

cuisine
contemporaine

JEAN **SULPICE**
ma cuisine
de **Savoie**

PHOTOGRAPHIES | ALINE **PERIER**



Cuisine contemporaine

*Des jeunes chefs
de talent réinventent
la cuisine de leur terroir.*



Jean Sulpice,
restaurant L'Oxalis
à Val Thorens.

Colorée, goûteuse, parfumée, la cuisine de Jean Sulpice étonne par son inventivité... et désarçonne par sa simplicité.

Ses 62 recettes invitent à retrouver le goût des produits savoyards les plus traditionnels, mais de façon décalée, insolite, toujours surprenante.

Jeune chef formé chez les plus grands : Ferran Adrià, Pierre Gagnaire, Patrick Jeffroy, Édouard Loubet, Pierre Marin, Marc Veyrat... Jean Sulpice est un explorateur, un aventurier de la gastronomie.

Il s'est depuis longtemps débarrassé de l'idée que pour être bonne, la chère doit être savante et compliquée.

Riche, certes, mais en idées et en goûts, voilà tout.

*« Méconnue et trop souvent cantonnée
aux fondues, raclettes, croûtes au fromage
et tartiflettes, la cuisine savoyarde peut
s'enorgueillir de chefs inventifs qui savent
slalomer entre tradition, produits
régionaux, créativité et légèreté. »*

ISBN : 2-84799-095-X



9 782847 990959

Le Figaro

ma cuisine
de Savoie



© 2005

LIBRIS

17 rue Bayard

38000 Grenoble

www.libris.fr

Maquette, mise en pages : Stéphane Georis, Libris

Toute adaptation ou reproduction,
partielle ou totale, sous quelque forme que ce soit,
est interdite pour tous pays.

Dépôt légal : octobre 2005

ISBN : 2-84799-095-X

Imprimé en CEE

Jean Sulpice

ma cuisine
de **Savoie**



Les pains

- 8 • Pain au lard
- 9 • Pain à la châtaigne

Pour commencer...

- 10 • Mojito à la Chartreuse
- 12 • Cocktail de Magali
- 13 • Diots briochés
- 14 • Chips de reblochon
et de tome des Bauges
- 15 • Chips de lard et de jambon de Savoie
- 16 • Bonbons de truite fario
marinée au carvi
- 17 • Friture de percheaux du lac du Bourget
- 18 • Nems de vermicelle,
jambon de Savoie et beaufort
- 19 • Crolesquis de fromage de chèvre

Les soupes

- 20 • Soupe de tomette des Bauges
- 22 • Le tout pomme de terre nouvelle
- 23 • Soupe de courge
- 24 • Soupe d'œufs au chénopode
- 25 • Velouté de châtaignes
et son granité de cresson
- 26 • Bouillon d'oxalis
- 28 • Soupe de pommes de terre,
truffe de Savoie

Les entrées

- 30 • Lait de ferme caillé aux fines herbes
- 32 • Tarte de polenta aux légumes d'été
- 34 • Tarte de polenta aux légumes d'hiver
- 36 • Raviolis de polenta à la moutarde
à l'ancienne et aux herbes

- 38 • Œufs brouillés au gruyère des Bauges,
à la pimprenelle et au lard
- 39 • Salade d'écrevisses, haricots crochets
et bleu de Bonneval
- 40 • Rillettes de truite au coulis de tomates
- 42 • Terrine de lapin aux herbes d'alpage

Les plats

- 44 • Féra de nos lacs aux girolles
- 46 • Parmentier d'écrevisses du lac Léman
- 48 • Filets de perche meunière avec
son jus à la verveine citronnée fraîche
- 49 • Bocal de légumes du moment
à l'écume de lait
- 50 • Omble chevalier à la chlorophylle
de cresson
- 51 • Frites de polenta au beaufort



- 52 • Suprêmes de canard caramélisé aux épices, légumes d'automne
- 54 • Suprêmes de volaille fermière, croquant de rutabaga parfumé à la reine-des-près
- 55 • Coq à la mondeuse d'Arbin
- 56 • Omelette savoyarde
- 57 • Risotto de crozets au lard paysan
- 58 • Diots en cocotte infusés au sapin
- 59 • Potée de Savoie au céleri sauvage
- 60 • Carré de porc parfumé à la sarriette, cuit en papillote dans la braise
- 61 • Pommes darphin de ma mère à l'ail des ours
- 62 • Jarret de veau aux légumes d'hiver
- 64 • Mignon de veau rôti au genièvre

- 65 • Tartiflette façon opéra
- 66 • Pigeons en croûte, fois gras, jus à la réglisse et brochettes de légumes
- 67 • Pot-au-feu à la moutarde à l'ancienne
- 68 • Roast-beef en croûte de sel

Les desserts

- 70 • Esquimaux à la Chartreuse, sauce chocolat, croustillant praliné
- 72 • Petits pots de crème, myrtilles, framboises, verveine, pensées, miel
- 74 • Gâteau de Savoie aux pistils de crocus et sa glace à la bière
- 76 • Mousse soufflée au chocolat 70 %, crème glacée à la gentiane
- 78 • Crêpes à la farine de châtaigne, sorbet à la myrtille

- 79 • Confiture de myrtilles et de mûres
- 80 • Clafoutis à la myrtille sauvage
- 82 • Crème brûlée à la Chartreuse, madeleines au chocolat
- 83 • Crème de maïs au caramel
- 84 • Tarte aux pralines rouges
- 86 • Poires fondantes, bavaise au chocolat blanc et crème glacée au Carambar
- 88 • Guimauve au sapin
- 89 • Beignets de pommes au marc de Savoie
- 90 • Miss gla gla aux mûres et au génépi
- 92 • Soupe de fruits des bois au serpolet et à la mondeuse
- 94 • *Guide des sauces*



Ma cuisine de Savoie

Colorée, goûteuse, parfumée, la cuisine de Jean Sulpice étonne par son inventivité... et désarçonne par sa simplicité. Elle joue avec les viandes et les poissons de Savoie, les légumes oubliés (topinambours, courges, salsifis, panais, rutabagas...), les plantes sauvages et les fruits de saison, s'amuse à varier les cuissons, les saveurs et les textures, associe gaiement le moelleux et le croustillant, le subtil et le puissant, le brûlant et le glacé...

tout en respectant la singularité de chaque composant. C'est une cuisine qui invite à retrouver le goût des produits savoyards les plus traditionnels – la polenta, les diots, les crozets, la mondeuse –, mais de façon décalée, insolite, toujours surprenante. Ici, la tartiflette se décline sur un air d'opéra (le gâteau...), le crozet cuit en risotto, les écrevisses convolent avec le bleu de Bonneval, la polenta se fait ravioli et la truite bonbon. Décalé, vous dit-on...

Jeune chef formé chez les plus grands (Marc Veyrat, Édouard Loubet, Pierre Gagnaire...), Jean Sulpice est un explorateur, un aventurier de la gastronomie. Il s'est depuis longtemps débarrassé de l'idée que pour être bonne, la chère doit être savante et compliquée. Riche, certes, mais en idées et en goûts, voilà tout. Chez lui, point de sauces alambiquées ou de farces impossibles, mais des plats pleins d'audace, qui mijotent tranquillement



en compagnie d'une branche de sapin ou d'une poignée de céleri sauvage. Car Jean, Savoyard de corps et de cœur, aime puiser son inspiration dans la nature, dans ses balades en montagne. C'est là qu'il goûte, qu'il sent, qu'il cueille, qu'il imagine sa cuisine. Un troupeau se délectant de baies sauvages, des parfums d'herbes ou de sous-bois, des racines, des cailloux, un dessin de lichen, un sanglier rongeant une pomme de pin,

la nature tout entière lui chuchote à l'oreille des idées de recette, d'infusion, d'association ou de décoration.

De retour à ses fourneaux, Jean troque ses chaussures de montagne contre son tablier de chef. Il se concentre, les gestes viennent, naturellement, stimulés par l'envie d'inventer des mariages magiques et simples, comme ce bouillon d'oxalis (oseille sauvage) au vermicelle, ces suprêmes de volaille

parfumés à la reine-des-prés ou ce magnifique gâteau de Savoie aux pistils de crocus. Parfois, un souvenir d'enfance surgit et demande à être associé à un bouquet d'ail des ours. D'autres se métamorphosent en desserts un peu farfelus, telle cette crème glacée au Carambar qui accompagne à merveille poires fondantes et bavares au chocolat blanc. Délice d'équilibriste...



Pain au lard

Manger une bonne tranche de pain au lard avec un morceau de beaufort ou de reblochon, c'est le bonheur... Le parfum animal du lard rend l'association avec le fromage absolument magique !

1 kg de farine T55

21 g de sel de Guérande

33 g de levure de boulangerie biologique

30 g de sucre

600 g d'eau

450 g de lardons fumés taillés en bâtonnets

Pétrissage :

Diluer la levure dans l'eau tiède (45 °C).

Mélanger la farine, le sucre et la levure diluée.

Pétrir 3 minutes au robot (vitesse 1).

Puis 5 minutes (vitesse 2).

Ajouter alors le sel et les lardons crus.

Pétrir encore 3 minutes (vitesse 2).

Pointage :

Laisser reposer sur un papier sulfurisé pendant 1 heure.

Diviser la pâte en deux boules.

Disposer les deux boules sur une plaque de cuisson.

Laisser reposer de nouveau pendant 1 heure.

Puis cuire au four à 220 °C pendant 20 à 30 minutes.

Baisser le thermostat à 190 °C et cuire encore 20 à 30 minutes.

Délicieux le matin avec un peu de confiture mûres-myrtilles (voir recette p. 79), ce pain à la saveur douce accompagne également à merveille le foie gras.



Pain
à la

châtaigne

Mon conseil

Pour savoir si le pain est cuit, le retourner et le tapoter du bout des doigts : si ça sonne creux, c'est que c'est cuit !

1 kg de farine T55 • 500 g de farine de châtaigne • 37 g de sel de Guérande • 40 g de levure de boulangerie biologique • 980 g d'eau

Pétrissage :

Diluer la levure dans l'eau tiède (45 °C)

Mélanger les farines et la levure diluée.

Pétrir 3 minutes au robot (vitesse 1).

Puis 5 minutes (vitesse 2).

Ajouter alors le sel.

Pétrir encore 3 minutes (vitesse 2).

Pointage :

Procéder comme pour le pain au lard.



Mojito à la Chartreuse

Dans ce cocktail insolite, le parfum de la Chartreuse (un savant mélange de 130 plantes...) danse la salsa avec la menthe fraîche et le citron vert.

Pour 4 personnes :

40 feuilles de menthe fraîche

2 citrons verts

16 cl de Chartreuse verte

4 cuillères à café de sucre roux

1 litre de Perrier

Glace pilée

Laver les citrons. Les couper en deux puis en petits morceaux.

Les répartir dans quatre grands verres.

Ajouter une cuillère à café de sucre roux dans chaque verre.

Piler le tout.

Incorporer 4 cl de Chartreuse et 10 feuilles de menthe par verre.

Remplir de glace pilée et compléter avec le Perrier.



Cocktail

de Magali

*Un petit canard de génépi
barbotant dans une flûte
de pétillant : il n'y a qu'en
Savoie que l'on voit cela...*

Pour 4 personnes :

4 sucres en morceaux La Perruche (sucre de canne)

4 cuillères à soupe d'alcool de génépi

8 cl de crème de mûre

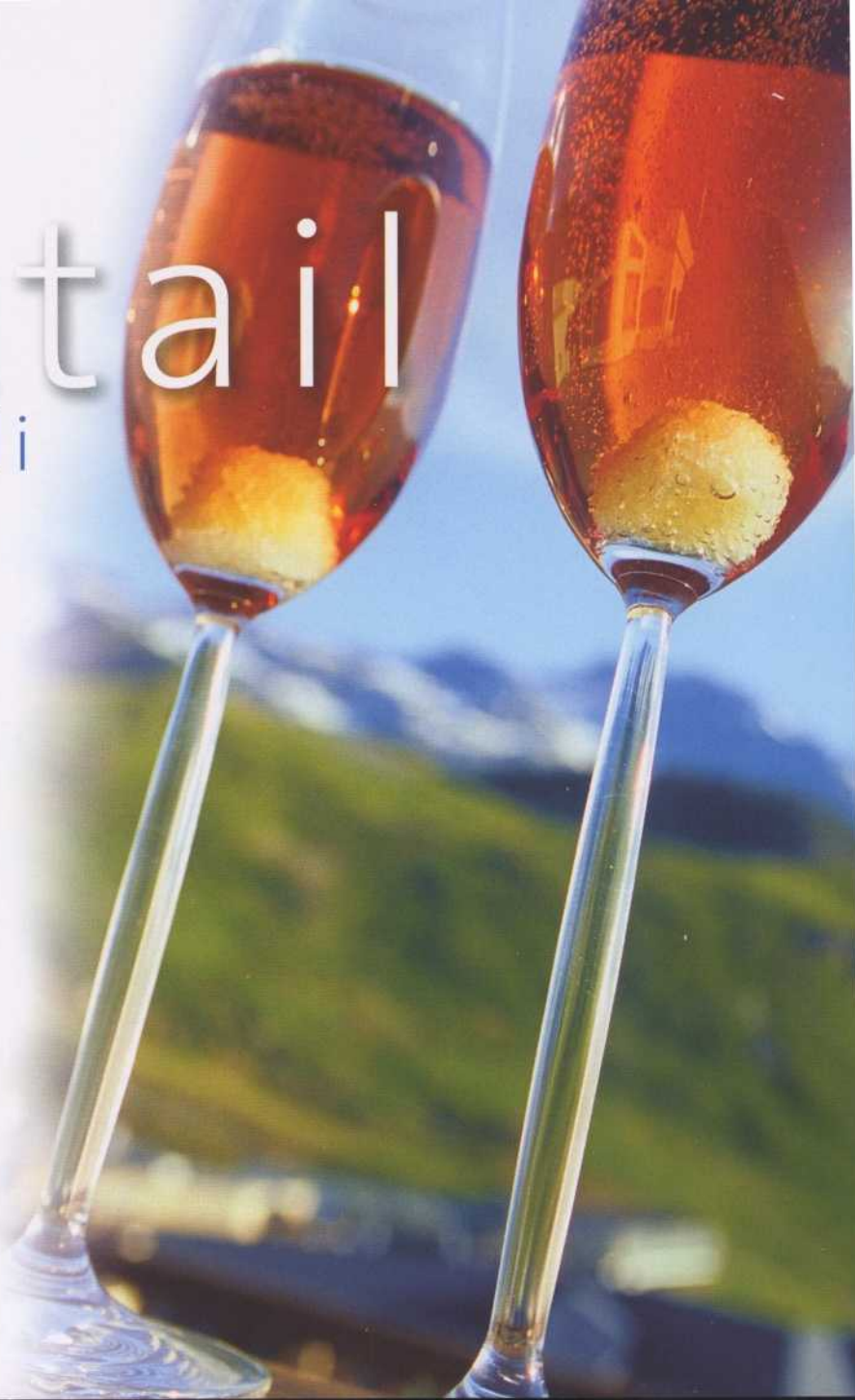
1 bouteille de pétillant de Savoie

Mettre le sucre dans une cuillère
à soupe et l'imbibber de génépi.

Verser 2 cl de crème de mûre dans une
flûte et ajouter le pétillant à hauteur.

Plonger le canard dans la flûte.

Déguster bien frais.





Emmitouflés dans une écharpe de brioche croustillante et parfumée de zestes d'agrumes, ces diots apportent une touche de rusticité aux apéritifs les plus raffinés.

Pour 12 à 15 personnes :

- 500 g de farine T55
- 10 g de sucre semoule
- 12 g de sel de Guérande
- 6 œufs
- 55 g d'eau
- 20 g de levure de boulangerie biologique
- 200 g de beurre à température
- Le zeste d'un citron vert râpé
- Le zeste d'une orange râpée
- 4 diots de Savoie

b r i o c h é s

Cuisson des diots :

Plonger les diots dans une casserole d'eau et faire cuire pendant 30 minutes. Puis les laisser refroidir dans l'eau de cuisson.

Confection de la pâte briochée :

Mélanger la farine, le sucre et le sel dans le bol du robot.

Pendant ce temps, diluer la levure dans 55 g d'eau tiède avec un fouet. Incorporer la levure diluée dans le premier mélange, puis quatre œufs entiers ainsi que les zestes de citron et d'orange. Ajouter le beurre petit à petit en continuant de mélanger pendant 10 à 15 minutes. Recouvrir la pâte avec un linge humide et la laisser reposer au

réfrigérateur pendant une bonne heure, le temps qu'elle durcisse.

Confection des diots briochés :

Étaler votre pâte sur environ trois millimètres d'épaisseur et disposer les diots dessus. Découper des rectangles en fonction de la taille des diots. Badigeonner d'œuf battu l'intérieur de la pâte, puis enrouler

celle-ci autour de chaque diot. Laisser pousser le tout pendant 1 à 2 heures selon la température ambiante. Badigeonner l'extérieur de jaune d'œuf puis cuire les diots au four 180 °C pendant 1 heure. Servir tiède, tranché en rondelles.

Chips de reblochon et de tome des Bauges

*Pourquoi des chips de pomme
de terre et non pas de fromage ?
Quand on est Savoyard,
la question ne se pose même pas...*

Pour 12 personnes :

1 tome des Bauges

1 reblochon fermier pas trop fait

Couper les fromages en fines tranches (au couteau ou, mieux, à l'aide d'une machine à jambon).
Étaler les lamelles de fromage sur une plaque recouverte d'une feuille de papier sulfurisé.
Les faire sécher au four à 60 °C pendant 5 heures.



Mon conseil

Laisser les chips se dessécher au four (50 °C) toute une nuit si elles ne sont pas assez croustillantes et les conserver dans un endroit sec.



Chips de lard et de jambon de Savoie

Après plusieurs mois passés en cave, voici le lard et le jambon moelleux reconvertis en chips croustillantes après un petit séjour dans l'étuve du four. Un délice...

Pour 6 personnes :

12 fines tranches de jambon cru de Savoie

12 fines tranches de poitrine fumée

Étaler les tranches de jambon et de lard entre deux feuilles de papier sulfurisé et poser le tout sur une plaque allant au four.

Enfourner à 100 °C et laisser les chips se dessécher pendant 4 à 5 heures.

Les sortir du four et les laisser refroidir avant de les servir.



Bonbons de truite fario marinée au carvi

Le carvi pousse partout en Savoie, sur le bord des chemins, dans les prairies, les pâturages... Avec son parfum anisé, il peut rappeler le goût du bonbon. Mais pourquoi toujours faire des bonbons sucrés ?

Pour 6 personnes :

6 beaux filets de truite sans arêtes

150 g de gros sel

60 g de sucre semoule

30 g de graines de carvi

Papier à bonbons

Mélanger le sel, le sucre et le carvi.

Étaler le mélange sur les filets de truite et laisser mariner au moins pendant 6 heures au réfrigérateur. Rincer les filets sous l'eau courante pour retirer les aromates.

Les égoutter, les essuyer dans un linge et les tailler en petits morceaux de la taille d'un bonbon.

Disposer chaque morceau sur un papier à bonbons et le rouler en papillote.

Mon conseil

Vous pouvez remplacer le carvi par des graines de sésame ou de cumin.

Friture de percheaux du lac du Bourget

Les percheaux se font de plus en plus rares, car de moins en moins de pêcheurs s'adonnent à cette prise délicate. Saisie en friture, leur chair fine procure pourtant un plaisir inimitable.

Pour 4 personnes :

600 g de percheaux (petites perches)

1 litre de lait

150 g de farine

Huile pour friture

Sel

Laver et vider les percheaux.

Les mettre à tremper
15 minutes dans le lait froid.

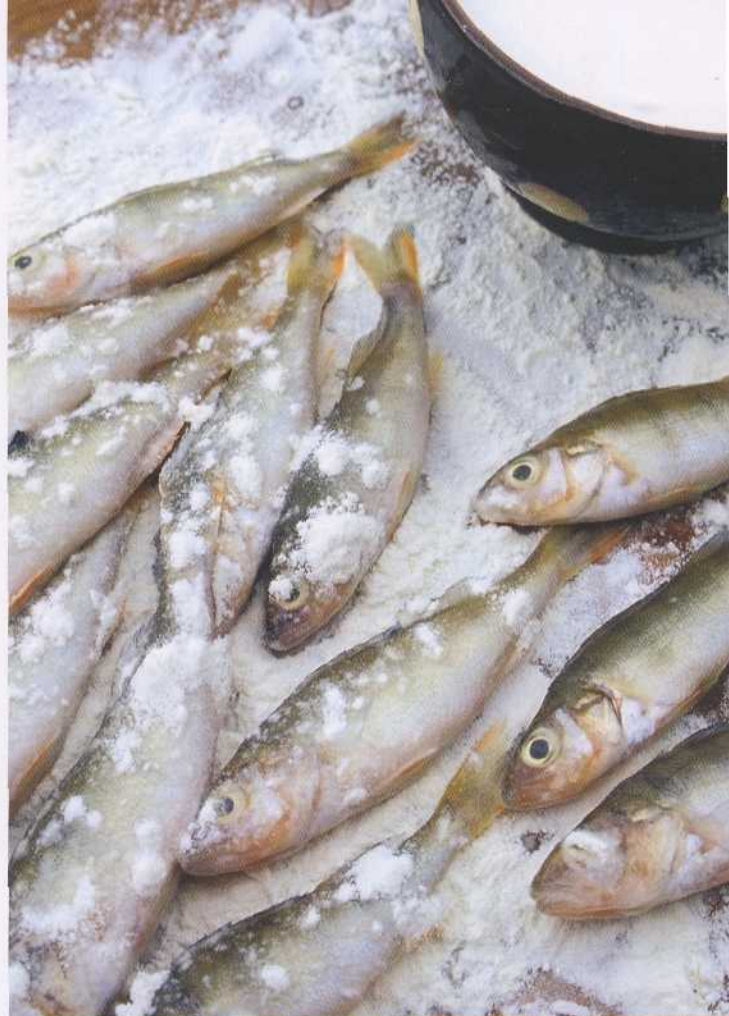
Bien les égoutter
dans une passoire.

Les rouler dans la farine et
les secouer pour enlever
l'excédent de farine.

Plonger les percheaux dans la
friteuse (huile bien chaude) et
laisser frire pendant 5 à 6 minutes.

Les égoutter et les assaisonner
tout de suite avec du sel fin.

Servir avec une sauce
mouseline (voir p. 94).



Nems de vermicelle, jambon de Savoie et beaufort



Quand la Chine inspire un Savoyard, celui-ci n'en compose pas moins avec les produits de sa région. Ici le beaufort et le jambon font office de feuilles de riz...

Cuire le vermicelle à l'eau bouillante salée 4 à 5 minutes. L'égoutter et le réserver au frais.

Disposer deux tranches de jambon cru sur une tranche de beaufort.

Assaisonner le vermicelle avec la ciboulette ciselée, l'huile, le vinaigre, le sel et le poivre, selon votre goût.

Disposer le vermicelle sur les tranches de jambon et de beaufort. Rouler le tout en serrant bien, de manière à obtenir une forme de nems.

Servir froid avec une petite vinaigrette.

Pour 4 personnes :

8 fines tranches de jambon de Savoie cru

4 fines tranches de beaufort de la taille d'une feuille de lasagne

100 g de vermicelle

1 botte de ciboulette ciselée

Huile de noisette

Vinaigre de vin

Sel, poivre



Mon conseil

Vous pouvez ajouter au vermicelle des noisettes concassées et torréfiées au four : elles apporteront une agréable note croustillante.

Pour 6 personnes :

4 petits fromages de chèvre crémeux des Bauges ou des Aillons

250 g de chapelure

4 œufs entiers

Huile pour la friture

Cromesquis

de fromage de chèvre

Enveloppé dans une carapace de chapelure dorée, le chèvre explose en bouche dès que l'on croque dedans. Un apéritif surprise qui s'apprécie avec un pétillant de Savoie ou un cocktail de Magali.

Tailler le fromage de chèvre en petits cubes.
Casser les œufs entiers dans un récipient et les battre en omelette.

Plonger les cubes de fromage de chèvre dans les œufs battus. Bien les enrober.
Les égoutter et les rouler dans la chapelure.
Renouveler l'opération afin que la chapelure adhère bien au fromage.

Une fois bien enrobés de chapelure, plonger les cubes de fromage dans une huile de friture chaude (environ 160 °C) et les sortir lorsqu'ils sont bien dorés.
Les égoutter sur du papier absorbant avant de les déguster chauds.

Mon conseil

On peut utiliser du reblochon à la place du fromage de chèvre, mais il faut renouveler l'opération chapelure trois fois au lieu de deux.



Soupe de tomette

des Bauges

Un soir que je me trouvais avec des copains dans un refuge sans rien d'autre qu'une tome des Bauges au fond du sac à dos, l'envie de manger chaud me conduisit à imaginer la transformation de notre fromage en une soupe onctueuse et délicieuse...

Pour 4 personnes :

4 tomettes des Bauges

40 cl de vin blanc de Savoie sec
(type Apremont)

Muscade

Couper la croûte supérieure des tomettes et les creuser à l'aide d'une cuillère.

Faire fondre les morceaux de fromage avec le vin blanc dans une casserole. Mélanger avec une spatule en bois jusqu'à obtenir une soupe lisse. Pendant ce temps, passer les tomettes creusées au four pour les chauffer et en gratiner le bord.

Reverser le mélange dans les tomettes chaudes.

Râper un peu de noix de muscade sur la préparation avant de servir.

Mon conseil

Si la soupe est trop épaisse, délayer avec du vin blanc préalablement chauffé jusqu'à obtenir une consistance crémeuse.





Le tout pomme de terre nouvelle

Jouer avec les textures et emprisonner l'esprit de la pomme de terre dans un verre pour en redécouvrir toute la finesse. Tout simplement...



Pour le bouillon
de pomme de terre :

Laver les pommes
de terre nouvelles.
Les couper en fines
lamelles sans les
éplucher. Les mettre
dans un plat et les
passer au four (180 °C)
40 minutes à 1 heure,
en les brassant
régulièrement, jusqu'à
ce que toutes les

faces soient dorées.
Cinq minutes avant
la fin de la cuisson
des pommes de
terre, faire bouillir
l'eau de source avec
le thym, le romarin,
le laurier et l'ail.
Plonger dedans les
pommes de terre
dorées et laisser infuser
30 minutes. Passer au
chinois et assaisonner
selon votre goût.

Pour la mousse
de pomme de terre :

Éplucher et cuire les
pommes de terre à
purée dans de l'eau
salée.
Faire bouillir la crème
et le beurre.
Mixer les pommes
de terre avec le
mélange beurre-
crème. Assaisonner
si nécessaire.

Verser le mélange
encore chaud dans un
siphon. Maintenir au
bain-marie à 60/80 °C

Montage :

Verser le bouillon
chaud dans un verre
transparent et ajouter
la mousse de pomme
de terre dessus.
Servir aussitôt.

8 pommes de terre nouvelles • 500 g de pomme
de terre à purée • 1 litre d'eau de source •
1 branche de thym • 1 petite branche de romarin •
1/4 de feuille de laurier • 1 gousse d'ail écrasée
(avec la peau) • 250 g de crème liquide •
120 g de beurre • 1 siphon à chantilly

Une recette toute simple qui permet de retrouver le goût vrai de la courge et surprend par le jeu de texture entre le velouté de la soupe et le côté aérien de la mousse.

Pour 6 personnes :

1 belle courge muscade de 2,5 kg environ
Bouillon de légumes ou de poule (environ 1,5 l)
10 g de beurre
Huile d'olive
Sel, poivre

Éplucher et tailler la courge
en petits morceaux.

Mettre une noix de beurre et un filet d'huile
d'olive dans une casserole. Faire fondre 2 kg
de morceaux de courge. Ajouter le bouillon
de légumes ou de poule de façon à couvrir
la courge à mi-hauteur. Faire cuire à couvert
à feu doux pendant 1 heure environ.

Quand la courge est cuite, mixer la
soupe au mixeur ou à la centrifugeuse

jusqu'à obtenir une consistance veloutée.

Assaisonner à votre goût. Réserver.

Passer les morceaux de courge crus
restants à la centrifugeuse.

Récupérer le jus et le mixer jusqu'à
obtention d'une mousse très légère.

Servir la soupe chaude avec
quelques cuillerées de mousse
de courge déposées à la surface.

Mon conseil

On peut servir cette soupe
avec des dés de reblochon fermier.

Soupe de *courge*



Un jour que mes œufs brouillés étaient trop cuits, j'ai eu l'idée de les mixer avec un peu de crème pour en faire une bonne soupe. Agrémentée d'une poignée de chénopodes cueillis en montagne, c'est une merveille.

Casser les œufs dans une terrine. Les cuire au bain-marie sans matière grasse en les battant au fouet comme un sabayon. Quand les œufs commencent à prendre sur les bords, incorporer délicatement la crème préalablement bouillie. Puis couper le feu. Assaisonner de sel et de deux pincées de muscade fraîchement râpée.

Mixer le tout. Réserver au chaud. Laver les pousses de chénopodes et les plonger quelques secondes dans une eau bouillante salée ou les passer 2 minutes à la vapeur. Les disposer dans une assiette creuse. Verser la soupe d'œufs chaude dessus.

Mon conseil

Vous pouvez remplacer le chénopode par des épinards frais (les équeuter s'ils ne sont pas assez tendres).

Pour 4 personnes :

8 œufs de ferme

20 cl de crème fraîche

250 g de jeunes pousses de
chénopodes (épinards sauvages)

Sel

Muscade



Soupe d'œufs au chénopode

Velouté de châtaignes et granité de cresson

Dans cette recette haute en saveur et en couleur, l'amertume et le vert du cresson relèvent avec bonheur la douceur de la châtaigne.

Pour 6 personnes :

300 g de châtaignes fraîches et épluchées

1 oignon

1 litre de lait

1 botte de cresson

Huile de noisette

1 noisette de beurre

Sel, poivre

Le velouté :

Éplucher et émincer l'oignon.

Le faire revenir dans une casserole avec un peu de beurre et d'huile de noisette.

Ajouter le lait et les châtaignes.

Cuire pendant 1 heure à feu doux à couvert.

Mixer le tout au mixeur pour obtenir un velouté lisse.

Assaisonner selon votre goût.

Bien l'égoutter avant de la plonger dans l'eau bouillante.

Laisser cuire le cresson 3 à 5 minutes puis le tremper à nouveau dans l'eau glacée.

Bien l'égoutter et le mixer à la centrifugeuse (ou au mixeur).

Mettre le liquide dans un plat rectangulaire et le placer au congélateur jusqu'à ce qu'il durcisse.

Montage :

Disposer le velouté de châtaignes dans une assiette.

Gratter le granité avec une fourchette et le parsemer sur la soupe chaude.

Le granité :

Faire bouillir de l'eau salée.

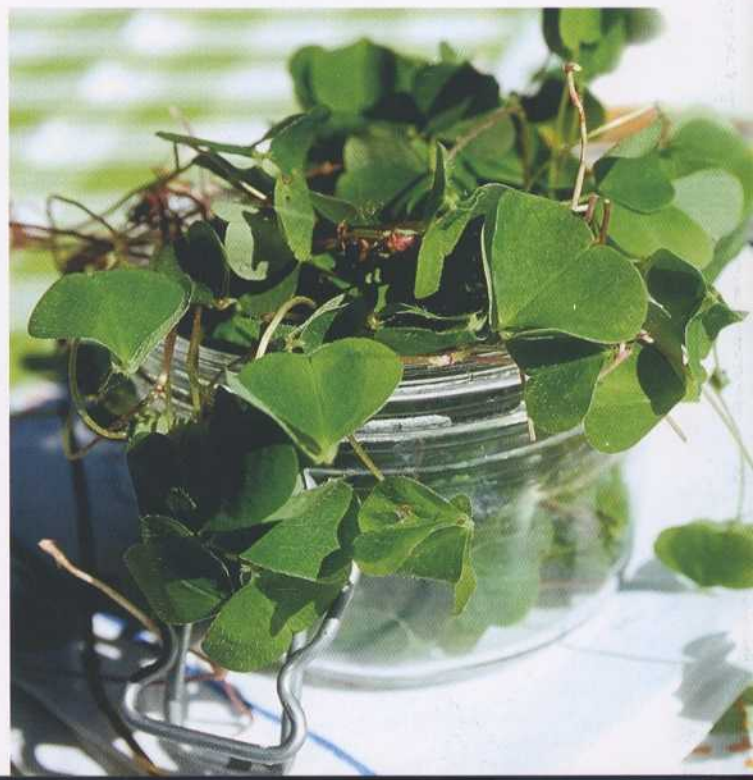
Mettre la botte de cresson dans de l'eau glacée (afin de fixer le vert de chlorophylle).

Bouillon d'oxalis

J'adore l'oxalis. Je le cueille dans les forêts de sapins ou dans les sous-bois frais. Ses feuilles d'un beau vert tendre ressemblent à celles du trèfle, mais leur goût acide est proche de celui de l'oseille.

Éplucher et couper les carottes et l'oignon en petits dés.
Faire suer les légumes dans une casserole avec une noisette de beurre. Verser le bouillon de poule et porter à ébullition. Passer au chinois. Mixer le bouillon avec l'oxalis

cru. Repasser au chinois.
Ajouter le vermicelle et remettre sur le feu 4 à 5 minutes le temps de cuire le vermicelle.
Assaisonner selon votre goût.
Servir en parsemant le bouillon de feuilles d'oxalis crues.





Pour 6 personnes :

- 1 oignon
- 2 carottes
- 200 g de vermicelle
- 1 bonne poignée d'oxalis ou 1 botte d'oseille
- 1 litre de bouillon de poule
- 1 noisette de beurre



Soupe de pommes de terre, truffe de Savoie

*Marier la pomme de terre
et la truffe : comble du
délice ou du snobisme ?*

Pour 6 personnes :

1 oignon

1 poireau

6 grosses pommes de terre

2 à 3 truffes de Savoie (50/60 g environ)

1,5 litre de lait

Beurre

Huile de noixette

Sel, poivre

Thym, laurier, romarin

Éplucher et ciseler l'oignon.

Laver le poireau et ciseler le blanc
(conserver le vert pour un autre
usage).

Éplucher et couper les pommes
de terre en morceaux. Les réserver
dans de l'eau froide.

Faire revenir l'oignon et le poireau
avec un peu de beurre et d'huile
de noixette.

Quand ils sont bien fondus, ajouter
le lait. Puis incorporer les pommes
de terre égouttées, les aromates
et l'assaisonnement.

Faire cuire 30 à 40 minutes à feu
doux jusqu'à ce que les pommes
de terre soient tendres. Retirer les
aromates. Mixer la soupe.

Incorporer les truffes hachées.

Garder au chaud au bain-marie.

Mon conseil

Il est préférable de déguster la soupe 15 à
20 minutes après l'incorporation des truffes
afin que celles-ci infusent dans la soupe.



Lait de ferme caillé *aux* fines herbes



Pour 6 personnes :

1 litre de lait de ferme • 3 à 4 gouttes de
présure • 1 oignon ciselé • 3 échalotes
ciselées • 1 botte de ciboulette ciselée •
Sel de Guérande • Mignonnette de poivre



*Souvenir d'enfance...
Cette recette au goût de
vrai lait de vache vous laisse
une consistance de flanc
dans la bouche, qui se marie
très bien avec le côté un
peu piquant des aromates.*

La veille au soir, tiédir le lait
à 30 °C dans une casserole.
Hors du feu, ajouter 3 à 4 gouttes de
présure. Mélanger le tout, verser dans un
récipient et laisser reposer à température
ambiante pendant 12 heures.
Puis mettre le lait caillé au réfrigérateur.
Le lendemain, avant de servir, parsemer
le lait caillé d'aromates. Assaisonner
selon votre goût et servir bien frais.

Mon conseil

On peut déguster aussi le lait
caillé avec de la crème fraîche
épaisse et de la confiture de
mûres-myrtilles (voir p. 79).

À l'origine, la polenta est un plat de pauvre. Cette recette permet de la détourner de son usage courant. J'aime la décliner sur tous les tons et tous les goûts, selon les légumes et les saisons. Amusez-vous à faire de même !

Faire bouillir dans une casserole le bouillon de légumes.

Verser la polenta en pluie. Assaisonner et cuire à couvert pendant 1 heure en remuant régulièrement.

Une fois cuite, étaler la polenta sur une feuille de papier sulfurisé. La recouvrir d'une seconde feuille et l'étaler au rouleau à pâtisserie de façon à obtenir une abaisse de 5 mm d'épaisseur.

Laver et cuire les légumes séparément à l'eau salée ou à la vapeur (sauf les tomates cerises). Les courgettes devront être *al dente* ; les carottes, les pommes de terre, les asperges, les haricots coco et les radis doivent rester fondants.

Refroidir les légumes dans de l'eau glacée pour qu'ils gardent leur couleur.

Découper la pâte de polenta en rectangles de 10 x 15 cm.

Disposer les légumes taillés à votre convenance, en alternant les couleurs.

Assaisonner d'huile de noix, de vinaigre et de sel.

Cette tarte se déguste chaude ou froide.

Tarte de polenta aux légumes d'été

P o u r 4 p e r s o n n e s :

250 g de polenta • 1,5 litre de bouillon de légumes • 12 petites pommes de terre nouvelles • 500 g de tomates cerises • 1 botte de radis • 150 g de haricots coco • 200 g de courgettes • 1 botte d'asperges blanches • 1 botte de cébette • 1 botte de carottes fanes • Huile de noix • Vinaigre balsamique • Sel de Maldon



*La version hivernale
de la tarte d'été...*

Préparer la polenta comme indiqué
dans la recette précédente.
Laver les légumes. Effeuille les choux de
Bruxelles. Cuire séparément la patate douce,
les feuilles de choux, le chou-fleur, les haricots,
les salsifis, dans l'eau bouillante ou à la vapeur.

Pour 4 personnes :

250 g de polenta
1,5 litre de bouillon de légumes
1 patate douce
6 choux de Bruxelles
2 endives
1 chou-fleur
1 artichaut bouquet
200 g de haricots plats
200 g de salsifis
Huile d'argan
Vinaigre balsamique
Sel de Maldon

Les refroidir dans de l'eau glacée pour
qu'ils gardent leur couleur. Cuire l'artichaut
dans une eau citronnée. Le rafraîchir.
Braisers les endives coupées en quatre.
Découper la pâte de polenta en
rectangles de 10 x 15 cm.
Disposer les légumes taillés à votre
convenance, en alternant les couleurs.
Assaisonner d'huile d'argan, de vinaigre et de sel.

Cette tarte se déguste chaude ou froide.

Tarte de polenta aux légumes d'hiver





Raviolis de
polenta

à la moutarde à l'ancienne et aux herbes

Ces raviolis sont fourrés d'une mousse très parfumée, qui associe le goût prononcé de l'estragon et la saveur subtile de la moutarde à l'ancienne. Effet de surprise garanti dès la première bouchée !

Pour 6 personnes :

250 g de polenta moyenne

2 litres d'eau ou de bouillon de poule

Sel, poivre

1/2 litre de crème fouettée

2 cuillères à soupe de moutarde à l'ancienne

1 botte d'estragon ciselé

1 botte de ciboulette ciselée

1 botte de persil ciselé

Faire bouillir l'eau ou le bouillon.

Assaisonner. Verser la polenta en pluie et cuire à couvert pendant 1 heure en remuant régulièrement.

À l'aide d'un rouleau à pâtisserie, étaler la polenta entre deux feuilles de papier sulfurisé de façon à obtenir une abaisse de 5 mm d'épaisseur. Réserver au frais.

Mélanger les herbes et la moutarde à la crème fouettée.

Assaisonner à votre goût.

Découper des ronds dans l'abaisse de polenta (18 grands et 18 plus petits).

Disposer les cercles de polenta les plus petits sur une assiette. Déposer quelques points de crème dessus.

Recouvrir du cercle de polenta plus grand et appuyer légèrement sur les bords de façon à les souder.

Mon conseil

Vous pouvez badigeonner les raviolis d'une vinaigrette composée d'huile de noisette, de vinaigre balsamique et de sel de Guérande.

Œufs brouillés

au gruyère des Bauges,
à la pimprenelle et au lard

Pour 4 personnes :

12 œufs de ferme

160 g d'allumettes de lard

160 g de gruyère des Bauges
(râpé ou en copeaux)

1 bouquet de pimprenelle hachée

10 cl de crème fraîche

Sel, poivre



Les œufs s'accrochent très bien de produits simples. Le gruyère des Bauges leur apporte ici un liant crémeux, la pimprenelle un petit goût de noix et le lard une saveur fumée, plus animale.

À l'aide de petits ciseaux, pratiquer une ouverture sur le dessus des œufs crus, comme pour ouvrir un œuf à la coque. Vider les œufs dans un bol et les réserver au frais. Faire revenir les allumettes de lard dans une poêle. Les réserver sur une feuille de papier absorbant.

Mettre les œufs entiers dans une casserole. Fouetter comme un sabayon à feu doux, pendant 2 à 3 minutes environ. Quand les œufs sont crémeux et commencent à prendre sur les bords de la casserole, incorporer la crème pour stopper la cuisson. Assaisonner. Répartir les œufs brouillés dans

Mon conseil

Vous pouvez remplacer la pimprenelle par des brisures de noix, de la ciboulette hachée ou de la cébette.

trois récipients. Ajouter les lardons dans l'un, la pimprenelle hachée dans l'autre et le gruyère dans le troisième. À l'aide d'une petite cuillère, garnir les coquilles d'œufs de cette préparation. Poser sur des coquetiers et servir de suite.

Salade d'écrevisses, haricots crochets et bleu de Bonneval

*Une entrée
aux couleurs
et aux saveurs
très équilibrées,
qui résulte d'un
mariage heureux
entre le côté
crustacé de
l'écrevisse, le goût
plus terroir du
bleu de Bonneval
et la fraîcheur
des haricots
crochets.*

Châtrer les écrevisses
(ôter le boyau en tirant
sur la partie centrale
du bout de la queue).
Les cuire dans l'eau
bouillante pendant
5 à 6 minutes.
Les sortir, les égoutter
et les décortiquer.
Réserver au frais.
Équeuter et cuire les

haricots dans une eau
bouillante salée, puis
les refroidir à l'eau
glacée (pour conserver
la chlorophylle).
Les réserver au frais.
Découper le bleu de
Bonneval en petits dés.
Disposer les écrevisses,
les haricots et les dés de
fromage dans un saladier.

Assaisonner avec
une vinaigrette
à l'huile de noix.
Parsemer de cébette
hachée avant de servir.

Mon conseil
Vous pouvez ajouter
des cerneaux de
noix à cette salade.

Pour 4 personnes :

500 g d'écrevisses • 400 g de haricots crochets
(ou de haricots verts) • 100 g de bleu de
Bonneval • 1 botte de cébette finement émincée
• Huile de noix • Vinaigre de vin • Sel, poivre



*Une recette facile,
fraîche et non grasse
qui change un peu
des traditionnelles
rillettes de porc,
de canard ou d'oie.*

Pour 4 personnes :

800 g de filets de truite fario sans arêtes ni peau

1 botte de ciboulette

8 tomates fraîches

3 branches de basilic

Quelques brins de ciboulette

Sel, poivre

1 pincée de sucre

Huile

Mon conseil

Vous pouvez rajouter
des graines de sésame
torréfiées. Si vous ne
trouvez pas de truite,
remplacez-la par du
saumon sauvage.

Pour les rillettes :

Cuire les filets de truite à la
vapeur pendant 5 minutes.

Émincer les cibettes.

Couper 2 tomates en dés.

Faire revenir les cibettes dans une
poêle huilée. Ajouter les tomates.

Laisser fondre quelques instants.

Mélanger les filets de truite
avec le mélange cibettes-

tomates, en écrasant le tout à
la fourchette de façon à obtenir
une consistance de rilette.

Ajouter la ciboulette ciselée.

Mélanger.

Assaisonner et réserver au frais.

Pour le coulis de tomates :

Verser dans le bol du mixer
6 tomates pelées et épépinées,

le basilic, le sel, le poivre
et une pincée de sucre.

Bien mixer jusqu'à obtention
d'un coulis. Passer au tamis.

Montage :

Façonner des quenelles
de rillettes avec une cuillère
et les déposer sur
le coulis de tomate.



Rillettes de truite
au coulis de tomates



Associé aux riches parfums du serpolet et de l'origan, le goût sauvage de la pimprenelle – qui évoque celui de la noix, de la châtaigne et du poivron vert –, vous donne l'impression de gambader en montagne... comme un lapin !

Pour 6 bocaux ou une terrine :

1 lapin désossé et coupé en petits morceaux, et son foie	20 cl de vin blanc 1 poignée d'herbes de montagne : serpolet, pimprenelle, origan...
500 g d'échine de porc	(ou des herbes aromatiques classiques comme l'estragon, le persil, le romarin, le thym)
500 g de gorge de porc	
200 g de lard fumé sans la couenne	
6 tranches fines de lard fumé	
4 œufs	Huile d'olive
4 échalotes	Sel, poivre



Préparation de la farce au lapin :

Hacher l'échine, la gorge de porc, le lard fumé sans couenne, les échalotes et les herbes à l'aide d'un hachoir (grille moyenne). Dans un récipient, mettre les œufs entiers, le vin blanc, le sel, le poivre et la viande hachée avec les herbes. Mélanger le tout et réserver au frais. Assaisonner le foie et les morceaux de lapin et les faire dorer dans une poêle avec un filet d'huile d'olive. Laisser refroidir avant de les rajouter au mélange précédent.

Cuisson dans les bocaux :

Disposer une fine tranche de lard fumé au fond de chaque bocal. Rajouter la farce au lapin jusqu'à hauteur. Fermer les bocaux. Les disposer dans une casserole et les recouvrir d'eau. Porter à ébullition, puis réduire la température au minimum. Laisser cuire pendant 2 h 30 à 3 heures.

Cuisson dans la terrine :

Chemiser la terrine avec les fines tranches de lard. Répartir la farce au lapin dessus. Couvrir d'une feuille d'aluminium avant de refermer le couvercle. Faire cuire au four au bain-marie à 170 °C pendant 2 h 30 à 3 heures.

Terrine
de **lapin**
aux herbes d'alpage

Mon conseil

Plus cette terrine attend dans le réfrigérateur, meilleure elle est. Après 3 jours passés au frais, elle est sublime. Les bocaux peuvent être conservés plusieurs semaines.



Féra de nos lacs
aux *girolles*

Pour 4 personnes :

4 filets de féra sans arêtes (avec la peau écaillée)

1 botte d'oignons cébettes

1 kg de girolles

1/2 litre de crème

Beurre

Huile de noisette

Sel, poivre



La féra est un poisson emblématique des lacs de montagne, qui se marie très bien avec les saveurs de sous-bois des champignons. À défaut de girolles, vous pouvez réaliser cette recette avec d'autres champignons sauvages, tels que les cèpes.

Éplucher et émincer les oignons cébettes.

Les faire revenir dans une poêle avec une noisette de beurre et un filet d'huile de noisette.

Laver les girolles, les essuyer et les faire revenir avec les oignons.

Réserver au chaud.

Faire bouillir la crème avec la moitié des oignons et des girolles.

Mixer le tout pour obtenir une sauce onctueuse. Assaisonner et maintenir au chaud.

Assaisonner les filets de féra.

Les cuire côté peau 6 à 8 minutes à feu doux, dans une poêle antiadhésive avec une noix de beurre.

Les retourner délicatement et les cuire 1 minute côté chair.

Les disposer sur les assiettes chaudes, avec les girolles poêlées.

Napper le tout de sauce.

Mon conseil

Ce poisson à chair fragile (également appelé lavaret dans le lac du Bourget) se mange très peu cuit (bleu) avec une peau croustillante. Une cuisson trop longue lui fait perdre

Parmentier d'écrevisses

du lac Léman

Dans cette recette, l'écrevisse détrône le bœuf, ce qui rend le plat plus léger et plus savoureux. On peut présenter le parmentier à l'assiette, afin de laisser les couches « s'exprimer », ou opter pour une formule plus conviviale en servant le parmentier dans un plat à gratin, parsemé d'un peu de beaufort râpé ou de chapelure.

P o u r 6 p e r s o n n e s :

600 g de pommes de terre à purée • 150 g de beurre • 20 cl de crème
• 3 kg d'écrevisses du Léman • 2 carottes • 2 branches de céleri •
1 oignon • 3 échalotes • 2 tomates fraîches • 1 brin d'estragon • 1 botte
d'oignons cibettes • 1 bouquet garni • Gros sel • Mignonnette de poivre

Pour la purée :

Éplucher, laver et couper les pommes de terre en morceaux. Les cuire dans une eau salée pendant 30 à 40 minutes. Égoutter et passer les pommes de terre dans un presse-purée. Faire bouillir la crème avec le beurre. Verser le tout sur la pulpe de pommes de terre. Remuer jusqu'à obtenir une bonne consistance. Assaisonner selon votre goût. Recouvrir de film alimentaire. Réserver votre purée dans un récipient au bain-marie.

Pour les écrevisses :

Éplucher et tailler grossièrement les carottes, l'oignon, les échalotes et le céleri. Les plonger dans une casserole d'eau. Ajouter le bouquet garni, une poignée de gros sel et la mignonnette de poivre. Porter à ébullition. Châtrer les écrevisses (ôter le boyau en tirant sur la partie centrale du bout de la queue). Les cuire aussitôt dans le bouillon pendant 5 minutes. Les égoutter et les laisser refroidir. Décortiquer les queues d'écrevisses et les pincettes. Les réserver au frais.

Faire suer 2 ou 3 oignons cibettes avec les tomates pelées et taillées en quartiers ainsi qu'un brin d'estragon (ou une herbe de votre choix). Les mélanger avec les écrevisses.

Montage :

Disposer les écrevisses dans 6 cercles de 8 cm de diamètre. Recouvrir de purée de pommes de terre. Passer le parmentier sous un gril pour obtenir une jolie coloration dorée. Ôter les cercles avant de servir.



Filets de perche meunière

avec son jus à la verveine citronnée fraîche



Facile à réaliser, cette recette associe le parfum floral et citronné de la verveine et le goût de noisette de la perche de Savoie.

Dans une casserole, faire bouillir le lait et assaisonner à votre goût.

Y laisser infuser les feuilles de verveine pendant 5 minutes.

Passer cette sauce au chinois et réserver au chaud.

Assaisonner les filets de perche et les cuire 3 minutes côté peau dans une poêle avec une noix de beurre. Les retourner et cuire

pendant 30 secondes.

Les disposer sur les assiettes chaudes.

Émulsionner la sauce au mixeur pour qu'elle soit bien mousseuse.

Disposer la mousse autour de la perche. Décorer avec des feuilles de verveine fraîches.

Servir avec un bocal de légumes (recette page suivante).

Pour 4 personnes :

12 petites perches levées en filets (avec la peau écaillée)
• 1/2 litre de lait entier (de ferme, c'est meilleur...) • Une poignée de verveine citronnée fraîche • Beurre • Sel, poivre



Une idée simplissime qui accorde les couleurs et les textures dans un contenant surprenant... Ce bocal de légumes accompagne à merveille les poissons, la volaille et les viandes grillées.

Pour 4 personnes :

4 tomates cerises

4 topinambours

2 branches de céleri

2 pommes de terre

200 g de petits pois

1 petite botte d'oignons cibettes

1/2 litre de lait de ferme entier

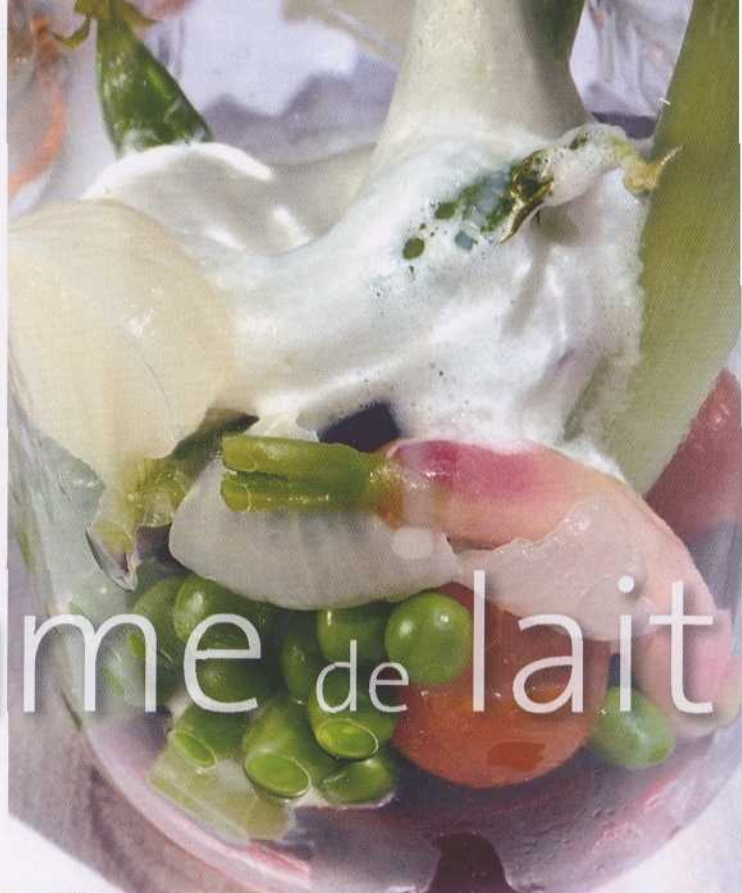
Aromates ou herbes selon votre choix :

estragon, sarriette, basilic...

Sel, poivre

Bocal de légumes du moment à l'écume de lait

Éplucher, tailler et cuire les légumes à la vapeur ou dans de l'eau bouillante salée. Les refroidir. Les disposer dans des bocaux et les réserver au frais. Faire bouillir le lait et l'assaisonner. Plonger les herbes dedans et laisser infuser quelques minutes. Passer au chinois ou à l'étamine. Faire réchauffer les bocaux de légumes à la vapeur. Mixer le lait chaud afin d'obtenir une mousse. Prélever la mousse et la déposer sur les légumes.



Omble chevalier à la chlorophylle de cresson



Mon conseil

Vous pouvez remplacer le cresson par de la roquette, des cornes de cerf, de l'oseille ou toute autre herbe de votre choix.

Pour 4 personnes :

4 ombles entiers préparés
500 g de cresson
200 g de beurre
Sel, poivre

L'omble chevalier est le prince des poissons de lac. Originaire des zones arctiques, isolé dans les lacs alpins depuis les périodes glaciaires, il vit dans les eaux profondes et froides. Sa finesse est ici relevée par une touche d'amertume apportée par le cresson.

Plonger le cresson dans l'eau glacée. Dans une casserole, faire bouillir de l'eau salée, y jeter le cresson et le blanchir pendant 3 minutes. Égoutter et refroidir aussitôt dans l'eau glacée. Égoutter de nouveau et mixer pour obtenir une purée. Faire tiédir la purée de cresson dans une casserole avec 150 g de beurre.

Assaisonner et mixer le tout. Assaisonner les ombles. Les cuire 4 à 5 minutes de chaque côté selon la grosseur, dans une poêle antiadhésive avec le reste du beurre. Dresser les ombles sur des assiettes chaudes. Napper de chlorophylle de cresson et servir avec des frites de polenta (recette page suivante).

P o u r 4 p e r s o n n e s :

250 g de polenta • 1,5 litre de lait • 180 g de beaufort râpé

Ces « frites » un peu particulières font le bonheur des enfants... et des plus grands. Elles accompagnent aussi bien les plats délicats, comme l'omble chevalier, que les apéritifs ou les mets les plus corsés tels que le coq au vin.

Frites de polenta au beaufort

Faire bouillir le lait. Y verser la polenta en pluie. Assaisonner et cuire à couvert pendant 1 heure en remuant régulièrement.

Incorporer 150 g de beaufort en fin de cuisson. Mouler la polenta dans un plat rectangulaire en plastique

sur 3 cm d'épaisseur.

Filmer et mettre au frais jusqu'à complet refroidissement.

Démouler la polenta sur une planche et la tailler en forme de grosses frites. Disposer les « frites » sur la plaque du four.

Parsemer le reste de beaufort sur chaque frite. Passer au gril quelques secondes.

Mon conseil

Pour bien réussir le démoulage de la polenta, il faut choisir un plat non rigide et bien le réserver au frais.



Tailler les légumes en gros bâtonnets de 5 cm de long. Les faire cuire séparément à l'eau bouillante salée. Assaisonner les filets de canard et les colorer dans une sauteuse en démarrant côté peau avec un peu d'huile ou de graisse de canard. Les cuire au four (180 °C) pendant 5 à 6 minutes. Les sortir, les poser sur une grille et les couvrir d'une feuille de papier aluminium. Pendant ce temps, faire bouillir le miel dans la sauteuse. Y faire glacer les navets à feu doux pendant 5 à 6 minutes. Retirer les navets du miel. Y incorporer à la place les épices et le vinaigre, puis les filets de canard côté peau de façon à les caraméliser. Découper les filets en quatre beaux rectangles. Puis disposer les légumes réchauffés à la vapeur et la viande sur des assiettes chaudes et les parsemer de fleur de sel et de poivre.



Un plat équilibré, où les parfums du carvi, de la cardamome et du miel enrobent en douceur la chair du canard et le goût de terre du navet.

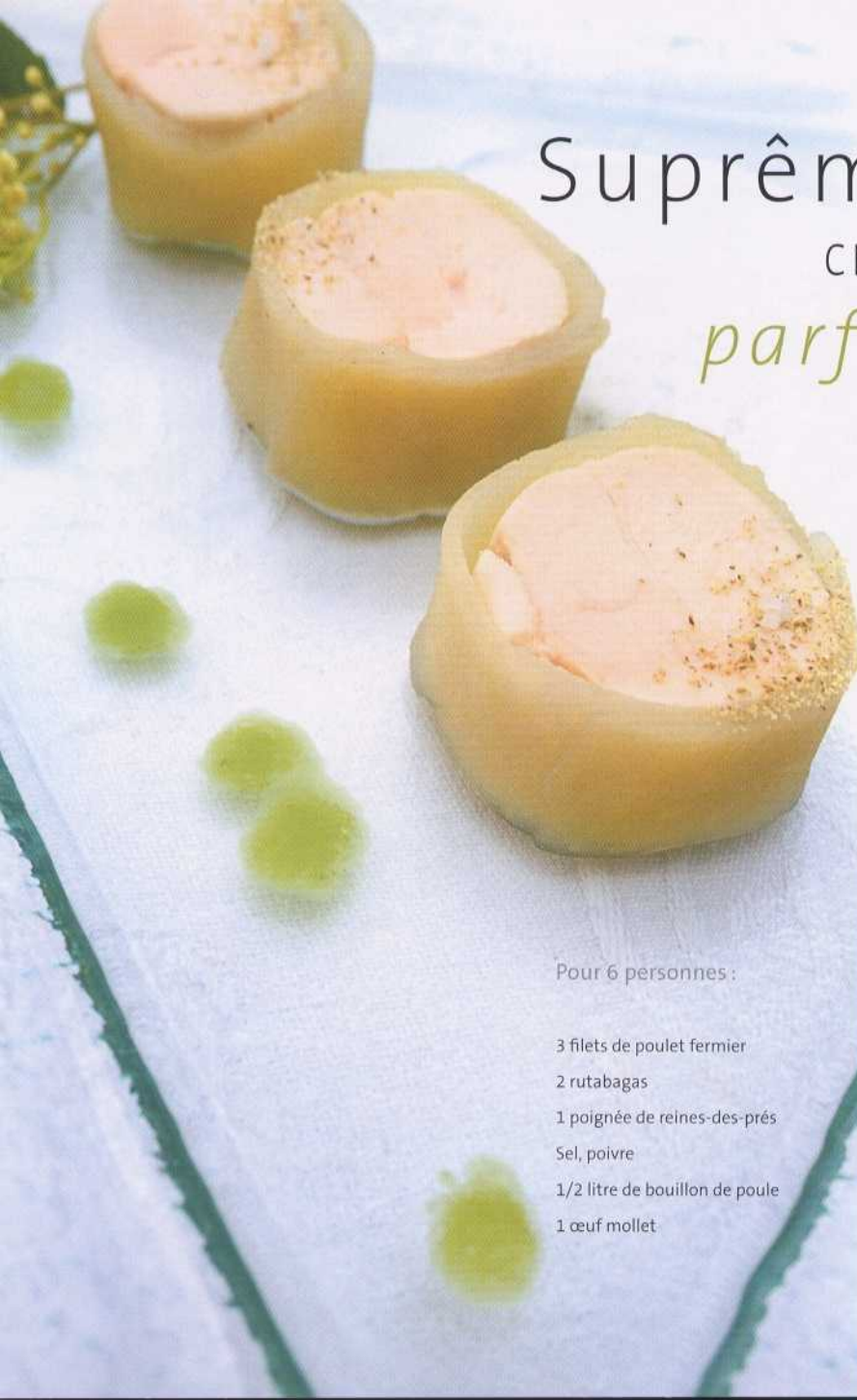
Suprêmes de **canard** caramélisé aux épices, *légumes d'automne*



P o u r 4 p e r s o n n e s :

2 filets de canard • 2 navets longs • 2 branches de céleri • 1 chou rouge • Huile ou graisse de
canard • Fleur de sel • Épices • 150 g de miel de montagne • 20 cl de vinaigre de vin • 1 cuillère
à soupe de carvi • 1 cuillère à soupe de graines de cardamome • 1 cuillère à soupe de sésame





Suprêmes de volaille fermière, croquant de rutabaga *parfumé à la reine-des-prés*

Avec son goût d'amande, la reine-des-prés parfume la chair fine du poulet fermier et contraste avec le côté rustique du rutabaga.

Pour 6 personnes :

3 filets de poulet fermier
2 rutabagas
1 poignée de reines-des-prés
Sel, poivre
1/2 litre de bouillon de poule
1 œuf mollet

Éplucher et tailler les rutabagas en lamelles de 1 cm d'épaisseur. Les blanchir 3 ou 4 minutes dans une eau bouillante salée, puis les refroidir avant de les égoutter. Étaler les lamelles de rutabaga sur des rectangles de papier film. Disposer les filets de poulet dessus. Les assaisonner de sel et de poivre. Rouler fermement l'ensemble en forme de boudin et ficeler chaque extrémité. Disposer les boudins au réfrigérateur. Faire bouillir le bouillon de

poule. Plonger l'œuf mollet écaillé dedans et mixer. Laisser infuser la reine-des-prés dans la sauce pendant 4 à 5 minutes. Filtrer et tenir au chaud. Cuire les boudins filmés dans de l'eau bouillante environ 8 à 10 minutes suivant la grosseur. Les retirer de l'eau et les laisser reposer 3 ou 4 minutes. Retirer délicatement le film des boudins et les découper soigneusement en médaillons. Disposer les médaillons sur des assiettes chaudes, napper de sauce et servir avec un bocal de légumes (p. 49).

Coq à la mondeuse d'Arbin

Puissante, typée, expressive, la mondeuse d'Arbin est un vin rouge plein de charme qui sait attendrir les coqs les plus coriaces...

Pour 6 personnes :

1 gros coq fermier
3 litres de mondeuse d'Arbin
250 g de poitrine fumée
1 gousse d'ail
1 bouquet garni composé
de thym, de laurier et de persil
Beurre
Huile
Sel, poivre

Demander au boucher de tailler le coq en morceaux.

Le mettre à mariner 24 heures dans la mondeuse.

Le lendemain, égoutter et assaisonner les morceaux de coq (sel, poivre).

Tailler la poitrine fumée en dés.

La faire revenir avec la viande dans un gros faitout, avec un peu d'huile et de beurre, jusqu'à

obtenir une coloration dorée.

Déglacer avec le vin de la marinade. Ajouter l'ail coupé en deux et le bouquet garni.

Couvrir et mettre au four (180 °C) durant 5 à 6 heures jusqu'à ce que la sauce soit caramélisée.

Servir avec des pommes d'arphin (p. 61) ou des frites de polenta (p. 51).



Omelette savoyarde



Pour 4 personnes :

8 œufs fermiers
160 g de lard fumé taillé en bâtonnets
1 oignon émincé
4 pommes de terre
100 g de beaufort râpé
1 botte de ciboulette ciselée
Beurre
Huile
Sel, poivre

Laver les pommes de terre et les cuire 20 minutes à l'eau salée. Faire revenir le lard et l'oignon dans une poêle avec un filet d'huile. Éplucher les pommes de terre et les couper en petits dés. Verser le lard, l'oignon et les pommes de terre dans un récipient. Ajouter le beaufort

et la ciboulette. Mélanger. Casser les œufs dans un autre récipient. Les assaisonner. Les battre jusqu'à obtenir une texture mousseuse. Faire fondre une noisette de beurre dans une poêle antiadhésive. Y verser les œufs et cuire l'omelette en la remuant à l'aide

d'une fourchette. Disposer les légumes et le lard au milieu de l'omelette. Laisser cuire quelques secondes. Décoller les bords et rouler l'omelette en inclinant la poêle et en la remuant par un habile mouvement du poignet. Couper des tranches d'omelette et servir avec une salade verte.

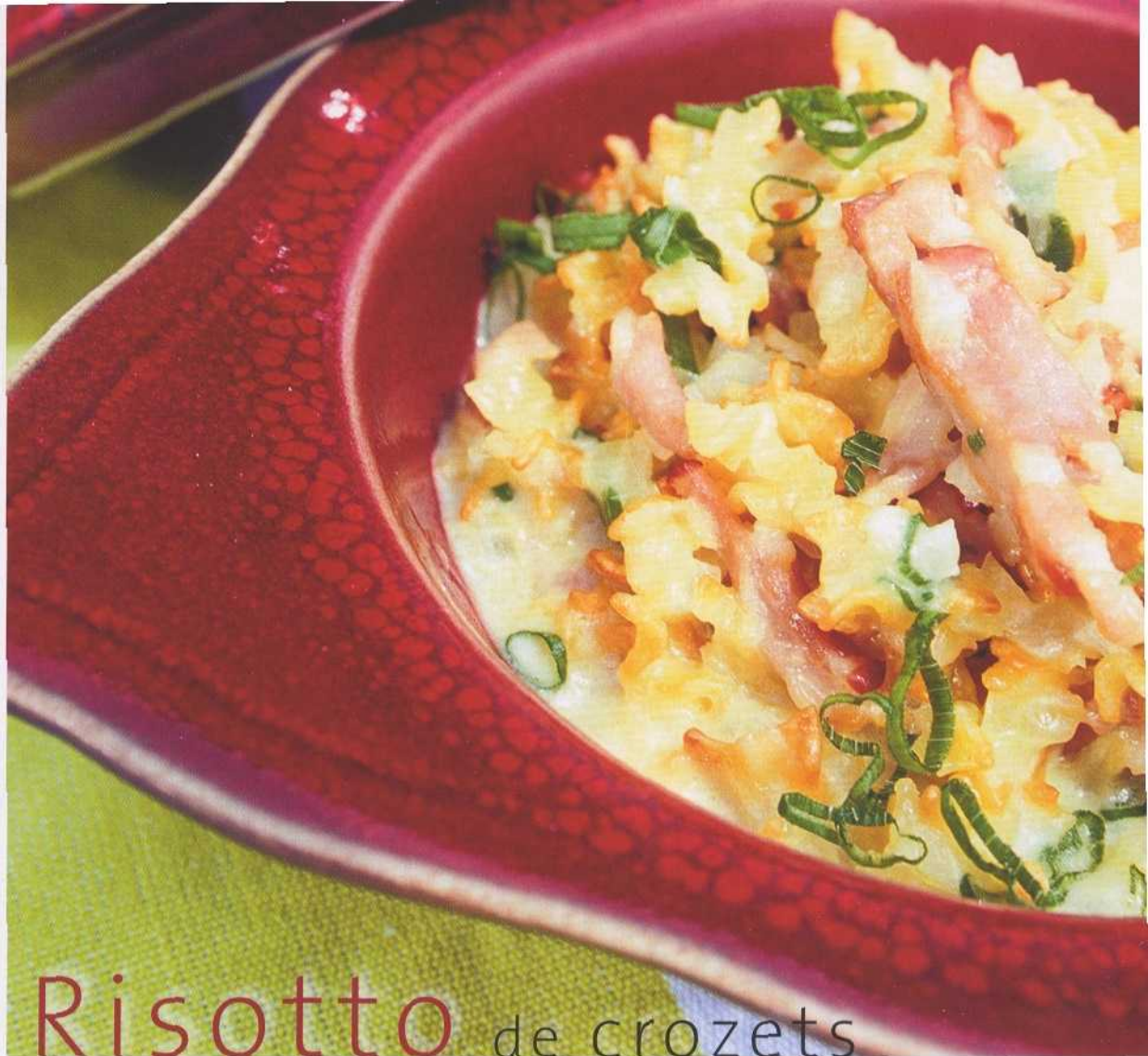
Un classique savoyard, simple et goûteux. Mais la simplicité n'empêche pas l'inventivité : ici, ce qui ne se voit pas à l'extérieur se savoure à l'intérieur...

En appliquant le principe du risotto aux traditionnels crozets de Savoie, on permet aux sucs de l'oignon et du lard d'infuser les pâtes à mesure qu'elles cuisent. Un plat onctueux et parfumé, tout simple à réaliser.

Pour 4 personnes :

200 g de crozets
1 oignon
1 botte de ciboulette
80 g de beaufort râpé
80 g de lard fumé en bâtonnets
30 cl de vin blanc de Savoie
1/2 litre d'eau
Huile d'olive

Faire suer l'oignon émincé et le lard avec un filet d'huile d'olive. Déglacer avec le vin blanc. Ajouter les crozets et l'eau bouillante. Laisser cuire jusqu'à absorption du liquide. Quand les crozets sont cuits, ajouter la ciboulette hachée et le beaufort. Mélanger intimement et servir sans attendre.



Risotto de crozets au lard paysan

Diots en cocotte infusés au sapin

Une recette très facile imaginée un jour de fringale, alors que je me baladais dans un bois de sapins. C'est en voyant un sanglier manger des pommes de pins que je me suis pris à la rêver...

Pour 6 personnes :

Jeunes branches de sapin

6 diots de Savoie

6 belles pommes de terre

1 litre d'eau

1/2 litre d'Apremont (ou autre vin blanc de Savoie)

Mon conseil

Vous pouvez remplacer le sapin par des sarments de vigne.

Rincer les branches de sapin.

Les disposer au fond d'une cocotte en fonte avec le vin blanc et l'eau.

Ajouter les diots et les pommes de terre. Laisser cuire 1 heure à feu doux.

Vérifier la cuisson des pommes de terre à l'aide d'un couteau avant de servir.





Parfumé de céleri sauvage (appelé aussi livèche ou ache des montagnes), ce plat cuit très longtemps, ce qui le rend très goûteux et très moelleux.

Potée

au **céleri** de Savoie
sauvage

o u r 6 p e r s o n n e s :

litres d'eau • 1 jarret de porc • 1 poitrine de porc • 1 plat de côte de porc • 8
rottes • 5 branches de céleri • 5 navets longs • 8 pommes de terre • 2 choux
sés • 2 rutabagas • 1 poignée de feuilles de céleri sauvage (ou, à défaut, de céleri
ltivé) • Thym • Romarin • Laurier • 2 œufs mollets • Gros sel, poivre en grains

emplir un gros faitout avec
s 6 litres d'eau. Y plonger la
ande, les légumes épluchés
coupés en morceaux, les
omates (sauf le céleri sauvage),
ne poignée de gros sel et
quelques grains de poivre.
rter à ébullition, puis
sser mijoter durant 6 à

7 heures à feu doux.
Au bout de ce temps, prélever
1 litre de bouillon dans une
casserole. Le porter à ébullition
puis le mixer avec le céleri sauvage
et les œufs mollets. Assaisonner et
passer la sauce au chinois. Dresser
la potée sur un plat de service et
napper de sauce avant de servir.



La papillote permet à la viande de cuire à l'étouffée en se gorgeant du parfum herbacé et floral de la sarriette. Une merveille...

Démarrer un feu de bois pour obtenir suffisamment de braise.

Assaisonner le carré et le faire rissoler dans une sauteuse avec un peu d'huile et de beurre.

Le disposer sur 5 ou 6 épaisseurs de papier aluminium avec le bouquet de sarriette.

Refermer la papillote et cuire le carré dans la braise pendant 30 à 40 minutes.

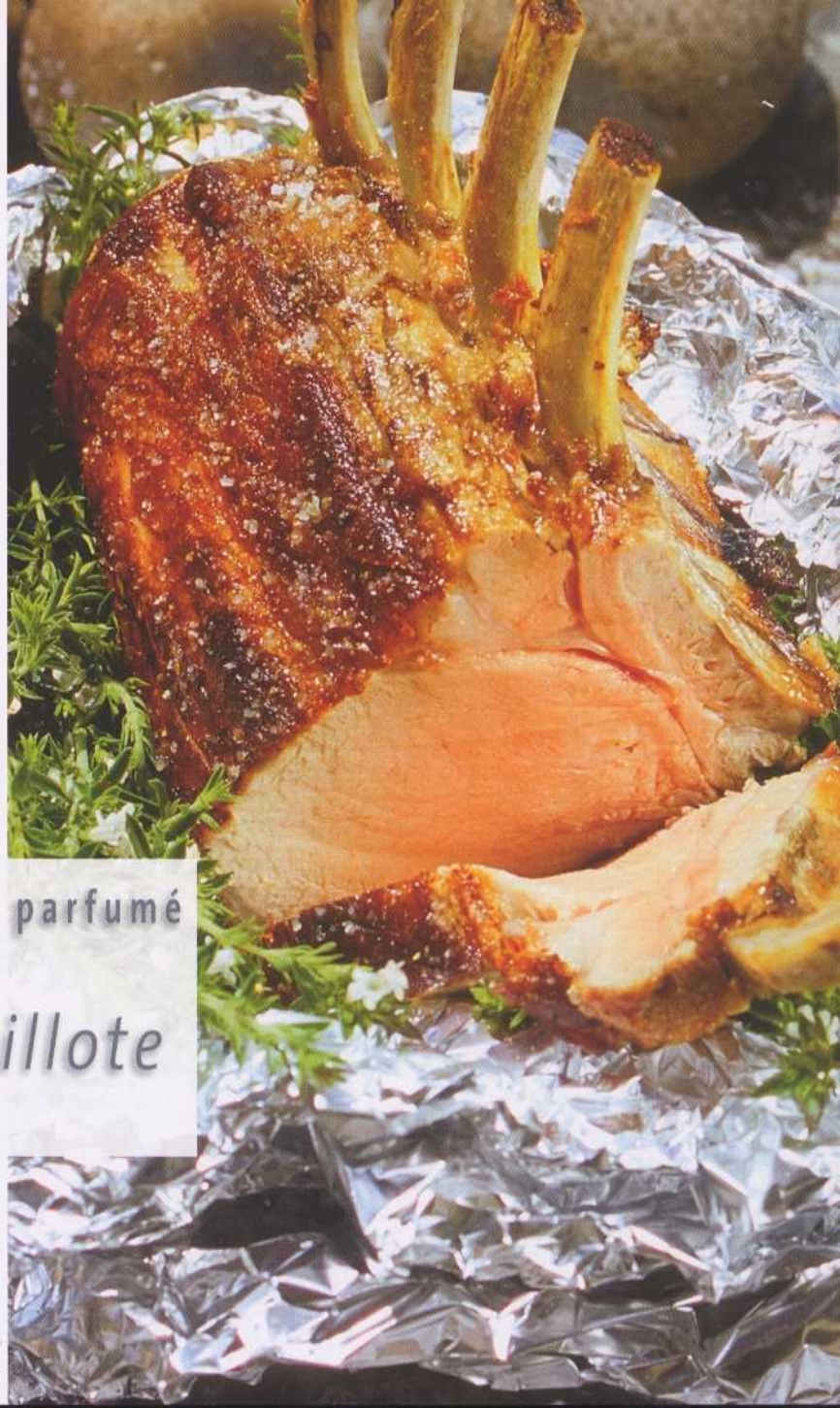
Sortir la papillote de la braise et la laisser reposer 10 minutes.

Déballer la viande. Découper les côtes et les servir avec des pommes darphin (recette page suivante).

Carré de porc parfumé à la sarriette, cuit en papillote dans la braise

Pour 6 personnes :

1 carré de porc fermier • 1 bouquet de
sarriette • Huile • Beurre • Sel, poivre



Pommes darphin de ma mère à l'ail des ours

Un grand classique que ma mère réussit à merveille. Mon petit « plus », c'est l'ail des ours, qui se cueille au printemps et remplace l'ail traditionnel avec subtilité. Cette galette se déguste avec une salade verte. Elle peut aussi accompagner un plat de viande.

Laver et éplucher les pommes de terre.
Les râper avec une râpe à trous de taille moyenne.
Les assaisonner avec le sel et l'ail des ours haché.
Faire chauffer de l'huile dans une poêle antiadhésive. Quand l'huile est bien chaude, verser le râpé de pommes de terre. Le tasser

avec une cuillère en bois pour obtenir une galette épaisse.
Laisser cuire sur feu doux pendant 10 minutes. Puis retourner la galette sur une assiette, en veillant à ne pas la casser. Faire glisser la galette dans la poêle et cuire l'autre face pendant encore 10 minutes.
Servir chaud dans un plat.

Pour 4 personnes :

8 grosses pommes de terre
à chair ferme
1 bouquet d'ail des ours haché
Huile d'olive
Sel



Mon conseil

On peut remplacer l'ail des ours par de la ciboulette ou préférer la galette nature.



*Un plat mijoté qui embaume
toute la maison et vous
chatouille les narines
pendant des heures.
Presque un supplice...*

Pour 4 personnes :

- 1 beau jarret de veau avec son os
- 4 carottes
- 1 navet long
- 1 rutabaga
- 4 salsifis
- 2 oignons
- 1 tête d'ail
- 2 poignées de champignons de saison
(cèpes ou autres)
- 200 g de châtaignes épluchées
- 30 cl de fond de veau
- 50 cl de vin rouge de Savoie
- 1 branche de laurier
- Thym
- Huile
- Beurre
- Sel, poivre

Éplucher et tailler les légumes en gros quartiers.
Assaisonner et colorer le jarret de veau
sur toutes ses faces dans une sauteuse
avec le beurre et l'huile.

Le retirer quand il est bien doré.

Verser les légumes (sauf les châtaignes)
dans la sauteuse, en commençant par les
oignons et les carottes. Les faire revenir
pendant 10 minutes à feu doux.

Retirer tous les légumes.

Remettre le jarret à la place.

Mouiller avec le vin et le fond de veau.

Cuire à feu doux pendant
6 heures avec un couvercle.

Au bout de ce temps, rajouter les légumes
et laisser cuire encore pendant environ
1 heure à 1 h 30, jusqu'à ce que la sauce
ait suffisamment réduit pour glacer
parfaitement la viande et les légumes.

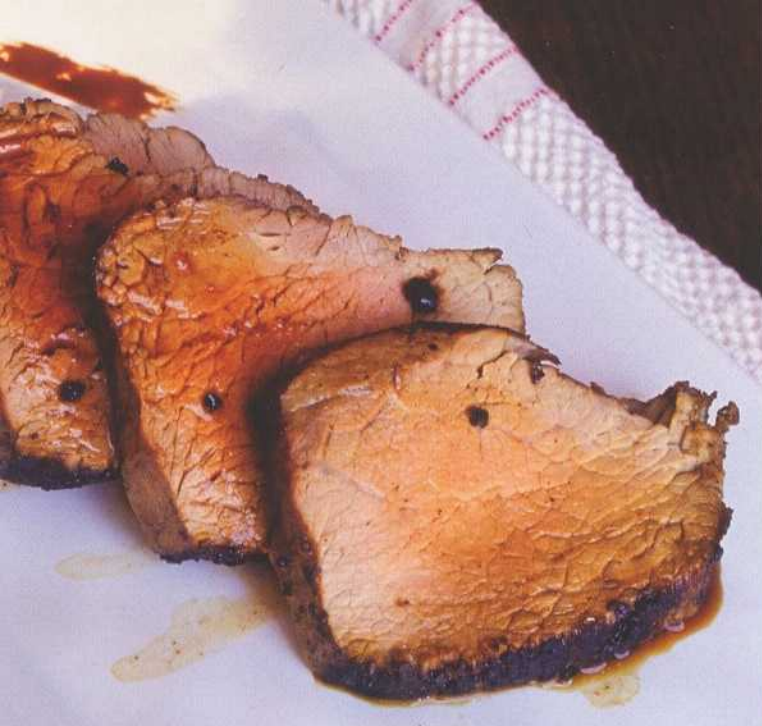
Vingt minutes avant la fin de la cuisson,
passer les châtaignes au four (180 °C)
pour les cuire, avant de les verser
dans le plat. Servir bien chaud.

Mon conseil

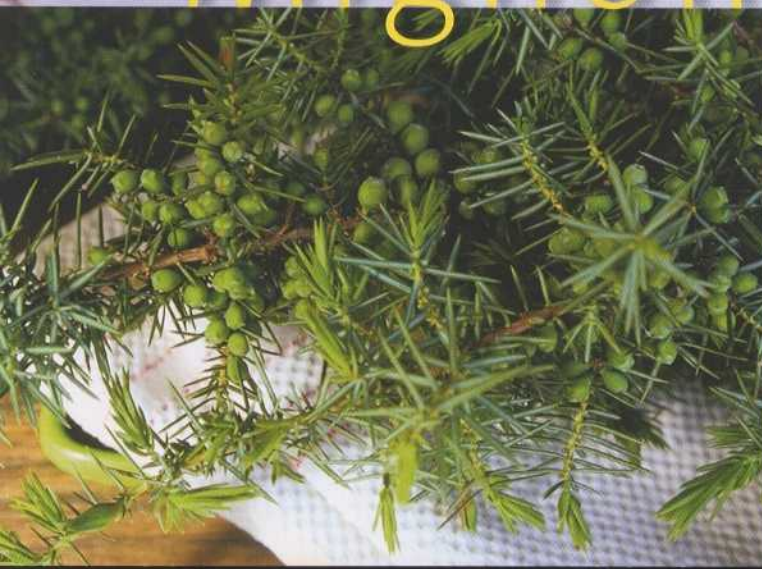
Si la viande se dessèche trop
en cours de cuisson, rajouter
du fond de veau et du vin.

Jarret de veau aux
légumes
d'hiver





Mignon



Ici, le genièvre remplace le poivre. Ce sont les vaches et les brebis broutant avec délice les genévriers de l'alpage qui m'en ont inspiré l'idée.

Assaisonner le filet mignon avec le genièvre moulu, le sel et le poivre.

Préchauffer le four à 180 °C.

Faire chauffer un plat allant au four sur la plaque de cuisson.

Y verser un peu de beurre et d'huile et faire colorer la viande sur toutes ses faces pendant quelques minutes.

Enfourner 10 à 15 minutes selon la grosseur du filet.

Sortir la viande du plat et laisser reposer sur une planche pendant 5 à 10 minutes, en la couvrant d'une feuille de papier aluminium.

Sur la plaque de cuisson, déglacer le plat avec le fond de veau et laisser réduire jusqu'à épaississement de la sauce.

Rectifier l'assaisonnement.

Passer ce jus à la passoire ou au chinois.

Découper votre filet en fines tranches.

Napper de sauce. Servir chaud avec une tartiflette façon opéra (voir page suivante).

de veau rôti au genièvre

Pour 4 personnes :

1 filet mignon de veau paré par le boucher

20 g de genièvre moulu

1/2 litre de fond de veau

Huile

Beurre

Sel, poivre

Tartiflette façon opéra

Pour 4 personnes :

3 pommes de terre

3 oignons

1 gousse d'ail

4 tranches de lard fumé (1 cm d'épaisseur)

4 tranches de reblochon fermier (1 cm)

1 branche de thym

Beurre

Sel, poivre

Tout le monde connaît la tartiflette. Mais ici, l'allure et la texture changent. D'où une recette plus légère, moins grasse, couronnée d'une tranche de reblochon juste gratinée.

Éplucher les pommes de terre, les oignons et l'ail. Émincer les oignons et les faire suer au beurre dans une casserole avec la gousse d'ail écrasée et le thym. Faire cuire les pommes de terre à l'eau. Une fois cuites, les égoutter et les écraser avec une noix de beurre. Assaisonner.

Poêler le lard sur les deux faces. Sur une base d'un rectangle de 7 cm de longueur et 3 cm de largeur, monter successivement une couche de purée de pomme de terre, une autre d'oignons et une troisième de lard. Finir par le reblochon. Passer au grill quelques minutes, le temps de colorer la partie supérieure de l'opéra.

Un plat tout simple qui produit toujours un grand effet grâce à la puissance de la réglisse, subtile mais longue en bouche, le croustillant de la pâte feuilletée et la chair du pigeon cuite à l'étouffée.

Pour 4 personnes :

2 pigeons de 500 g pièce (préparés en filets par le boucher)

200 g de foie gras de canard

250 g de pâte feuilletée

10 bâtons de réglisse

1 panais

1 chou-rave

1/2 courge

1 betterave cuite

1 branche de céleri

50 cl de fond de veau

1 œuf

Assaisonner les filets de pigeon.

Étaler la pâte feuilletée sur 3 à 4 mm d'épaisseur.

Découper 4 rectangles assez grands pour envelopper chaque filet.

Poser une tranche de foie gras et un filet de pigeon sur chaque rectangle.

Refermer le tout comme un chausson. Réserver au frais.

Laver les légumes et les tailler en gros cubes.

Les faire cuire séparément

à la vapeur (panais et chou-rave : 15 minutes ;

courge : 5 minutes ; céleri : 10 minutes).

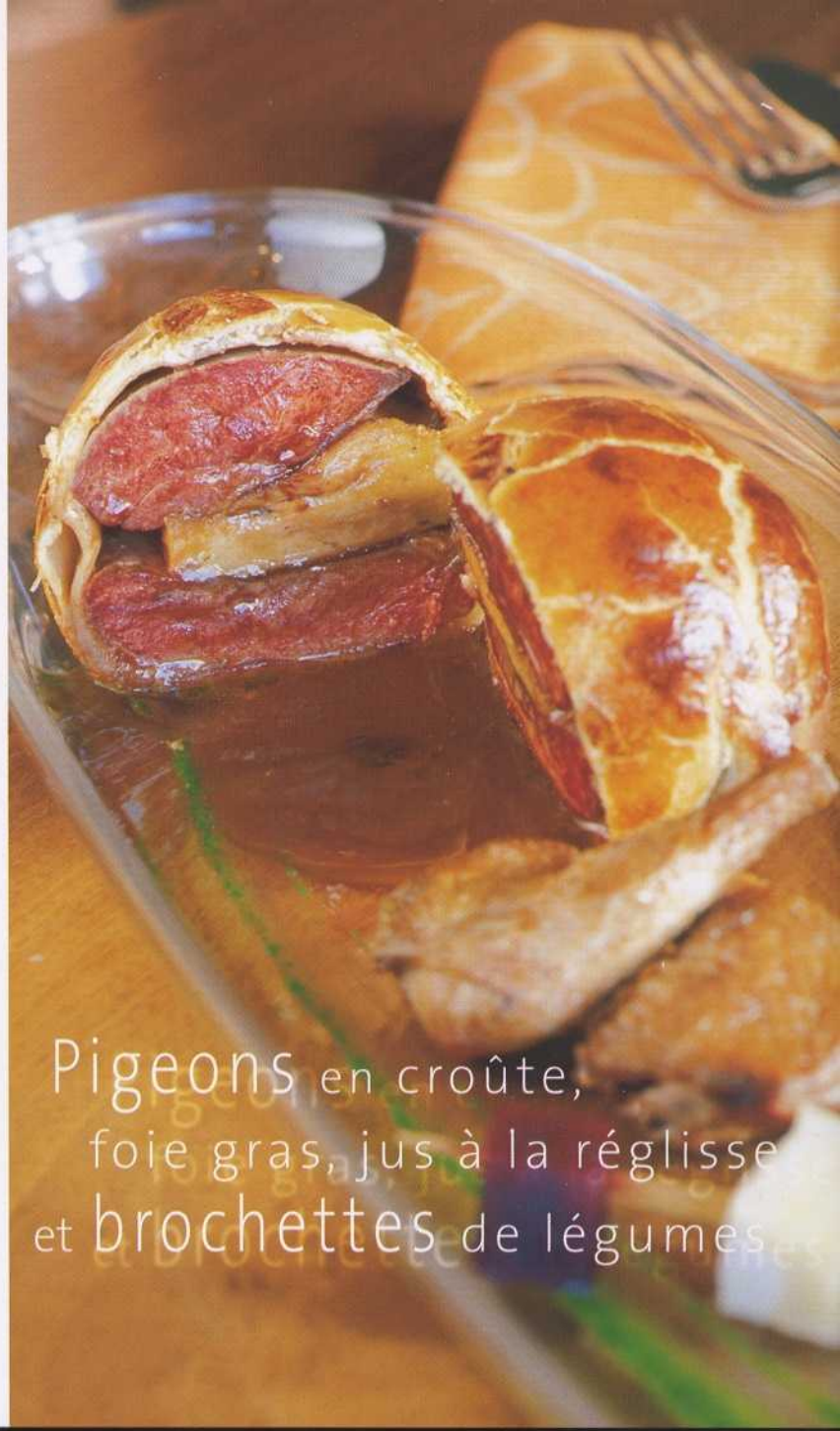
Piquer les cubes de légumes dans 4 bâtons de réglisse en alternant les couleurs. Réserver au chaud.

Dorer les pigeons en croûte avec un œuf battu.

Les déposer sur une plaque chaude (pour bien les saisir) et les mettre 15 minutes au four (250 °C). Laisser reposer quelques minutes après cuisson.

Pendant que les pigeons cuisent, faire réduire le fond de veau avec les autres bâtons de réglisse, en remuant jusqu'à ce que la sauce nappe la cuillère. Assaisonner si nécessaire.

Dresser les pigeons sur une assiette chaude en coupant la croûte par le milieu. Déposer à côté une brochette de légumes et napper le tout avec le jus de réglisse.



Pigeons en croûte,
foie gras, jus à la réglisse
et brochettes de légumes

Pot-au-feu à la moutarde à l'ancienne

Pour 6 personnes :

500 g de plat de côtes
500 g de joue de bœuf
500 g de jarret de bœuf
8 grains de poivre
4 litres d'eau
6 carottes
2 poireaux
6 navets raves
6 rutabagas
6 branches de céleri
Thym, laurier, romarin
Ail
100 g de moutarde à l'ancienne
Gros sel

*Quand je sers un pot-au-feu,
on me demande toujours de la
moutarde. D'où l'idée de la mettre
directement dans le bouillon !*

Éplucher les légumes et les couper en morceaux.
Verser 4 litres d'eau dans un grand faitout. Ajouter la
viande, les légumes et les aromates avec une poignée
de gros sel. Porter à ébullition, puis régler le feu au
minimum et laisser mijoter durant 4 à 5 heures.
Juste avant de servir, diluer la moutarde à l'ancienne
dans un peu de bouillon et verser le mélange
dans le faitout. Mélanger. Servir bien chaud.



Roast-beef en croûte de sel



La croûte de sel est une technique de cuisson extraordinaire : la viande cuit à l'étouffée, ce qui lui permet de conserver tous ses sucs et son moelleux.

Mélanger la farine, le sel et les blancs d'œufs jusqu'à obtenir une pâte bien compacte. Laisser reposer à couvert durant 1 heure.
Préchauffer le four à 200 °C.

Disposer sur la viande l'ail, la sarriette et le laurier.

Étaler la pâte au sel sur une planche farinée et envelopper la viande dedans.

Piquer la pâte à plusieurs endroits afin que la vapeur puisse s'échapper.

Disposer le tout sur une plaque et mettre au four pendant 1 heure.

Passé ce temps, sortir le roast-beef du four et casser la croûte. Découper la viande en tranches fines. La servir avec des pommes darphin (recette p. 61).

Pour 6 personnes :

1,5 kg de roast-beef

300 g de farine

200 g de gros sel

6 blancs d'œufs

1 gousse d'ail écrasée dans sa peau

1 branche de sarriette

1 branche de laurier



Esquimaux à la *Chartreuse* sauce chocolat, croustillant praliné

Pour 2 esquimaux :

- 1/2 litre de lait
- 25 cl de crème fraîche
- 8 jaunes d'œufs
- 155 g de sucre
- 8 cl de Chartreuse verte
- 20 cl d'eau
- 60 g de cacao en poudre (Valhrona)
- 20 g de beurre
- 250 g de gavottes ou de crêpes dentelle écrasées
- 250 g de noisettes hachées et torréfiées au four



*Une recette délicieuse et
inavouablement régressive...*

Pour les esquimaux :

Faire bouillir le lait et la crème.
Mélanger dans une jatte les jaunes
d'œufs et 75 g de sucre versé en pluie.
Délayer avec la crème et le lait bouillis.
Mettre le tout dans une casserole et cuire
à feu doux jusqu'à épaississement de
la préparation. Si la crème commence à
grumeler, donner un coup de mixeur.
Verser la crème dans une jatte, laisser
refroidir et incorporer la Chartreuse à froid.
Transvaser la crème dans une sorbetière.
Quand la glace est prise, la mouler dans
des verres et piquer un bâtonnet au milieu.
Réserver au congélateur.

Pour la sauce chocolat :

Mettre 20 cl d'eau, 80 g de sucre, le cacao
et le beurre dans une casserole. Porter
à ébullition. Bien mélanger au fouet
pendant la cuisson. Réserver au frais.

Dégustation de l'esquimau :

Démouler l'esquimau du verre et le déguster en
le trempant selon l'inspiration dans le chocolat,
les noisettes ou les gavottes concassées.





Petits pots de crème,

myrtilles, framboises, verveine, pensées, miel

Une recette qui reprend la base de la crème brûlée pour la décliner en douceur dans des parfums parfois inattendus.

Pour 5 petits pots :

250 cl de lait
250 cl de crème liquide
6 jaunes d'œufs
60 g de sucre

*Pour 5 pots de crème
à la myrtille :*

50 g de myrtilles

Préchauffer le four à 110 °C.
Faire bouillir le lait avec
la crème. Verser sur les
myrtilles. Mixer le tout.
Mélanger les jaunes
d'œufs et le sucre.
Verser la préparation
aux myrtilles sur les jaunes
d'œufs sucrés,

en mélangeant soigneusement.
Remplir des petits pots
allant au four.

Cuire à 100 °C pendant 1 heure.
Même opération pour la
crème à la framboise (avec
50 g de framboises).

*Pour 5 pots de crème
à la verveine :*

1 poignée de verveine

Faire bouillir le lait et la crème.





Laisser infuser les
feuilles de verveine.
Pendant ce temps,
mélanger les jaunes
d'œufs et le sucre.
Passer le lait au tamis
et le verser sur les

jaunes d'œufs sucrés.
Cuire au four à 100 °C
pendant 1 heure.
Même opération avec
la pensée (une poignée
de fleurs de pensées).

*Pour 5 pots
de crème au miel :*
60 g de miel

Remplacer le sucre par le
miel et procéder comme
pour la crème à la verveine.

Mon conseil
Déguster ces pots de crème bien froid.

*En montagne, dès la fonte des neiges,
les crocus pointent le bout de leur nez
comme pour annoncer le printemps.
Leur pistil donne un safran qui
remplace avantageusement la vanille
ou le zeste de citron que l'on met
d'ordinaire dans le gâteau de Savoie.*

Pour 6 personnes :

Gâteau de Savoie :

10 œufs entiers

250 g de sucre

250 de farine

3 g de safran (ou crocus)

Séparer les blancs
des jaunes d'œufs.

Préchauffer le four à 250 °C.

Fouetter les jaunes
d'œufs, le safran et la
moitié du sucre versé
en pluie, jusqu'à ce que
le mélange pâlisse.

Monter les blancs

d'œufs en neige avec
l'autre moitié du sucre.
Incorporer les blancs
en neige aux jaunes, en
soulevant délicatement
la préparation avec une
spatule en bois pour ne
pas casser les blancs.

Verser la farine en
pluie et mélanger le
tout intimement.
Beurrer et sucrer un
moule à gâteau de
Savoie. Verser l'appareil
dans le moule.

Cuire à 180 °C pendant
30 à 40 minutes.

Vérifier la cuisson en
plongeant une lame
de couteau au milieu
de la pâte. Celle-ci
doit ressortir sèche.
Démouler le gâteau
sur un plat.

Glace à la bière :

1/2 litre de lait

25 cl de crème liquide

6 jaunes d'œufs

75 g de sucre

10 cl de bière

Faire bouillir le lait
et la crème.

Mélanger dans une jatte
les jaunes d'œufs et le
sucre versé en pluie.
Délayer avec la crème
et le lait bouillis.
Mettre le tout dans
une casserole et faire
cuire à feu doux jusqu'à
épaississement de la
préparation (85 °C). Si la
crème fait des grumeaux,
il faut la mixer jusqu'à
obtenir un mélange lisse.
Réserver au frais
quelques heures.
Ajouter la bière et passer
dans la turbine à glace.

Présentation :

Poser une tranche de
gâteau de Savoie sur
une assiette. Ajouter une
boule de glace à la bière.
Décorer de quelques
pistils de safran et
d'une fleur de crocus.

Gâteau de Savoie

aux pistils de crocus

et sa glace à la bière



Un chaud-froid qui joue avec les amertumes d'une mousse au chocolat cuite au four et une glace très alpine, parfumée à l'eau-de-vie de gentiane. Rien que du bonheur...

Pour 4 personnes :

Mousse soufflée :

100 g de chocolat Valrhona Guanaja 70 %

20 g de cacao en poudre

50 g de beurre

4 jaunes d'œufs

4 blancs d'œufs

50 g de sucre

Faire fondre le chocolat avec le beurre au bain-marie ou au micro-ondes (puissance douce).

Mélanger le cacao en poudre et les jaunes d'œufs au chocolat fondu.

Battre les blancs en neige et ajouter le sucre semoule juste avant d'arrêter le batteur.

Incorporer délicatement les blancs au chocolat.

Remplir de mousse des verres, des ramequins ou des assiettes allant au four.

Cuire au four 180 °C pendant 8 à 10 minutes (la mousse doit être légèrement tremblotante et croûtée sur le dessus).



Mousse soufflée
au chocolat 70 %,
crème glacée à la

gentiane



Crème glacée :

500 g de lait

250 g de crème liquide

8 jaunes d'œufs

75 g de sucre semoule

80 g d'eau-de-vie de gentiane

Porter le lait et la
crème à ébullition.

Fouetter les jaunes d'œufs et
le sucre versé en pluie. Délayer
avec la crème et le lait bouillis.
Cuire la préparation sur
feu doux jusqu'à ce qu'elle
épaississe (85 °C). Si la crème
commence à grumeler,
donner un coup de mixeur.
Verser la crème dans une
jatte et la laisser refroidir.

Quand la crème est
froide, y incorporer l'eau-
de-vie de gentiane.
Verser dans le bac de la
sorbetière, laisser prendre.
Lorsque la crème glacée est
presque solide, la mettre
au congélateur.

Montage :

Mettre une quenelle de glace
sur la mousse soufflée.

Crêpes à la farine de châtaigne, sorbet à la myrtille

Pour 16 crêpes :

40 g de farine T55
60 g de farine de châtaigne
25 g de sucre semoule
40 g de beurre
1 cuillère à soupe de whisky
3 œufs
30 cl de lait entier

Aromatique et légèrement sucrée, la farine de châtaigne apporte une grande douceur à ces crêpes qui s'accordent à merveille avec la saveur puissante des myrtilles.

Faire fondre le beurre et le laisser refroidir.

Casser les œufs dans un saladier profond, y ajouter le sucre et fouetter le tout.

Incorporer peu à peu le whisky, le lait, le beurre fondu et refroidi, ainsi que les farines versées en pluie. Mélanger bien le tout.

Laisser reposer la pâte pendant 6 heures.

Au bout de ce temps, faire chauffer une poêle ou une crêpière.

Verser une louche de pâte et la répartir sur toute la surface d'un mouvement de poignet.

Quand la pâte se détache des bords, retourner la crêpe à l'aide d'une spatule et cuire l'autre face.

Empiler les crêpes sur un plat posé sur une casserole d'eau chaude.

Le sorbet :

1 kg de myrtilles (ou 500 g de purée de myrtilles)
100 g de sucre semoule
320 g d'eau

Laver les myrtilles, les mixer et les passer au chinois de façon à obtenir une purée.

Faire bouillir l'eau avec le sucre et verser sur la purée de myrtilles.

Laisser refroidir.

Verser la préparation dans une sorbetière. Quand le sorbet est pris, mettre le bac de la sorbetière au congélateur.

Présentation :

Plier les crêpes en quatre. Déposer une boule de sorbet à la myrtille dessus ou une cuillère à soupe de confiture de mûres-myrtilles (voir recette suivante).

Mon conseil

Vous trouverez la farine de châtaigne dans les épiceries fines ou les magasins bio.



*Deux puissances de parfums,
deux typicités qui jouent
ensemble dans l'intimité
d'un pot de confiture...*

600 g de myrtilles

400 g de mûres

400 g de sucre

20 g de pectine à confiture

Mettre tous les ingrédients dans un saladier et
laisser reposer pendant une nuit au réfrigérateur.
Le lendemain, verser ce mélange dans une
casserole et le cuire à feu doux 10 à 15 minutes.
Le répartir dans des pots à confiture et
fermer tout de suite avec les couvercles.
À déguster tout l'hiver sur un pain à
la châtaigne (voir recette p. 9).

Confiture de *myrtilles* et de mûres



Clafoutis *sauvage* à la myrtille

Ce clafoutis à la texture légère et moelleuse développe un parfum de sous-bois, corsé d'un zeste de citron vert. Une création qui en a réconcilié plus d'un avec les clafoutis...

Pour 6 personnes :

800 g de myrtilles sauvages

250 g de pain de mie

25 cl de lait

1 zeste de citron vert

125 g de poudre d'amandes

1 pincée de fleur de sel

4 jaunes d'œufs

5 blancs d'œufs

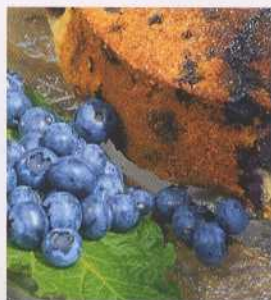
125 g de beurre ramolli

165 g de sucre semoule

Enlever la croûte du pain de mie. Couper la mie en morceaux et la réserver dans un grand récipient. Faire tiédir le lait et le verser sur la mie. Quand celle-ci est bien imbibée, ajouter le zeste de citron, la poudre d'amandes, les jaunes d'œufs, 125 g de sucre

semoule, la fleur de sel et le beurre ramolli. Mixer le tout jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène semi-liquide. Monter les blancs d'œufs en neige en ajoutant le sucre restant en 2 ou 3 fois. Mélanger les blancs à la pâte très délicatement. Préchauffer le

four à 180 °C.
Laver et essuyer les myrtilles.
Les incorporer à la pâte.
Mettre le tout dans un moule antiadhésif à bords hauts.
Enfourner pendant 40 minutes à 160 °C.
Démouler.
Déguster tiède.



Mon conseil

On peut aussi confectionner ce clafoutis avec des mûres, des framboises ou des abricots.



Crème brûlée à la Chartreuse, madeleines au chocolat

Une association inoubliable entre le goût complexe apporté par les 130 plantes de la Chartreuse et la saveur franche des madeleines au chocolat... dont il faut préparer la pâte la veille !



Pour 6 crèmes brûlées :

- 170 g de lait
- 500 g de crème liquide
- 50 g de sucre
- 8 jaunes d'œufs
- 70 g de Chartreuse verte

Pour 20 madeleines :

- 125 g de farine T55
- 18 g de cacao en poudre (Valhrona)
- 125 g de sucre semoule
- 4 g de levure chimique
- 4 œufs entiers
- 175 g de beurre fondu

Mon conseil

Déguster les crèmes brûlées avec un verre de Chartreuse glacée et les madeleines tièdes.

Battre les jaunes d'œufs et le sucre versé en pluie. Ajouter le lait, la crème et la Chartreuse verte. Bien mélanger.
Remplir des ramequins à hauteur et les cuire dans un four à chaleur tournante (100 °C) pendant 1 heure. Vérifier que les crèmes sont onctueuses à la fin de la cuisson (la crème doit être prise sur les côtés et tremblotante au milieu). Les mettre au réfrigérateur afin de les déguster froides.

Les madeleines :

La veille, casser les œufs dans une jatte et les fouetter avec le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse et mousse. Ajouter la farine en pluie, le cacao en poudre et la levure.
Incorporer délicatement le beurre au mélange pour ne pas faire retomber l'appareil. Laisser reposer 24 heures au réfrigérateur.
Le lendemain, beurrer des moules à madeleines et les remplir de pâte. Cuire les gâteaux à 160 °C pendant 15 à 20 minutes.

Finition :

Saupoudrer de sucre roux les crèmes brûlées et les caraméliser au chalumeau (ou au gril).

*Une recette
enfantine, née d'un
éclat de pop-corn
caramélisé...*

Crème de maïs au caramel



Le caramel :

Cuire 250 g de sucre avec 75 g d'eau jusqu'à coloration.
Déglacer avec 80 g d'eau en faisant attention aux éclaboussures.
Cuire le caramel 5 à 6 minutes et laisser refroidir.

La crème de maïs :

Mixer le maïs.
Faire bouillir le lait et la crème.
Les verser sur le maïs mixé et

passer le tout au chinois ou à la passette.
Battre les jaunes avec le sucre restant versé en pluie.
Y incorporer délicatement la préparation au maïs.

Montage :

Répartir le caramel dans 6 verres allant au four. Verser la crème au maïs dessus.
Cuire au four (100 °C) pendant 1 heure.

Pour 6 crèmes :

400 g de lait
150 g de maïs doux cuit
600 g de crème liquide
8 jaunes d'œufs
250 g + 75 g de sucre
75 g + 80 g d'eau

Tarte

aux pralines rouges

Une tarte qui surprend d'abord par sa couleur, puis par le contraste heureux entre le croustillant du biscuit et le moelleux d'une crème au délicieux goût d'amande.

Mélanger le beurre et le sucre dans le bol du robot jusqu'à blanchissement de la préparation.

Ajouter les jaunes d'œufs et la farine. Continuer de mélanger pour obtenir une pâte souple.

Laisser reposer 2 heures au réfrigérateur.

Étaler la pâte sur 2 à 3 mm d'épaisseur.

Garnir un moule à tarte préalablement beurré.

Cuire au four à 105 °C durant 30 à 40 minutes.

Pendant ce temps, concasser grossièrement

les pralines à l'aide du manche d'un rouleau à pâtisserie (ne pas les passer au robot, elles seraient trop finement hachées).

Porter à ébullition la crème fleurette.

Verser les pralines dans la crème et cuire la préparation 10 minutes à 120 °C, jusqu'à ce qu'elle épaississe.

Garnir le fond de tarte avec la crème aux pralines. Placer au réfrigérateur au moins 30 minutes avant de servir.

Pour 4 personnes :

150 g de farine

62 g de beurre

55 g de sucre semoule

3 jaunes d'œufs

150 g de pralines rouges

150 g de crème fleurette





Poires fondantes, bavaroise au chocolat blanc et crème glacée au Carambar

Le Carambar n'a certes pas grand-chose de savoyard, mais il apporte un goût d'enfance (et de caramel...) à ce dessert mousseux et fruité à la fois.

Les poires :

Éplucher, vider et couper les poires en deux.
Mettre l'eau, le sucre et les épices dans une casserole.
Porter à ébullition.
Ajouter les poires et les laisser cuire à feu doux 10 à 15 minutes (selon la fermeté des fruits).
Vérifier la cuisson en les piquant avec la pointe d'un couteau : il faut que les poires soient fondantes.
Les laisser refroidir dans le sirop.

La crème glacée :

Faire bouillir le lait avec la poudre de lait.
Mélanger le sucre avec les jaunes d'œufs. Délayer avec le lait

bouilli. Cuire à feu doux jusqu'à épaississement de la crème (85 °C).
Ajouter les Carambar coupés en morceaux et mixer le tout.
Verser la préparation dans une sorbetière et laisser prendre.
Lorsqu'elle devient solide, mettre la crème glacée au congélateur.

La bavaroise :

Mettre la gélatine à ramollir dans de l'eau froide.
Battre les jaunes d'œufs avec le sucre versé en pluie jusqu'à ce que le mélange blanchisse et mousse.
Faire fondre le chocolat dans le lait chaud et l'incorporer aux jaunes d'œufs.
Faire épaissir la préparation au bain-marie jusqu'à ce

qu'elle nappe la spatule.
Ajouter la gélatine fondue.
Mélanger intimement. Verser dans un récipient et laisser refroidir au réfrigérateur pendant 2 heures.
Au bout de ce temps, fouetter la crème fleurette en chantilly et l'incorporer délicatement au mélange.
Verser le tout dans 4 assiettes creuses ou ramequins et les mettre au réfrigérateur pendant 2 à 3 heures.

Montage :

Tailler les poires en petits dés ou en quartiers et disposer sur la bavaroise.
Disposer une quenelle de glace au Carambar dessus.



Pour 4 personnes :

Les poires fondantes :

4 poires abate ou williams • 1 litre d'eau • 125 g de sucre •
1 bâton de cannelle • 3 graines de cardamome • 1 étoile d'anis



Crème glacée au Carambar :

500 g de lait
50 g de poudre de lait
5 jaunes d'œufs
150 g de sucre
10 Carambar



Bavaroise au chocolat blanc :

4 feuilles de gélatine
4 jaunes d'œufs
60 g de sucre en poudre
30 g de chocolat blanc ivoire (Valrhona)
1/4 de litre de lait chaud
1/4 de litre de crème fleurette



*Bien qu'adouci
par le sucre,
l'arôme résiné de
cette guimauve
explose en bouche
et vous donne
immanquablement
l'envie de
recommencer
l'expérience. Sitôt
dit, sitôt fait...*

Mettre à tremper la gélatine dans de l'eau glacée pendant 5 à 6 minutes. La retirer de l'eau. Bien l'égoutter. La faire fondre avec la trimoline dans une casserole ou au micro-ondes sans les faire bouillir. Préparer un sirop : mettre l'eau, le sucre et le glucose dans une casserole et faire chauffer jusqu'à 125 °C. Quand le sirop atteint environ 110 °C, monter les blancs d'œufs en neige dans un récipient. Quand le sirop est à température (125 °C), le verser progressivement sur les blancs en neige. Mélanger à l'aide d'un fouet pendant 5 à 6 minutes. Rajouter lentement la

gélatine et l'eau-de-vie de sapin et continuer à mélanger pendant 5 à 6 minutes. Saupoudrer un plat de sucre glace. Y verser la pâte à guimauve sur 4 cm d'épaisseur environ. Laisser sécher durant 24 heures à température ambiante. Découper en petits dés.

Guimauve au sapin

Pour 6 personnes :

- 80 g de blancs d'œufs
- 500 g de sucre semoule
- 180 g d'eau
- 80 g de glucose
- 15 feuilles de gélatine
- 50 g de trimoline (sucre inverti)
- 60 g d'eau-de-vie de sapin
- Sucre glace

Pour 4 personnes :

4 pommes
100 g de sucre semoule
100 g de farine
1 œuf
5 cl de crème liquide
50 g de beurre
30 cl de marc de Savoie
Sucre glace

*Pourquoi ne pas dévergonder
les beignets de notre enfance
avec un peu de marc de Savoie ?*

Fouetter l'œuf avec 50 g de sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Incorporer la farine en pluie, puis la crème et 5 cl de marc de Savoie. Bien mélanger pour ne pas faire de grumeaux. Faire reposer cette pâte à beignets 20 minutes au réfrigérateur. Éplucher et couper les pommes en quartiers. Les cuire dans le beurre avec 50 g de sucre et 25 cl de marc de Savoie. Arrêter la cuisson

quand les pommes sont fondantes. Faire chauffer de l'huile de friture à 160 °C. Tremper les quartiers de pommes dans la pâte à beignet et les plonger dans l'huile. Laisser cuire 2 minutes sur chaque face. Égoutter les beignets sur un papier absorbant. Saupoudrer légèrement de sucre glace.

Mon conseil

Vous pouvez remplacer le marc de Savoie par du génépi ou de la Chartreuse.

Beignets de pommes au marc de Savoie



Miss gla gla aux mûres et au génépi

*Variation savoyarde d'un dessert glacé inspiré
d'une recette de Pierre Hermé...*

Pour 6 personnes :

Pour le sorbet aux mûres :

1 kg de mûres (ou 500 g de purée de mûres)
320 g d'eau
100 g de sucre

Pour la glace au génépi :

500 g de lait
250 g de crème liquide
8 jaunes d'œufs
75 g de sucre
9 cl de génépi

Pour la pâte sucrée :

150 g de farine
62 g de beurre
55 g de sucre semoule
3 jaunes d'œufs

Le sorbet aux mûres :

Laver les mûres, les mixer et les passer au chinois de façon à obtenir une purée.
Faire bouillir l'eau avec le sucre. Verser chaud sur la purée de mûres. Laisser refroidir.
Verser la préparation dans une sorbetière.
Quand le sorbet est pris, le transvaser dans un bac rectangulaire et le placer au congélateur.

La glace :

Porter le lait et la crème à ébullition.
Fouetter les jaunes d'œufs et le sucre versé en pluie. Délayer avec la crème et le lait bouillis.
Cuire la préparation sur feu doux jusqu'à ce qu'elle épaississe (85 °C). Si elle commence à grumeler, donner un coup de mixeur.
Verser le mélange dans une jatte et le laisser refroidir.
Quand la crème est froide, y incorporer le génépi.
Verser le tout dans la sorbetière, laisser prendre.
Quand la crème glacée est presque solide, la mouler sur le sorbet aux mûres avant de remettre le tout au congélateur.

La pâte sucrée :

Dans le bol du robot, mélanger le beurre et le sucre jusqu'à blanchissement.
Ajouter les jaunes d'œufs, puis la farine.
Mélanger le tout jusqu'à obtenir une pâte consistante.
Laisser reposer la pâte 2 heures au réfrigérateur.
Au bout de ce temps, étaler la pâte sur 1 cm d'épaisseur et tailler des rectangles d'environ 8 cm de long et 3 cm de large.
Disposer les rectangles sur une plaque recouverte au préalable d'une feuille de papier sulfurisé.
Cuire au four (170 °C) pendant 30 à 40 minutes et laisser refroidir.

Montage :

Démouler la glace sur une planche. Tailler des rectangles d'environ 2 cm de large et 7 de long.
Disposer les rectangles de glace entre deux rectangles de pâte sucrée.



Soupe de fruits des bois

au serpolet et à la mondeuse

Réduite, la mondeuse d'Arbin développe des arômes de porto qui enrobent délicatement la chair des fruits rouges. Le serpolet apporte une petite note poivrée, surprenante.

Faire bouillir la mondeuse et le sucre dans une casserole.
Faire réduire de moitié sur feu doux.
Incorporer le serpolet et laisser infuser à couvert pendant 10 à 15 minutes.
Disposer tous les fruits dans un récipient.
Passer le vin parfumé à l'étamine ou au chinois en versant directement sur les fruits.
Recouvrir et laisser mariner le tout pendant 6 heures avant de servir.

Pour 6 personnes :

1 bouteille de mondeuse d'Arbin
250 g de mûres
250 g de myrtilles
250 g de framboises
100 g de groseilles
40 g de sucre semoule
1 poignée de serpolet



Guide des sauces

Sauce béarnaise

10 cl de vin blanc
10 cl de vinaigre d'alcool
2 échalotes ciselées
Poivre en grains
1 botte d'estragon haché
250 g de beurre clarifié
5 jaunes d'œufs
Sel

Réunir dans une petite sauteuse les échalotes, la moitié de l'estragon haché, le poivre concassé. Ajouter le vin blanc, le vinaigre et laisser réduire à sec. Passer au chinois et laisser refroidir. Ajouter les jaunes d'œufs à la réduction froide. Verser 2 cl d'eau froide et fouetter énergiquement sur un feu doux.

Retirer la sauteuse du feu lorsque les œufs ont atteint une consistance mousseuse : chaque coup de fouet doit laisser apercevoir le fond de la sauteuse. Saler et incorporer le beurre clarifié progressivement. Ajouter l'estragon et vérifier l'assaisonnement.

Sauce mousseline

5 jaunes d'œufs
250 g de beurre clarifié
Le jus de 5 citrons verts
1 zeste de citron vert
15 cl de crème montée
Sel, poivre du Setchouan (poivre chinois)

Mettre les jaunes dans une sauteuse avec le jus de citron vert et 1 cl d'eau froide. Fouetter le mélange en le chauffant très lentement sur le feu jusqu'à ce que les œufs aient une consistance mousseuse : chaque coup de fouet doit laisser apercevoir le fond de la sauteuse. Retirer la sauteuse du feu. Incorporer progressivement le beurre clarifié.

Passer la sauce au chinois puis la tenir au chaud dans un petit bain-marie. Incorporer délicatement la crème montée, le zeste de citron vert, le sel et le poivre.

Beurre clarifié :

Pour faire 100 g de beurre clarifié, couper 180 g de beurre en petits dés. Mettre le beurre dans une casserole et placer la casserole sur un bain-marie (feu doux). Quand le beurre est fondu, le laisser refroidir un peu, puis l'écumer en surface. Récupérer le liquide jaune clair (beurre clarifié) et jeter le résidu blanchâtre qui reste au fond de la casserole.

Bouillon de poule

Pour un litre de bouillon :

1 poule vidée
2 carottes
1 oignon
1 branche de céleri
1 poireau
1 branche de thym
1 feuille de laurier
Poivre noir en grains
Queues de persil
Gros sel

Couper la volaille en deux.
Éplucher les légumes.
Couper l'oignon en deux,
le mettre sur une feuille
d'aluminium posée
sur une poêle à feu doux
pour le brûler.
Mettre la volaille dans
un récipient, la garniture
aromatique, les légumes
émincés, l'assaisonnement,
la recouvrir d'eau froide,
porter à ébullition.
Laisser cuire 2 heures
et passer le bouillon
au chinois.

Bouillon de légumes

Pour un litre de bouillon :

3 grosses carottes
3 oignons
3 échalotes
1 poireau
2 branches de céleri
Queues de persil

Laver et éplucher les
légumes. Les émincer
finement.
Les mettre dans un
récipient. Recouvrir d'eau,
porter à ébullition et laisser
cuire 2 heures environ.
Laisser refroidir le bouillon
avec les légumes
en le couvrant.
Une fois qu'il est froid,
passer le bouillon au chinois.

Fond de veau

500 g d'os de veau (crosse, jarret,
pieds, parures maigres)
250 g de morceaux de veau
de 2^e et 3^e catégories (collier,
poitrine, tendron, flanchet)
1 litre de vin rouge
3 carottes
15 g de concentré de tomates
1 tête d'ail
2 tomates bien mûres
Le vert d'un poireau
1 branche de céleri
Queues de persil
1 branche de thym
1 feuille de laurier

Faire tailler les morceaux
d'os et de veau par le
boucher.
Les mettre au four à 200 °C
jusqu'à coloration blonde.
Lorsque les morceaux sont
bien colorés, les égoutter.
Déglacer la plaque de
cuisson avec le vin rouge.
Mettre les os, le veau et le vin
rouge dans un grand faitout.

Laver et éplucher les
légumes, les tailler
grossièrement et les
faire colorer légèrement
dans une casserole avec
un filet d'huile.
Verser les légumes dans
le faitout avec le concentré
de tomates. Mouiller avec
de l'eau froide à hauteur.
Cuire à feu doux en
écumant le plus souvent
possible. Après 5 heures
de cuisson, laisser reposer
le fond de veau.
Le filtrer, le passer au
chinois, et laisser refroidir.

Remerciements

La maison Boix à Moûtiers
Les boucheries nivernaises, Gaston de la Bellevilloise
Les poteries Art Gilles (Aix-les-Bains)
Les maisons Bos Équipement et Tec Hôtel
La poissonnerie Parpillon à Bourdeaux
Les chocolats Valrhona
Madame Agnès Girard
Céline Leheureaux
Magali Morel, mes parents et Patrice...

Fujifilm France
Toutes les photos de ce livre sont réalisées sur film Provia 100F.

Achévé d'imprimer en novembre 2005