ou cuites... Comme au Moyen Âge, on y trouve même des aliments sucrés, des fruits à jus voire des pâtisseries – chose qui ne se fera plus au XVII^e siècle.

→ POTAGES

Le service des potages compte une vaste palette de préparations et non pas seulement des « potages » au sens actuel. On y trouve effectivement des soupes, légères ou épaisses, mais aussi des plats en sauce, des viandes bouillies, avec ou sans légumes, et des préparations à base de légumes.

→ RÔT

Ce temps du festin ne se limite pas à la consommation de viandes à la broche. Celles-ci dominent bien sûr mais des poissons et des pâtés sont aussi servis. Parmi les viandes rôties, certaines sont assaisonnées d'une sauce, voire recuites dans la sauce après une première cuisson à la broche. Volailles de basse-cour, gibiers à plume et à poil, cochons de lait, telles étaient les viandes à rôti par excellence.

→ ISSUE DE TABLE

Ce que nous appellerions le dessert. On y retrouve beaucoup de fruits, à jus et secs, crus et cuits, des tartes et tourtes, aux fruits notamment, des pâtisseries sucrées, des crèmes, des fromages frais... Les mets salés, rares, n'en sont toutefois pas (encore) totalement exclus.

À TABLE : DÉROULEMENT D'UN REPAS

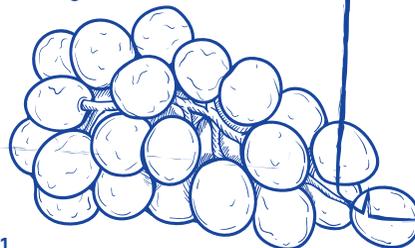
➤ ET LE VIN

En France à la Renaissance on aime les vins légers, blancs ou claires – on parlerait de rosés ou de rouges légers. Des vins jeunes que l'on buvait coupés d'eau. Au XVI^e siècle, l'habitude de réchauffer le vin a petit à petit cédé le pas à celle de boire frais. Une imitation des pratiques italiennes peut-être.

Les vins les plus prestigieux venaient de Bourgogne, de la région de Beaune, et de Champagne, des environs d'Ay – il s'agissait de vins tranquilles. Pour le val de Loire, les vins de Touraine n'étaient alors guère réputés, à l'inverse de ceux de l'Orléanais, qui sont bus à Paris et par la famille royale. Certains vins étrangers étaient également très estimés, parmi ceux-ci, les vins liquoreux importés de Méditerranée orientale, de Chypre en particulier, étaient certainement les plus chers.

Ajoutons que, en Italie au moins, la notion d'accords mets-vins n'est pas totalement ignorée. Ce sont des accords verticaux qui sont envisagés, c'est-à-dire l'enchaînement des vins au cours du repas : des blancs légers pour l'entrée aux nectars capiteux pour les desserts.

Quant à l'hypocras, il en existait de nombreuses variantes ; celui à base de vin blanc se buvait plutôt en début de repas tandis que celui à base de vin rouge ou de clairet venait le clore, en compagnie des « épices de chambre » – ces épices confites dans du sucre ou du miel, destinées à aider la digestion.



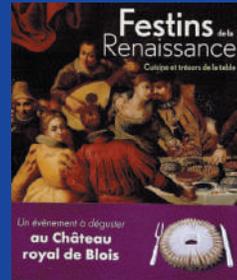
**QUELQUES
OUVRAGES
DE RÉFÉRENCE,
DISPONIBLES
EN LIBRAIRIE,
EN BIBLIOTHÈQUE,
OU POUVANT ÊTRE
COMMANDÉS
SUR INTERNET**



**Le boire
et le manger
au XVI^e siècle**

*Marie VIALLO-
SCHONEVELD
(direction
scientifique)*

Publications
de l'Université
de Saint-Etienne,
2004.



**Festins de la
Renaissance
– Cuisine et trésors
de la table au XVI^e
siècle (Collectif)**

Éditions d'art Somogy,
2012.



**La Gastronomie
à la Renaissance
– 100 recettes
de France et d'Italie**

*Françoise SABBAN
et Silvano SERVENTI*
Stock, 1997.

CAHIER DE RECETTES ET PLATS DE LA RENAISSANCE

Les recettes présentées ci-dessous proviennent principalement de traités italiens du XVI^e siècle, de l'*Opera* de Bartolomeo Scappi (1570) en particulier, considéré comme le plus grand livre culinaire de la Renaissance.

Elles ont été modernisées et adaptées au goût du jour – mais dans un souci constant de fidélité aux recettes originales – par Françoise Sabban et Silvano Serventi dans *La Gastronomie à la Renaissance. 100 recettes de France et d'Italie*, Paris, Stock, 1997.

Remerciements

iehca

INSTITUT EUROPÉEN
D'HISTOIRE ET DES CULTURES
DE L'ALIMENTATION



SOMMAIRE

ENTRÉES

- ASPERGES AU JUS / Page 17
- FONDS D'ARTICHAUT FARCIS / Page 19
- LAITUES FARCIES / Page 21
- ŒUFS FRITS AU ROMARIN / Page 23
- SOUPE AUX LENTILLES / Page 25

PLATS

- BROCHETTES DE FOIES DE VOLAILLE / Page 27
- CARPES EN SAUCE / Page 29
- CHAPON MARINÉ GRILLÉ / Page 31
- ESCABÈCHE DE POISSONS / Page 33
- ESCALOPES DE VEAU MARINÉES GRILLÉES / Page 35
- FRICASSÉE DE POULET AU CITRON / Page 37
- GÂTEAU D'AUBERGINES / Page 39
- GRATIN DE CHAMPIGNONS

- AUX NOIX / Page 41
- PÂTES (TYPE LASAGNE) / Page 43
- PÂTÉ DE RIS DE VEAU / Page 45
- PAUPIETTES DE VEAU / Page 48
- PETITS POIS À LA CRÈME / Page 51
- TOURTE D'ASPERGES / Page 53

DESSERTS

- BEIGNETS DE VENT / Page 55
- CRÈME À LA HONGROISE / Page 57
- CRÈME FRAÎCHE EN TARTE / Page 59
- DARIOLES / Page 61
- POIRES CONFITES AU VIN / Page 63
- TOURTE DE PÊCHES OU D'ABRICOTS / Page 65

BOISSON

- HYPOCRAS / Page 67



▾ INGRÉDIENTS

1 kg de **pointes d'asperges blanches**

2 tranches de **jambon cru**

50 cl de **bouillon de poule**
ou de bœuf dégraissé non salé

3 cuillerées à soupe d'**herbes odoriférantes hachées**
(persil, menthe, ciboule, etc.)

¼ de cuillerée à café
de **poivre moulu**

¼ de cuillerée à café
de **cannelle en poudre**

3 bonnes pincées
de **safran** en filaments

2 cuillerées à soupe de **groseilles à maquereau** ou, selon la saison,
3 cuillerées à soupe de verjus ou
encore 3 cuillerées à soupe de
vinaigre de cidre

Sel

ENTRÉE

ASPERGES AU JUS

PRÉPARATION

- Éplucher soigneusement les asperges en ne gardant que la partie la plus tendre.
- Filtrer le bouillon et le porter à ébullition.
- Pendant ce temps, émincer le jambon en une julienne assez fine.
- Quand le bouillon bout, ajouter les asperges et le jambon.
- Saler modérément (à cause du jambon) et laisser cuire doucement à couvert.
- Lorsque les asperges commencent à être tendres, découvrir, ajouter les épices, les herbes et les groseilles ou le verjus.
- Laisser mijoter quelques instants seulement (le temps que les groseilles crèvent et que le safran infuse) pour éviter que les herbes perdent leur belle couleur verte.

Servir dans un plat creux avec le jus de la cuisson.



▾ INGRÉDIENTS

1 quinzaine d'**artichauts**
de moyenne grosseur

30 à 40 cl de **bouillon de poule**

30 g de **lard fondu** ou de **saindoux**

150 g de viande de **veau maigre**
(pour la farce)

1 tranche épaisse de **jambon**
de **Parme** (environ 130 g)

75 g de **fromage frais** (genre
Petit Gervais ou Petit-Suisse)

1 **œuf**

2 cuillerées à soupe d'**herbes**
aromatiques hachées finement
(essentiellement du persil avec
quelques feuilles de menthe,
sauge et romarin)

1 petite **gousse d'ail**

Noix de muscade

Gingembre en poudre

Sel et poivre

ENTRÉE

FONDS D'ARTICHAUT FARCIS

PRÉPARATION

- Enlever les feuilles et le foin pour obtenir les fonds.
- Au fur et à mesure les asperger de jus de citron, puis les laisser tremper dans de l'eau avec du jus ou des tranches de citron, de manière qu'ils restent bien blancs.
- Puis les égoutter et les ébouillanter pendant 5 minutes dans de l'eau bouillante salée. Égoutter et réserver jusqu'au moment de les préparer.
- Hacher finement le veau et le jambon, puis mélanger les deux viandes.
- Ajouter le fromage en le mêlant intimement à l'aide d'une fourchette.
- Ajouter l'œuf, l'ail haché puis les herbes.
- Assaisonner de poivre, noix de muscade et gingembre selon le goût. Saler modérément, car le jambon est déjà salé par lui-même.
- Préchauffer le four à 180 degrés.
- Enduire de lard fondu avec un pinceau le fond d'un plat à four.
- Emplir généreusement le creux de chaque fond d'artichaut avec la farce en faisant un petit dôme, et placer chaque fond dans le plat.
- Recouvrir à moitié avec le bouillon et faire cuire pendant environ ½ heure au four chaud (180-200 degrés) en arrosant de temps en temps avec le bouillon. La farce est ainsi bien dorée mais reste néanmoins moelleuse.



▾ INGRÉDIENTS

5 grosses laitues

250 g de ricotta

50 g de parmesan
fraîchement râpé

¼ de cuillerée à café
de cannelle en poudre

1 pointe de couteau
de clou de girofle
en poudre

2 jaunes d'œufs

35 cl de bouillon
de viande gras

Sel

Poivre du moulin

ENTRÉE

LAITUES FARCIES

PRÉPARATION

- Éplucher la partie externe des laitues en enlevant les feuilles dures et vertes, couper soigneusement le trognon, pour ne conserver qu'un gros cœur.
 - Prendre un grand faitout, le remplir d'eau, saler et porter à ébullition.
 - Quand l'eau bout, plonger une à une chaque laitue dans l'eau bouillante et la retirer immédiatement.
 - Rincer à l'eau froide, égoutter et réserver.
 - Mélanger la ricotta, le parmesan, les épices et les jaunes d'œufs en une farce bien homogène. Goûter et rectifier l'assaisonnement si nécessaire.
 - Écartier les feuilles de chaque laitue avec beaucoup de soin, de manière à en ouvrir le cœur.
- Au milieu des petites feuilles centrales, mettre 2 cuillerées à soupe de farce, puis replier les feuilles en les étendant bien sur la farce de manière à obtenir de jolis petits paquets verts.
 - Dans une casserole pouvant contenir à plat les 5 laitues farcies, verser la partie grasse du bouillon et faire chauffer.
 - Placer soigneusement les laitues dans le fond de la casserole, laisser cuire quelques instants, puis ajouter le reste de bouillon, couvrir et laisser mijoter à feu très doux pendant une bonne heure.
 - Servir en découpant en croix chaque paquet, de manière que l'on voie la farce blanche à l'intérieur.



▾ INGRÉDIENTS

1 œuf par personne

½ orange amère
par personne

6 œufs

3 oranges amères
(ou 2 citrons et 2 oranges
douces)

Sucre pour saupoudrer

12 petits brins de romarin

100 g de beurre
ou 8 cuillerées à soupe
d'huile d'olive

ENTRÉE

ŒUFS FRITS AU ROMARIN

PRÉPARATION

- Bien laver et sécher les brins de romarin.
- Faire chauffer le beurre dans la poêle puis casser les œufs un à un dans la poêle.
- Mettre deux brins dans chaque œuf, de manière qu'ils soient pris dans le blanc qui coagule.
- Quand le blanc commence à griller sur les bords, à l'aide d'une palette, replier chaque œuf en deux de manière à former une petite bourse, et en faisant bien attention à ne pas rompre le jaune dans le milieu.

Servir dans chaque assiette, asperger de jus d'orange amère et saupoudrer de sucre en poudre.



▾ INGRÉDIENTS

250 g de **lentilles**

1 petit **oignon**

1 petit bouquet de **persil**

1 grosse poignée
de **feuilles de bettes**

Huile d'olive

Sel

4 tranches de **pain
de campagne** rassis

ENTRÉE

SOUPE AUX LENTILLES



PRÉPARATION

- Trier les lentilles et les mettre dans une bonne quantité d'eau froide.
- Porter à ébullition et maintenir l'ébullition pendant quelques minutes, puis égoutter les lentilles.
- Hacher fin le persil et les bettes, les saupoudrer de sel fin, puis les faire revenir à feu doux pendant 5 à 8 minutes dans 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive.
- Leur ajouter les lentilles égouttées, faire revenir le tout pendant quelques secondes, et ajouter 2,5 litres d'eau.
- Porter à ébullition, saler modérément et laisser cuire à feu doux pendant environ 30 à 40 minutes, jusqu'à ce que les lentilles soient très bien cuites.
- Rectifier l'assaisonnement et servir en versant sur les tranches de pain.



▾ INGRÉDIENTS

500 g de foies de volaille

150 g de lard

Feuilles de sauge
et/ou de laurier

Crépine de porc
lavée et essorée

Sel

Poivre

6 brochettes de bois

PLATS

BROCHETTES DE FOIES DE VOLAILLE



PRÉPARATION

- Dénervrer soigneusement les foies et les couper en morceaux de la grosseur d'une noix.
- Couper le lard en petites tranches.
- Laver les feuilles de sauge ou de laurier et les sécher. Embrocher, en les serrant bien, les morceaux de foies, les tranches de lard et les feuilles aromatiques en alternant.
- Saler et poivrer généreusement.
- Entourer chaque brochette avec un morceau de crépine.
- Faire griller sous le gril du four ou mieux sur des braises à feu doux pendant 6 à 7 minutes de chaque côté.

Servir aussitôt.



▾ INGRÉDIENTS

1 **carpe** de 700 g environ

1 gros **oignon** coupé
en tranches

60 g de **beurre**

1 petit **citron** conservé
à la saumure

1 pointe de couteau
de **noix de muscade** râpée

¼ cuillerée à café
de **gingembre** en poudre

2 cuillerées à soupe
de **marjolaine** et **menthe**
fraîches hachées

5 cl de **vin blanc sec**

15 cl de **bière blonde**
de bonne qualité

Sel

PLAT

CARPES EN SAUCE

PRÉPARATION

- Écailler, vider, nettoyer, laver et sécher la carpe.
- Éliminer la tête et couper la carpe en 4 tronçons.
- Saler abondamment les morceaux et laisser reposer pendant 10 minutes environ.
- Essuyer le sel avec un linge ou un papier essuie-tout.
- Couper l'oignon en tranches fines et le faire colorer dans 40 grammes de beurre.
- Ajouter les morceaux de poisson puis le citron coupé en tranches.
- Laisser les morceaux cuire d'un côté pendant une minute, les retourner sur l'autre face et laisser de nouveau cuire le même laps de temps.
- Ajouter les épices, les herbes hachées, les 20 grammes de beurre restant.
- Baigner avec le vin blanc et saler modérément.
- Porter à ébullition pendant quelques instants, puis baisser le feu au minimum, verser la bière, couvrir et laisser mijoter pendant 8 à 10 minutes.

Servir chaud.



▾ INGRÉDIENTS

1 chapon ou 1 beau
poulet fermier

5 ou 6 gousses d'ail

1 grosse cuillerée à café
de graines de coriandre

10 clous de girofle

¼ noix de muscade

3 morceaux d'écorce
de cannelle

30 cl de vin blanc

15 cl de vinaigre de vin blanc

15 cl de jus de raisin

Sel

PLAT

CHAPON MARINÉ GRILLÉ

PRÉPARATION

- 8 heures environ avant le repas : bien nettoyer la volaille, puis la plonger dans l'eau bouillante salée et la laisser cuire pendant 10 minutes environ, un peu plus selon le volume de la bête.
 - La sortir, l'égoutter et la laisser refroidir.
 - Faire réduire de moitié le jus de raisin par ébullition.
 - Pendant ce temps, écraser grossièrement l'ail, puis piler dans un mortier ou passer au mixer toutes les épices.
 - Découper la volaille en 4 morceaux et les placer dans un grand saladier.
- Saupoudrer d'épices, ajouter l'ail écrasé, puis le vin, le vinaigre et le jus de raisin concentré.
 - Couvrir et laisser macérer au réfrigérateur pendant 8 heures.
 - Sortir les morceaux de viande de leur marinade et les laisser reposer à température ambiante pendant 20 à 30 minutes.
 - Disposer les morceaux sur un grill et les faire doucement griller en les arrosant de temps à autre de marinade, jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. Compter 8 à 10 minutes de chaque côté.



▾ INGRÉDIENTS

4 truites

75 cl d'**huile d'olive**
(pour une grande friture)

75 cl de **vinaigre blanc**

20 cl de **vin liquoreux**
(de type Montlouis
ou Vouvray,...)

4 **clous de girofle**

1/2 cuillerée à café de **poivre
en grains** grossièrement écrasés

2 cm de bois de **cannelle**
grossièrement écrasé

6 tranches de **citron**
avec la peau

5 à 6 branches de **romarin**

Sel

Farine

PLAT

ESCABÈCHE DE POISSONS

PRÉPARATION

- Vider, nettoyer et laver les truites.
 - Les sécher soigneusement puis les saupoudrer généreusement de sel fin, et laisser reposer de 20 à 30 min.
 - Pendant ce temps, mélanger le vinaigre, le vin doux, les épices, le citron et une bonne pincée de sel.
 - Porter à ébullition dans une casserole et laisser bouillir à couvert pendant quelques instants.
 - Faire chauffer l'huile de friture.
 - Sécher soigneusement les truites en enlevant une partie du trop-plein de saumure et les fariner très légèrement.
 - Lorsque l'huile est assez chaude, mais pas trop, faire frire les truites pendant environ 6 minutes.
 - Elles doivent à peine doré et cuire doucement.
- Les égoutter une à une sur du papier absorbant.
 - Les placer dans un plat creux, intercaler les branches de romarin entre chaque poisson, et arroser avec le vinaigre bouillant, en mettant 1 tranche de citron sur chaque truite.
 - Récupérer le vinaigre dans le fond du plat et arroser plusieurs fois les truites.
 - Laisser refroidir, couvrir et mettre au frais.
 - Après 24 heures de repos au réfrigérateur, verser la marinade dans une casserole, porter à ébullition, puis la verser de nouveau sur les poissons.
 - Laisser mariner et réserver au frais jusqu'au moment de consommer.

Ce plat se conserve plusieurs jours au frais.



▾ INGRÉDIENTS

4 escalopes de veau
bien larges

4 cuillerées à soupe
de **vin liquoreux**
(de type Montlouis
ou Vouvray,...)

4 cuillerées à soupe
de **vinaigre de vin rouge**

1 **gousse d'ail**

1 cuillerée à soupe
de **graines de coriandre**

20 à 30 g de **saindoux**

100g de **lard** coupé
en tranches très fines

1 ou 2 **oranges amères**
(ou 1 citron et 1 orange douce)

Sel

Poivre

PLAT

ESCALOPES DE VEAU MARINÉES GRILLÉES

PRÉPARATION

- Préparer la marinade : écraser au pilon ou passer au mixer les graines de coriandre et leur ajouter le vin liquoreux, le vinaigre, la gousse d'ail grossièrement écrasée, du sel et du poivre en bonne quantité, et laisser reposer 1 heure environ.
- Puis étaler ce mélange sur chaque escalope et les empiler l'une sur l'autre en les serrant bien dans un récipient juste à leur taille.
- Couvrir et les laisser ainsi s'imprégner des goûts de la marinade pendant 1h dans un lieu frais.
- Au moment de cuisiner les escalopes : préchauffer le four à 180-200 degrés et enduire légèrement de saindoux le fond d'un plat à four assez large pour les contenir toutes.
- Couper les escalopes en 2 ou en 3 morceaux si elles sont très grandes, et les placer régulièrement l'une à côté de l'autre dans le plat.
- Mettre une ou deux tranches de lard sur chaque escalope et faire cuire au four chaud pendant 8 à 10 minutes, en surveillant la cuisson. Les escalopes doivent rester bien moelleuses.
- Retirer les tranches de lard et servir les escalopes accompagnées de quartiers d'orange amère ou d'agrumes – à presser dans l'assiette par le client.



▾ INGRÉDIENTS

1 poulet fermier

60 g de lard ou de beurre

½ citron

20 cl de bouillon de poule
ou d'eau minérale

1 beau bouquet de persil

1 petit bâton de cannelle

1 œuf

½ oignon piqué de clous
de girofle

1 œuf

Le jus de 2 citrons

Sel

PLAT

FRICASSÉE DE POULET AU CITRON

PRÉPARATION

- Découper le poulet en morceaux réguliers pendant que le beurre ou le lard chauffe dans la cocotte.
 - Quand la graisse est bien chaude, faire dorer le poulet.
 - Enlever les morceaux de viande de la cocotte, et éliminer la plus grande partie de la graisse.
 - Remettre les morceaux de poulet avec le demi-citron, le persil, la cannelle et l'oignon.
 - Saler et baigner avec le bouillon.
 - Couvrir et faire cuire à feu doux pendant 30 minutes environ.
 - Enlever les morceaux de poulet et réserver au chaud.
- Faire réduire le jus de cuisson s'il est trop abondant (volume supérieur à 1/4 de litre).
 - Pendant ce temps, battre au fouet le jus des citrons et l'œuf.
 - Si le jus de cuisson est bouillant, baisser le feu au minimum et ajouter le mélange jus de citron/œuf.
 - Remuer au fouet jusqu'à léger épaissement et retirer du feu.
 - Rectifier l'assaisonnement si nécessaire et verser sur les morceaux de poulet.

Servir aussitôt.



▾ INGRÉDIENTS

800 g à 1 kg d'aubergines

3 cuillères à soupe d'huile d'olive ou 50 g de beurre

Farine

4 grosses cuillerées à soupe d'herbes aromatiques hachées finement (menthe, marjolaine, persil, barbe de fenouil)

2 gousses d'ail écrasées

1 mozzarella de 125 g

1 cuillère à soupe de chapelure

Mélange d'épices sucré :

- ¼ cuillère à café de poivre moulu
- Pointe de couteau de clou de girofle en poudre
- ¼ cuillère à café de cannelle en poudre
- 1 cuillère à soupe de sucre en poudre

3 cuillères à soupe de verjus (ou de vinaigre de cidre)

Sel

PLAT

GÂTEAU D'AUBERGINES

PRÉPARATION

- Éplucher les aubergines, les couper en tranches fines dans le sens de la longueur et les faire tremper dans l'eau froide pendant une demi-heure.
- Puis les égoutter et les faire cuire à l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'elles soient à peine transparentes (pendant environ 6 à 7 minutes).
- Les égoutter et attendre qu'elles tiédissent.
- Couper la mozzarella en tranches fines.
- Dans un plat à gratin verser 2 cuillerées à soupe d'huile.
- Étaler les tranches d'aubergines sur un grand plateau et les saupoudrer très légèrement de farine.
- Les retourner et fariner l'autre côté de même.
- Mettre une couche d'aubergines dans le plat à gratin.
- Saupoudrer de 1/3 des herbes hachées, puis de 1/3 du mélange d'épices sucré.
- Arroser avec 1 cuillerée à soupe de verjus.
- Placer une couche de mozzarella.
- Recommencer la même opération et terminer par une couche d'aubergines, que l'on arrose de la dernière cuillerée de verjus et que l'on parsème du reste de hachis d'herbes, d'épices et enfin de chapelure.
- Arroser avec le reste d'huile d'olive et faire cuire à feu modéré pendant une heure jusqu'à ce que la surface du gratin soit bien dorée.



▾ INGRÉDIENTS

1 kg de champignons sauvages
ou de champignons de Paris

500 g de noix entières
ou 250 à 300 g de cerneaux
de noix

4 gousses d'ail

Huile d'olive

Sel

Poivre

PLAT

GRATIN DE CHAMPIGNONS AUX NOIX

PRÉPARATION

- Éplucher soigneusement et laver si nécessaire les champignons.
- Les faire cuire à l'eau bouillante salée pendant environ 7 minutes.
- Les égoutter et réserver.
- Pendant ce temps, casser les noix et passer les cerneaux au mixer pour obtenir un mélange granuleux pas trop fin.
- Éplucher les gousses d'ail et les hacher finement.
- Lorsque les champignons sont froids, les hacher finement.
- Dans un plat à gratin verser une bonne couche d'huile d'olive, recouvrir

d'une couche de champignons ; saler si nécessaire, parsemer régulièrement d'ail haché et saupoudrer de poivre. Recouvrir d'un filet d'huile puis d'une couche de noix pilées.

- Recommencer la même opération une seconde fois.
- Recouvrir d'un filet d'huile la dernière couche de noix, et faire cuire à couvert à 200 degrés au four.
- 10 minutes avant la fin de la cuisson, découvrir et faire dorer le dessus du gratin.

Servir aussitôt.



▾ INGRÉDIENTS

350 g de farine

1 œuf

10 à 12 cl d'eau tiède
(selon le degré d'hygrométrie de
la farine)

1 cuillerée à café
de sel en poudre

5 cuillerées à soupe
de parmesan fraîchement râpé

50 à 60 g de beurre frais

1/3 cuillerée à café
de cannelle en poudre

PLAT

PÂTES (TYPE LASAGNE)

PRÉPARATION

- Mélanger le sel avec la farine.
 - Mettre la farine en fontaine sur un marbre et mélanger progressivement l'œuf préalablement battu à la fourchette et l'eau tiède de manière à obtenir une pâte ferme.
 - L'étaler le plus finement possible au rouleau à pâtisserie. Si l'on utilise une machine, en faire des abaisses à l'épaisseur de l'avant-dernier cran de la machine.
 - Découper en rectangles réguliers de 3 x 4 centimètres de côté avec une roulette à pâte et les laisser sécher à l'air jusqu'à la cuisson.
- Faire chauffer une grande casserole d'eau salée et faire cuire les pâtes al dente.
 - Les égoutter soigneusement puis les assaisonner avec le beurre et le parmesan et la cannelle (les deux préalablement mélangés).

Servir aussitôt.



PÂTÉ DE RIS DE VEAU

▾ INGRÉDIENTS

Pâte

750 g de **farine**

200 g de **beurre**

2 **jaunes d'œufs**

30 cl d'**eau**

1 **œuf battu** pour dorer

Sel

Appareil

200 g de **lard salé** (gras avec un peu de maigre) haché ; ou 150 g si l'on a de la moelle de veau

4 **ris de veau**

2 cuillerées à soupe de **groseilles à maquereau** ou 2 cuillerées à soupe de **vinaigre de cidre**

1 cuillerée à soupe de **moelle d'os de veau** (si possible)

¼ cuillerée à café de **cannelle** en poudre

1 pointe de couteau de **clou de girofle** en poudre

Le jus de 2 **citrons**

3 **jaunes d'œufs**

1 cuillerée à soupe de **vin blanc liquoreux** (de type Montlouis ou Vouvray,...)

Sel et poivre du moulin

PRÉPARATION

- Faire dégorger les ris de veau à l'eau froide dans une jatte au réfrigérateur jusqu'à leur emploi.
- Préparer d'abord la pâte.
- Faire chauffer l'eau avec le beurre.
- Mettre la farine en fontaine sur un plan de travail, saler généreusement et faire un trou au centre.
- Quand l'eau a atteint son point d'ébullition, la verser sur la farine, et mélanger à l'aide d'une fourchette, puis, dès que la température le permet mélanger avec les mains et incorporer les jaunes d'œufs en malaxant bien la pâte jusqu'à ce qu'elle soit bien homogène.
- La laisser reposer à couvert et au chaud dans une jatte pendant 30 minutes.

- Pendant ce temps, préparer les ris de veau.
- Pour pouvoir enlever leur peau externe, les plonger pendant quelques secondes dans l'eau bouillante puis les rafraîchir.
- Prélever ensuite délicatement les peaux externes.
- Mettre les ris de veau dans une casserole d'eau où ils seront bien à l'aise, avec 1 bonne cuillerée de gros sel et porter à ébullition à feu très doux.
- Maintenir une ébullition très légère pendant 2 minutes, puis les égoutter et les plonger dans l'eau froide.
- Les couper ensuite en gros dés, puis les mélanger avec les épices, les groseilles ou le vinaigre de cidre.
- Ne pas hésiter à poivrer généreusement pour relever le goût naturellement fade de cette farce.
- Pour modeler le pâté, prendre un

cercle à bavaois haut, d'un diamètre de 22 centimètres et le poser sur une plaque à pâtisserie saupoudrée de farine.

- Étaler la bonne moitié de la pâte encore tiède et bien malléable sur un plan fariné en une abaisse épaisse.
- Foncer le cercle en laissant déborder la pâte sur les bords.
- Façonner la pâte qui se travaille aisément comme une pâte à modeler.
- Répartir uniformément dans le fond 1/3 du lard râpé, puis l'appareil de ris.
- Ajouter le reste de lard, de manière à remplir parfaitement le pâté en forme de dôme léger.
- Abaisser le reste de pâte et couvrir le pâté en soudant bien les bords.
- Faire une petite décoration sur le dessus, fleurs ou feuilles à son gré, et faire une entaille circulaire légère dans la pâte sur le dessus, ce qui

permettra de détacher un couvercle, une fois la cuisson effectuée.

- Dorer uniformément à l'œuf battu.
- Faire cuire au four à 180-190 degrés pendant 1 heure 30, en surveillant la couleur.
- Si le pâté dore trop vite, le protéger avec un papier sulfurisé ou aluminium.
- Battre au fouet trois jaunes d'œufs avec le jus de 2 citrons et 1 cuillerée de vin liquoreux.
- Quand le pâté est cuit, le sortir du four, ôter le couvercle en suivant délicatement la prédécoupe et verser dans le pâté bouillant le mélange jaunes d'œufs/jus de citron. Remettre le couvercle en place.
- Démouler en décollant d'abord à l'aide d'une spatule le pâté du fond de la plaque, puis des bords du moule en passant un couteau tout autour.

Servir tel quel.





PLATS

PAUPIETTES DE VEAU

▾ INGRÉDIENTS

4 grandes **escalopes de veau fines**,
battues et aplaties par le boucher

1 cuillerée à soupe de **graines
de fenouil pilées**

3 cuillerées à soupe
de bon **vinaigre de vin**

350 g de chair de **veau maigre hachée**

100 g de **lard salé haché**

50 g de **lard coupé en tranches fines**

6 cuillerées à soupe d'**herbes
odoriférantes hachées** très finement
(comprenant une feuille de blette, un
bouquet de persil et quelques brins de
menthe, sauge, romarin, marjolaine,
etc.)

Une petite **gousse d'ail hachée** finement

2 **jaunes d'œufs**

1/3 cuillerée à café de **cannelle**
en poudre

½ cuillerée à café de **poivre moulu**

10 cl de **verjus** (ou de vinaigre de cidre)

10 cl de **jus d'orange amère**
(ou 10 cl d'un mélange de jus
de citron et d'orange douce)

5 cl de jus de **raisin rouge** bien sucré

40 g de **raisins secs blonds** (de Grèce,
sans pépins) bien lavés à l'eau tiède

2 bonnes pincées de **safran** en filaments

1 morceau d'écorce de **cannelle**
de 3 cm de long environ

Cure-dents

Sel et poivre

PLATS

PRÉPARATION

- Mélanger les graines de fenouil pilées avec le vinaigre de vin, quelques pincées de sel et de poivre fraîchement moulu.
 - Couper les escalopes en deux et bien les aplatir. Les enduire généreusement à l'aide d'un pinceau du mélange précédent et réserver.
 - Préparer la farce en mélangeant la viande hachée, le lard haché, les herbes, l'ail, les épices et les jaunes d'œufs. Le mélange doit être bien homogène. Saler modérément si le lard est très salé.
 - Façonner en forme de petit rouleau le volume de 2 cuillerées à soupe de farce et enfermer en roulant dans chaque escalope. Fermer avec un cure-dent en prenant soin que la farce ne déborde pas sur les côtés. On obtient ainsi 8 paupiettes.
- Leur donner couleur sur toutes les faces en les passant au grill, posées sur des tranches de lard, et en ayant soin de récupérer la graisse qui s'écoule dans une lèchefrite. Lorsqu'elles sont à peine dorées, les retirer.
 - Récupérer la graisse de la lèchefrite et la verser dans une cocotte à fond épais. Poser les paupiettes sur la graisse, ajouter le verjus, le jus d'orange amère, le jus de raisin, l'écorce de cannelle, les raisins secs, le safran, un peu de sel et de poivre.
 - Faire mijoter pendant 45 minutes à 1 heure, à feu très doux et à couvert. Servir en versant le jus et les raisins sur la viande.



▾ INGRÉDIENTS

1,5 kg de **petits pois** frais

40 g de **beurre**

1 petit **oignon**

1 petit **bouquet de persil**

1 **jaune d'œuf**

¼ litre d'**eau minérale**

2 cuillères à soupe
de **crème fraîche**

1 cuillère à **café de sucre**

Sel

PLATS

PETITS POIS À LA CRÈME

PRÉPARATION

- Écosser les petits pois et les laver rapidement.
- Faire fondre le beurre dans une cocotte.
- Ajouter les petits pois et les remuer pour qu'ils soient bien enrobés de graisse.
- Ajouter l'oignon, le persil et l'eau minérale.
- Saler et faire cuire à couvert à feu doux pendant 15 minutes.
- Lorsque les petits pois sont tendres mais encore bien verts, retirer l'oignon, enlever le persil et le hacher.
- Battre la crème, le jaune d'œuf, le sucre et ajouter le hachis de persil.
- Verser le tout sur les petits pois bien chauds.

Mélanger, rectifier l'assaisonnement si nécessaire, et servir.



▾ INGRÉDIENTS

Pâte Brisée

250 g de farine

125 g de beurre

Sel

Eau

Appareil

1,5 kg d'**asperges**
(1 kg de vertes, 500 g de blanches)

50 g de **beurre**

100 g de **mozzarella**

30 g de **parmesan râpé**

2 cuillerées à soupe d'**herbes aromatiques hachées**
(persil, menthe, marjolaine)

20 g de **raisins secs** lavés

1 cuillerée à café de **sucre**

¼ de cuillerée à café
de **noix de muscade** en poudre

¼ de cuillerée à café
de **poivre moulu**

Sel

PLATS

TOURTE D'ASPERGES

PRÉPARATION

- Préparer la pâte à l'avance et réserver au frais.
- Éplucher soigneusement les asperges en ne conservant que les parties les plus tendres.
- Faire cuire à l'eau avec du sel (ou, mieux, à la vapeur) pendant une dizaine de minutes. Elles ne doivent pas être trop cuites, tendres, sans plus.
- Bien les égoutter, puis les mettre sur un torchon pour qu'elles perdent bien leur eau.
- Hacher les herbes, puis la mozzarella sur une autre planche.
- Hacher les asperges, ajouter les herbes et faire revenir le mélange à la poêle dans le beurre pendant quelques instants en remuant jusqu'à ce que le mélange s'imprègne bien

de matière grasse et perde de son humidité.

- Retirer du feu et ajouter la mozzarella, les raisins, le parmesan, le sucre et les épices. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire. Laisser bien refroidir et réserver.
- Étendre la pâte en une première abaisse.
- Foncer un moule à tourte (diamètre 22 cm) et faire une seconde abaisse qui servira à couvrir la tourte.
- Verser l'appareil dans la première abaisse et recouvrir de la deuxième en soudant bien les bords.
- Pour éviter qu'ils ne se décollent en cours de cuisson, pratiquer une cheminée au centre de la tourte que l'on maintiendra ouverte avec un petit morceau de carton roulé. Faire cuire à four chaud (225 degrés) pendant 45 min à une heure. Servir au sortir du four.



▾ INGRÉDIENTS

Pour une cinquantaine de petits beignets

25 cl de lait

25 g de **beurre**

15 g de **sucré**

85 g de **farine**

3 **œufs**

1 pincée de **sel**

Sucré pour saupoudrer les beignets

Eau de rose pour asperger les beignets

1 l. d'huile d'olive pour friture

DESSERT

BEIGNETS DE VENT

PRÉPARATION

- Mettre dans une même casserole le lait, le beurre, le sucre et le sel, puis porter à ébullition sur le feu.
- Quand le mélange bout, ajouter d'un seul coup la farine, éteindre le feu, et mélanger énergiquement avec un fouet jusqu'à obtenir une pâte ferme et homogène.
- La transvaser dans un grand saladier solide et l'écraser avec un pilon jusqu'à ce qu'elle refroidisse, pendant environ 10 minutes.
- Incorporer ensuite les œufs un à un, en n'ajoutant le suivant que lorsque le précédent a été parfaitement absorbé par la pâte.
- Battre cette pâte quelques instants au fouet. Elle doit être luisante et filante, comme une belle pâte à choux.

Laisser reposer quelques instants.

- Au moment de faire les beignets, chauffer l'huile dans la friteuse, à température moyenne.
- Quand l'huile est chaude, mais pas trop, prendre la pâte par cuillerées à café et laisser tomber dans la friture.
- Les beignets deviennent de petites boules qui gonflent énormément.
- Les laisser cuire jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
- Les retourner très délicatement à l'aide de l'écumoire en faisant attention à ne pas les écraser, car ils sont très fragiles.
- Les égoutter soigneusement sur du papier absorbant, puis les saupoudrer généreusement de sucre, et les asperger d'eau de rose.



▾ INGRÉDIENTS

30 cl de lait

5 jaunes d'œufs

85 g de sucre en poudre

3 cuillères à soupe de jus d'orange amère
(ou moitié de jus de citron et jus d'orange douce)

2 cuillères à soupe d'eau de rose

2 petites cuillères à café de cannelle en poudre

1 petite cuillère à café de gingembre en poudre

1 pincée de safran

1 pincée de sel

Beurre pour beurrer le moule

DESSERT

CRÈME À LA HONGROISE

PRÉPARATION

- Préchauffer le four à 180-200 degrés.
- Beurrer soigneusement un moule à soufflé, puis mélanger au fouet tous les ingrédients de manière à obtenir un appareil très homogène.
- Le passer au tamis et emplir le moule à soufflé.
- Faire cuire au four dans un bain-marie pendant 40 minutes environ. La lame d'un couteau plongé dans le flan doit ressortir nette.

Se sert chaud ou froid.



▾ INGRÉDIENTS

Pâte

200 g de **farine**

100 g de **beurre**

60 g de **sucre en poudre**

1 **jaune d'œuf**

Sel

4 cuillerées à soupe
d'**eau de rose**

Appareil

4 **blancs d'œufs**

250 g de **crème fraîche épaisse**

60 g de **sucre en poudre**

4 cuillerées à soupe
d'**eau de rose**

Sucre pour saupoudrer

DESSERT

CRÈME FRAÎCHE EN TARTE

PRÉPARATION

- Préparer la pâte sablée quelques heures à l'avance et la réserver au frais.
- Préchauffer le four à 200-220 degrés.
- Faire une abaisse et foncer un moule à tarte à bord haut (diamètre 22 cm). Réserver au frais le temps de préparer l'appareil.
- Monter les blancs en neige et pour les soutenir en cours de fouettage ajouter une cuillerée à soupe de sucre.
- Lorsque les blancs sont fermes, continuer de les fouetter en ajoutant le reste de sucre, puis l'eau de rose.
- Incorporer délicatement la crème épaisse à ce mélange en prenant garde de ne pas briser les blancs montés en neige. Verser l'appareil dans le moule.
- Faire cuire au four pendant 35 à 45 minutes en surveillant la coloration de la tarte. Elle monte beaucoup et prend une très belle teinte dorée.
- En refroidissant, la tarte s'affaisse un peu. Saupoudrer généreusement de sucre lorsqu'elle est froide.



▾ INGRÉDIENTS

Pâte Brisée

250 g de farine

125g de beurre

Sel

Eau

Appareil

500 g de crème fraîche épaisse

6 jaunes d'œufs

200 g de sucre en poudre
+ 3 cuillerées à soupe (pour saupoudrage)

1 cuillerée à soupe rase de
gingembre en poudre

1 cuillerée à café rase de
cannelle en poudre

1 bonne pincée de safran en
filaments, ou une dose de safran
pur en poudre

500 g haricots secs ou riz

DESSERT

DARIOLES

PRÉPARATION

- Préparer la pâte Brisée quelques heures avant et la réserver au frais.
- Batta la crème avec les jaunes d'œufs et le sucre, puis ajouter les épices. Si l'on utilise du safran en filaments, bien l'écraser entre les doigts avant de l'ajouter à l'appareil. Laisser les épices infuser pendant une petite demi-heure.
- Faire chauffer le four à 200 degrés.
- Pendant ce temps, abaisser la pâte et fonder un moule (diamètre 28 cm) d'une feuille de pâte assez mince. Piquer le fond avec une fourchette, le recouvrir d'une feuille d'aluminium et emplir la tourte de haricots ou de riz, et faire cuire à blanc la tarte jusqu'à ce qu'elle soit à peine dorée. La sortir

du four, enlever les haricots et laisser refroidir.

- Pendant ce temps, battre une dernière fois l'appareil avec le fouet et passer le mélange à travers un chinois ou un linge, de manière à obtenir un mélange ayant une consistance crémeuse. Verser l'appareil dans la croûte cuite à blanc et faire cuire au four pendant environ ½ heure en surveillant la cuisson. La tourte doit être bien dorée.
- Sortir du four et laisser refroidir un peu.
- Servir tiède après avoir saupoudré la surface de sucre en poudre.



▾ INGRÉDIENTS

4 belles **poires**

160 g de **sucre**

120 g de **beurre**

½ verre de **vin rouge**

½ verre d'**eau de rose**

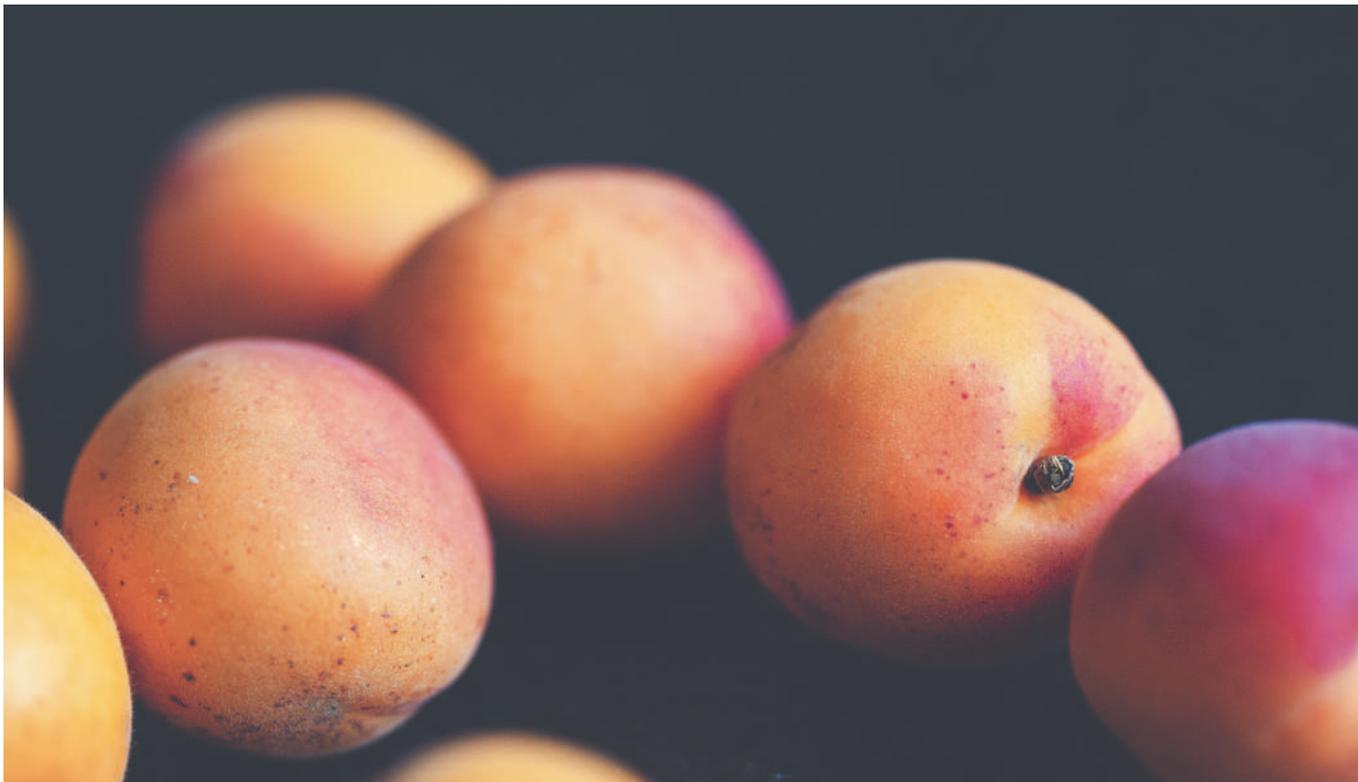
1 petit morceau
d'écorce de **cannelle**

DESSERT

POIRES CONFITES AU VIN

PRÉPARATION

- Mélanger le vin, l'eau de rose, le beurre et le sucre.
- Ajouter la cannelle et porter à ébullition.
- Pendant ce temps, épucher les poires, enlever le cœur et couper en 4 quartiers.
- Plonger les fruits dans le sirop bouillant, baisser le feu au minimum et laisser pocher pendant 15 à 20 minutes jusqu'à ce que les poires deviennent roses et translucides.



▾ INGRÉDIENTS

Pâte Brisée

300 g de farine

160 g de beurre

Eau

Sel

Appareil

1,3 kg de **pêches** ou d'**abricots**

1 ou 2 **gâteaux secs**
sans matière grasse,
genre biscuit à la cuiller

4 cuillerées à soupe
de **sucre en poudre**

Glaçage

3 cuillerées à soupe de **sucre**

2 à 3 cuillerées à soupe
d'**eau de rose**

DESSERT

TOURTE DE PÊCHES OU D'ABRICOTS

PRÉPARATION

- Préparer la pâte en mélangeant tous les ingrédients et réserver au frais pendant 1 heure. Pendant ce temps, laver, dénoyauter les fruits, et les couper en morceaux.
- Écraser finement les gâteaux secs avec un rouleau à pâtisserie ou les broyer au mixer.
- Faire chauffer le four à 200 degrés. Diviser la pâte en 3 parties, l'une plus grosse que les 2 autres. Abaisser le plus gros morceau de pâte et foncer un moule rond à bord haut (diamètre 22 cm). Faire 2 autres abaisses fines de la grandeur du moule.
- Répartir en une bonne couche le sucre et les gâteaux secs émiettés sur le fond de l'abaisse dans le moule, puis ranger régulièrement les morceaux de

fruits dans le fond de l'abaisse.

- Saupoudrer généreusement de sucre, et couvrir avec l'une des deux abaisses restantes, en soudant bien les bords.
- Avec une roulette à pâte ou un couteau, pratiquer des incisions décoratives sur la dernière abaisse, puis la coller sur le dessus de la tourte.
- Enfourner, et laisser cuire de 45 minutes à 55 minutes.
- Délayer le sucre avec l'eau de rose en une pâte liquide.
- À la fin de la cuisson, lorsque la pâte est bien dorée, enduire au pinceau le dessus de la tourte avec le glaçage à l'eau de rose. Sortir du four lorsque, sous le glaçage brillant, la tourte est bien hâlée. Attendre qu'elle soit refroidie pour démouler.



▾ INGRÉDIENTS

1 bouteille de **vin rouge**
(de type Bourgueil,...)

250 g de **sucre**

25 g de **cannelle**

5 g de **gingembre**

3 g de **maniguette**

2 g de **clous de girofle**

1 g de **noix de muscade**

1 g de **galanga**

VIN

HYPOCRAS (DIGESTIF)

PRÉPARATION

- Verser le vin dans un récipient en acier inoxydable, en verre ou en métal émaillé.
- Ajouter le sucre et le mélange d'épices grossièrement concassées.
- Mélanger avec un fouet ou une petite louche pour faire fondre le sucre.
- Laisser reposer 2 heures environ puis filtrer plusieurs fois avec une étamine fine jusqu'à obtenir un vin bien clair.
- Embouteiller, boucher soigneusement avec un bouchon en liège et conserver en lieu frais.
- Il est préférable de le préparer 1 ou 2 jours à l'avance pour qu'il puisse déposer. Bien bouché, il peut se conserver en cave pendant plusieurs mois. Lorsqu'il est entamé, il faut le garder au réfrigérateur.



www.vivadavinci2019.fr
#RenaissanceS
#VivadaVinci2019

LA RÉGION CENTRE-VAL DE LOIRE PRÉSENTE
500 ÉVÈNEMENTS · SPECTACLES · CONCERTS · EXPOSITIONS · COLLOQUES

1519 - 2019

DEGUSTEZ LA RENAISSANCE

ART DE VIVRE
& GASTRONOMIE

— VIVA —

Leonardo Da Vinci !

— 2019 —

500 ANS DE
RENAISSANCE(S)
EN CENTRE-VAL DE LOIRE

— FRANCE —

www.goodby.fr

MÉCÉNAT

enedis
L'ÉLECTRICITÉ EN RÉSEAU



France.fr



LOUVRE

PARTENAIRES
MÉDIAS



•3 centre
val de loire

l'écho
républicain

la république
du centre

le berry
républicain

la Nouvelle
République
Vous tous Ensemble

Le Parisien

BeauxArts
Magazine

