

Pierre Pinton

Les Meilleures recettes françaises

Anciennes, traditionnelles, gastronomiques



Pour que les traditions et les goûts français perdurent, avant que les régions françaises ne mutent ou se fondent, l'auteur a fait un tour de France des régions en collectant auprès d'anciens grands chefs, d'anciennes mères de famille et d'anciens inconnus des tas de recettes « comme avant ».

Toutes les régions ont gardé des traditions culinaires mais bien entendu chaque région Française possède une diversité et une multiplicité de traditions gastronomiques anciennes.

Ici sont regroupées les meilleures et les plus abordables pour des cuisiniers amateurs de bonne chair.

En France rien n'est plus simple que de bien manger, donc rien n'est plus simple que de bien faire à manger !

Alsace

Coq au Riesling 6p

Un coq 1kg 500 environ ;

1 bouteille de Riesling + 1 pour le repas, 2 clous de girofles, noix de muscade râpée, 2 gros oignons en morceaux, sel et poivre, 100 g de beurre, 2 c. à soupe de farine, crème fraîche pour lier.

Découpez le coq en morceaux (en gardant les os de la carcasse ainsi que les pattes) les faire mariner dans le Riesling additionné de clous de girofle, de muscade, un oignon, sel et poivre, pendant une journée.

Avec la carcasse et les pattes faire un bouillon en les laissant cuire couverts d'eau, jusqu'à réduction de moitié.

Faites revenir les morceaux de coq dans le beurre, quand ils sont bien dorés, ajoutez les morceaux d'oignons, bien remuer, puis saupoudrez avec la farine (singer), remuer à nouveau.

Verser alors le bouillon et faire réduire puis verser le reste de la marinade et laisser cuire à couvert sur feu doux une heure.

Lorsque c'est cuit, au dernier moment, lier la sauce avec la crème fraîche, en laissant un peu épaissir.

S'accompagne de pommes de terre vapeur.

Servir un Riesling du Kaefferkopf

*
* *

Flammekueche

500 g de pâte à pain ; 250 g de fromage blanc ; 1/4 l de crème épaisse ; 2 gros oignons ; 80 g de poitrine fumée ; 1 cuillerée à soupe d'huile ; noix de muscade, sel, poivre ; un peu de beurre.

Couper le lard en petits dés. Hacher les oignons. Mélanger bien le fromage blanc et la crème. Assaisonner de sel, de poivre et d'une pincée de muscade râpée.

Hacher les oignons presque comme une pâte.

Étendre la pâte le plus finement possible (très important), la poser sur la plaque du four beurrée. Étaler sur la pâte le mélange fromage crème épaisse avec une spatule en bois.

Parsemer la surface de la pâte d'oignons et de lardons. Arroser avec l'huile. (Il est également

possible d'incorporer l'huile au mélange fromage crème).

Cuire à four brûlant, four à pain de préférence, 10 mn.

La Flammekueche est bien meilleure lorsqu'elle est cuite comme autrefois dans les villages, dans un four à pain, chauffé au préalable avec des brindilles de bois qu'on écarte pour introduire la pelle en bois où se trouve la tarte qui est alors « léchée » par les flammes.



Foie gras d'Alsace au Gewurztraminer 4p

Un foie gras frais d'Alsace (oie ou canard) entre 500 et 700gr ; 8 tranches minces de pain de campagne ; 15 cl de porto blanc ; 1 bouteille de gewurztraminer, 1 l de fond brun ; 150 g de beurre, Sel et poivre concassé.

Dans une casserole, verser le vin et le porto et faire réduire de moitié, puis verser le fond brun et réduire encore de moitié. Saler et poivrez et monter la sauce avec le beurre.

Tenir au chaud.

Prendre le foie frais, dénervé et essuyé, le partager en 8 escalopes de même épaisseur. Dans un poêle à sec très chaude disposer les escalopes et faire griller à feu vif une minute environ de chaque côté, saler et poivrer.

Sur chaque assiette, disposer deux tranches de pain préalablement passées au gril pain. Déposer les escalopes très chaudes sur chacune d'elles, napper avec la suce chaude.

Servir avec un Gewurztraminer vendanges tardives.

*
* *

Souris d'Agneau au Pinot Noir et Pieds de Veau 6p

6 Souris d'Agneau, 2 pieds de Veau, 2 bouteilles de Pinot Noir,

Garniture aromatique : 1 carotte, 2 oignons, 1 poireau, 1 tomate, 1 tête d'ail, bouquet garni, 1 litre de fond de veau, 1 litre de lait ; 300 gr. de pain sec, 300 gr. de fèves cuites et épluchées, 3 œufs, 2 échalotes, 2 courgettes, 2 poivrons rouges, 2 aubergines, Huile d'olive, ail, romarin, thym.

La veille : Faire mariner les souris d'agneau pendant 24 heures dans le Pinot Noir, les pieds de veau et la garniture aromatique taillée en mirepoix. Verser le lait chaud sur le pain sec en petits morceaux.

Faire revenir les échalotes hachées et les fèves dans un peu de beurre. Mélanger l'ensemble en y ajoutant les œufs et assaisonner. Verser l'ensemble dans un moule a cake. Enfourner a 160° pendant 55 mn. Après cuisson et refroidissement tenir au frais.

Le jour même : Éponger les souris et les faire griller au four à 200° jusqu'à coloration.

Dans une braisière, faire saisir les pieds de veau y ajouter la garniture aromatique, et faire colorer l'ensemble, ajouter la marinade. A ébullition, écumer et rajouter le jus de veau et les souris grillées. Couvrir et laisser mijoter au four environ 2 h 30 à 150°.

Couper les aubergines et les courgettes en biseau. Couper les poivrons de façon à obtenir 6 tranches égales de chaque légume.

Cuire ces légumes avec un filet d'huile d'olive, ail et thym pendant 15 mn à 180°. En fin de cuisson, enlever la peau des poivrons et en alternant les légumes, disposer en éventail.

Finition : Retirer les souris et les pieds de veau de la braisière, passer le fond de cuisson et faire réduire.

Napper les souris et les faire glacer au four. Couper des petits cubes de pieds de veau et les disposer dans la sauce restante.

Couper six tranches de mendant aux fèves de 2 cm d'épaisseur et faire revenir dans un peu de beurre, terminer au four.

Disposer les éventails de légumes sur une plaque et les remettre en température. Dresser le tout sur une assiette et servir avec un Pinot Noir.

*

* *

Truite sauvage au Riesling. 4p

4 truites fario ; 80 g de beurre frais ; 25cl crème épaisse ; 4 échalotes ; 30 cl de Riesling ; 1 citron vert.

Brins de persil frisé ; sel fin, poivre du moulin

Il faut commencer par beurrer un plat de cuisson allant au four. Parsemer le fond du plat avec les échalotes finement hachées. Saler et poivrer légèrement.

Vider, laver et essuyer les truites, puis les disposer sur le lit d'échalotes et mouiller avec le riesling, et un demi-jus de citron vert, recouvrir d'un papier alu de cuisine et porter à ébullition sur le feu.

Sortir le plat du feu, enlever la peau des poissons et faire réduire le jus avec la crème mélangée.

Ajouter 50gr de beurre, mélanger de nouveau et remettre les truites dépouillées dans le plat, en les arrosant avec la sauce. Saler et poivrer, couvrir avec le papier alu et mettre à four 7 durant 10 mn.

Servir en saupoudrant de persil haché et avec le reste de Riesling frais.

*

* *

Scheweissdissikuacha 10 p ;

Composition du gâteau :

Fond de pâte sablée, fine couche de caramel mou aux noix, crème au beurre, moka aux noix, pommes, noisettes.

Ingrédients : 170gr d'œufs ; 1 jaune d'œuf ; 125gr de sucre en poudre ; 40gr de fécule ; 90 gr de farine ; 30gr de noisettes grillées ; 50 gr de noix décortiquées ; 40 gr de beurre de noisette, 4 belles pommes.

Faire une pâte sablée. Éplucher et couper en grosses tranches les pommes et les faire revenir à la poêle dans 100 gr de beurre pendant quelques minutes et les saupoudrer de sucre.

Laisser encore quelques minutes sans cesser de remuer.

Faire fondre en caramel 100gr de sucre, ajouter la crème et les noix et étendre le tout sur la pâte sablée.

Aquitaine

Alose grillée 3p

3 aloses de 300gr environ,, 1 gros citron, – 10 cl huile d'olive, – quelques brins de persil,
– 2 branches de thym, – des brins de ciboulette, –
2 œufs frais, – 5 cl de vinaigre de vin blanc,
– Gros sel de mer, – Poivre au moulin.

Commencer par vider et écailler les Aloses. Presser le citron dans 10 cl d'huile d'olive, de préférence sur un plat creux. Ajouter 4 cuillérées à soupe de persil haché, quelques pincées de thym en poudre, du sel et du poivre.

Disposer les aloses dans cette marinade, et retourner deux ou trois fois puis couvrir.

Laisser reposer au frais pendant 2 heures.

Faire cuire les œufs durs et les écaler.

Ciseler de la ciboulette et du cerfeuil, 5 bonnes cuillérées à soupe.

Mélanger 5 cuillerées à soupe d'huile d'olive, 3 de vinaigre, du sel et du poivre dans une saucière, ajouter les fines herbes et mélanger.

Écraser les œufs durs et les ajouter dans la vinaigrette. Mélanger et réserver.

Préparer un feu de braises dans la cheminée ou sur un barbecue.

Égoutter les aloses et les faire griller pendant une dizaine de minutes de chaque côté.

Les disposer sur un plat chaud et servir la vinaigrette aux œufs durs et aux fines herbes en même temps.



Cannelés

1 litre de lait entier ; 80 gr de beurre. 3 œufs entiers plus 5 jaunes ; 300 gr de farine ; 500 gr de sucre cristallisé. Une belle gousse de vanille ; 10cl de vieux rhum de la Guadeloupe ;

Une trentaine de moules à cannelé de préférence en cuivre.

Dans un grand récipient, battre les œufs et le sucre quelques minutes.

Dans une casserole, mettre le lait, puis y ajouter la gousse de vanille, après l'avoir fendue pour détacher les graines qui elles aussi vont dans le lait. Chauffer le tout.

Verser le lait chaud sur l'appareil (œufs et sucre) et mélanger.

Ajouter le beurre qui est découpé en petits cubes. Attendre quelques minutes, puis verser la farine et mélanger. Ajouter le rhum.

Couvrir et laisser reposer 48h au frais mais pas au frigo.

Four : 230° avec préchauffage 10 minutes.

Beurrer les moules légèrement au pinceau avec du beurre fondu.

Mélanger la pâte, garnir les moules au $\frac{3}{4}$, les placer sur 2 plaques et enfourner.

Cuisson 50 minutes environ.

Démoulage à chaud.

Confiture d'oignons

750 g d'oignons émincés ; 20 g de beurre ; 2 cuillerées à soupe d'huile d'arachide

2 cuillerées à soupe d'huile d'olive ; 2 pommes râpées avec la peau ; 1 bol de raisins secs ;

1 verre de Premières Côtes de Bordeaux rouge ; $\frac{1}{2}$ verre de grenadine ; $\frac{1}{2}$ verre de vinaigre de vin ; 100 g de sucre en poudre ; sel, poivre, 4 épices.

Dans une cocotte cuire à couvert avec la matière grasse, les oignons émincés ; saler, poivrer, ajouter les épices. Laisser mijoter 45 minutes.

Au bout de ce temps, ajouter le reste des

ingrédients dont le vin, bien remuer et laisser cuire à feu doux pendant encore 30 minutes.

Après cette cuisson si le mélange est encore liquide, faire réduire à découvert quelques minutes jusqu'à bonne consistance.

Cette confiture d'oignons peut accompagner toutes les viandes grillées ou rôties, chaudes ou froides, elle accompagne très bien également les charcuteries et les foies gras poêlés.

*
* *

Daube de Canard aux Cèpes 8/10 p

4 cuisses de canard frais ; 1 magret de canard, 4 manchons, 1 1/2 l de vin rouge de Bordeaux, ¾ l d'eau, 1 oignon, 2 carottes, 1 gousse d'ail, 150gr de cèpes secs, 1 velouté de cèpes, 100gr d'oignons grelots, 150 gr de jambon de pays coupés en dès, pommes vapeur ou pâtes fraîches.

Couper les cuisses de canard en deux. Désosser les manchons en petits morceaux et les magrets en tranches dans le travers (8-10 tranches).

Prendre une cocotte, mettre la viande à rissoler à sec, les cuisses côté peau, saler et poivrer.

Pendant ce temps, faire bouillir 1 litre de vin rouge, que l'on flambe.

Retirer la viande, dégraisser et déglacer avec 3/4

litre d'eau, ajouter le vin rouge, l'oignon coupé en 6 morceaux, les carottes fendues par la moitié puis coupées en bâtonnets, les cèpes secs, ail, thym, sel et poivre. Laisser cuire 20 minutes...

Ajouter la viande et laisser cuire 45 minutes.

Le lendemain, dégraisser, remettre à ébullition 30 minutes et lier le tout avec farine et velouté de cèpes.

Faire revenir petits oignons et lardons de jambon, faire griller des tranches de pain dans du beurre et un peu d'huile.

Dresser la daube dans un plat de service, disposer les petits oignons et lardons au centre du plat, les tranches de pain tout autour, intercaler les pommes vapeur.



Dindon noir de Noël farci

1 dindon noir de Varaignes de 3,5 à 4 kg, 250 g de foies de volaille, 200 g de farce veau et porc, 3 échalotes moyennes, une dizaine de toasts au pain de campagne, persil haché, 2 feuilles de thym, sel, poivre, huile d'olive, beurre, 1 verre d'armagnac.

En complément 8 à 10 cailles pour enrichir ce plat de fêtes.

Et pour marquer mieux les fêtes, truffer la farce.

Préparer la dinde : par l'ouverture du cou la farcir, le croupion étant cousu.

Dans le beurre chaud, faire revenir rapidement juste pour les raffermir les foies entiers avec celui de la dinde et les échalotes hachées fines. Laisser refroidir aussitôt, hacher le tout et mélanger tous les éléments de la farce avec les herbes, saler, poivrer assez relevé, mouiller avec l'armagnac.

Farcir alors la dinde. Fermer en cousant toutes les ouvertures.

Mettre à four chaud 180° après l'avoir pesée et passée à l'huile sur toute sa surface. Compter environ 25 minutes par livre. Plus la bête est lourde, plus elle doit cuire longtemps, moins la température doit être élevée. La poser sur la grille du four avec la plaque en dessous et retourner quatre fois pour qu'elle dore tout autour. Au fur et à mesure que la graisse descend dans la plaque, l'enlever, ne pas la laisser brûler, mais la garder pour l'ajouter au jus lors du découpage.

Pour étoffer le plat, le servir entouré de cailles farcies de la même façon cuites sans bardes, au four posées à côté de la dinde. Lorsque les cailles sont dorées partout, les disposer sur des toasts dorés au beurre à la poêle.

Servir avec un vin rouge de pays du Périgord.

★

★ ★

Foie gras Ste Croix du Mont

Foie gras frais, sel, poivre, paprika, 1 bouteille de

Ste Croix du Mont, film cuisine et planchette taillée à la dimension intérieure de la terrine.

Prendre un beau foie gras frais des Landes, bien brillant et ferme. Le dénervé avec la pointe du couteau et une petite cuiller pour ne pas l'abîmer. Saler et poivrer avec un mélange 1/3 sel fin, 1/3 poivre au moulin, 1/3 paprika.

Déposer alors le foie dans une terrine assez haute et le couvrir avec un Ste Croix du Mont. Laisser ½ journée en le retournant une fois.

Sortir le foie, bien l'égoutter, et même si besoin le sécher délicatement au torchon.

Le remettre dans la terrine séchée elle aussi en le serrant bien au fond et sur les côtés. Ajouter légèrement sel et poivre.

Le recouvrir d'un film cuisine et le mettre dans un micro onde à puissance maximale.

Pendant 4 minutes (ou plus selon grosseur) laisser tourner. Le foie, sous le film doit rendre de la graisse en bouillonnant un peu.

Sortir la terrine, vider la graisse dans un petit bol en pressant un peu le foie.

Remettre un film et une planchette pour que celle-ci appuie fortement sur le foie, vider encore un peu de graisse et mettre un poids sur la planchette avant de le mettre au frigo une demie journée.

Lorsqu'il est assez figé, enlever planchette et film et couler dessus la graisse un peu refondue qui a été récupérée dans un bol.

Couvrir et laisser au frais au moins deux jours pour que les arômes se fassent.

A déguster avec le même Ste Croix du Mont.

*

* *

Lamproie à la Bordelaise

Fruit du mariage savant des meilleurs vins de Bordeaux et d'un poisson migrateur, la Lamproie à la Bordelaise est une spécialité gastronomique unanimement reconnue.

Ébouillanter une belle lamproie. Racler la pellicule blanche, la rincer à l'eau claire et l'essuyer.

Suspendre la lamproie avant d'entailler la queue et récupérer le sang dans un plat contenant un peu de vin de Bordeaux rouge.

Couper ensuite le poisson en tronçons réguliers.

Faire dorer des blancs de poireaux coupés en morceaux dans une poêle. Dans une casserole, amener à ébullition 75 cl de vin jeune et le flamber. Incorporer les poireaux au vin et laisser mijoter une demi – heure.

Ajouter ensuite la lamproie et le sang puis une feuille de laurier, du sel et du poivre.

Servir le plat très chaud avec des petits croûtons aillés.

*

* *