

## Le farci dans tous ses états



Le troisième atelier culinaire s'est déroulé samedi 7 juin, dans le château grassois de Brigitte Mahieu.

Luxe, calme et volupté gastronomique furent les mots conducteurs de cet ACU d'anthologie.

Le thème étant les farcis, les participants farcirent, mais avant, il fallut écosser, peler,

découper, hâcher, émincer, mixer, mélanger; saler, poiver...

Dorénavant, les farcis crétois, arméniens ou niçois ne nous serons plus totalement étrangers.

Mais le farci n'est pas tout et le diner fut somptueux. après un apéro au champ', nous engloutîmes un cuisseau de sanglier d'au moins dix livres, rôti sur la braise et des kilos de fèves

et petits pois à la crème. Le tout arrosé d'un rouge de Cotignac de fort bonne tenue.

Pour finir, une salade d'oranges aux fleurs de jasmin.

En vérité, en vérité je vous le dis, ceux qui n'étaient pas là, ont raté quelque chose.

*Franck Berthouex*

# Les leçons du maître queux

Sous la bienveillante direction du maître queux, Claude, les apprentis mitrons ont trimé avec ardeur et vaillance pour préparer des dizaines de farcis, tous plus meilleurs les uns que les autres. Farcis arméniens, farcis crétois et farcis niçois façon madame Barale.

Ce fut un après-midi de travail mais quelle production !

Et puis, le soir vint avec sa récompense : un repas pantagruélique dignement arrosé.





# Quelques recettes...

## *Les cuisses de grenouilles (recette surréaliste)*

Prendre des grenouilles vivantes  
Ajouter du sel pour leur donner l'impression qu'elles  
sont en vacances au bord de la mer  
Chercher un très grand plat à fleurs pour qu'elles  
soient à l'aise  
Ne pas mettre le four trop fort pour qu'elles n'attrapent  
pas de coups de soleil  
Arracher les pattes d'un seul coup pour qu'elles souffrent  
moins et, bien sûr, les relâcher  
Décorer avec quelques nénuphars pour qu'elles se sentent  
chez elles  
Offrir un peu de vin pour qu'elles puissent faire la fête

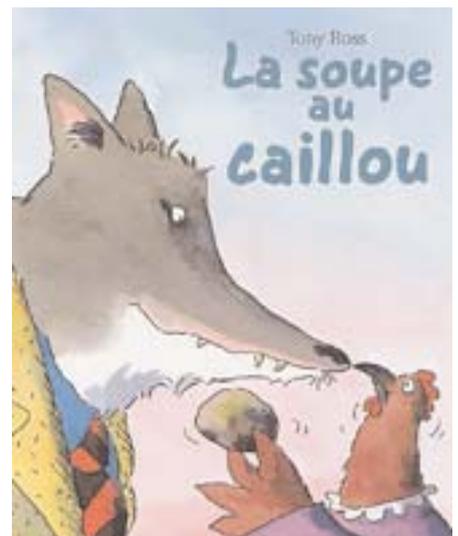
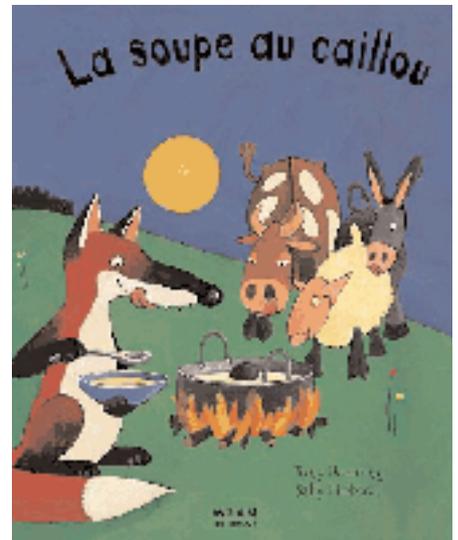


Les baigner dans de l'eau  
venue tout droit des  
marécages pour qu'elles  
retrouvent l'air du pays  
Déposer des olives pour  
qu'elles s'en fassent des  
oreillers  
Si, pour finir, vous pouvez  
manger des cuisses de  
grenouilles, c'est que c'est  
vraiment délicieux.



## Olives confites du bout du monde - pour 3 personnes

- ❖ Prendre une baleine de taille moyenne
- ❖ Inciser délicatement l'abdomen et y introduire un éléphant de belle stature dans lequel on aura pris soin d'inclure un rhinocéros
- ❖ Au paravent le rhinocéros aura été fourré d'un beau taureau
- ❖ Le taureau contiendra une chèvre d'âge mûr dans laquelle on aura introduit un porcelet du Périgord noir
- ❖ Ce porcelet contiendra une poule faisane qui, elle même, sera farcie d'un caneton d'âge tendre
- ❖ Dans le caneton, placer un champignon qui sera fourré de 3 olives de Nyons
- ❖ Cuire le tout 5 h 30 à four moyen, thermostat 5
- ❖ Retourner de temps en temps et arroser
- ❖ Déguster les olives avec un Chabli frais



## Soupe au caillou - pour 6 personnes

- ❖ Prendre un gros caillou, 500 g de palette demi-sel, 6 saucisses fumées, 1 petit chou, 500 g de carottes et de navets, 1 oignon, 5 clous de girofle, 1 bouquet garni, 1 kg de pommes de terre, poivre.
  - ❖ Brosser le gros caillou, l'ébouillanter et le déposer au fond d'un grand fait-tout
  - ❖ Faire dessaler la palette 24 h et puis la mettre dans le fait-tout, ainsi que les saucisses fumées, le lard, le chou blanchi, les carottes et les navets, l'oignon piqué des clous de girofle, le bouquet garni et le poivre
  - ❖ Couvrir d'eau et porter à ébullition
  - ❖ Laisser bouillir 3 heures - surtout ne pas ajouter de sel !
- Mettre les pommes de terres pelées et cuire encore une 1/2 heure
- ❖ Dresser les légumes et la viande sur un plat chaud et la soupe à part

# Tous cignes et poons

Premièrement en trez le sanc par les testes touz jus, après les fendez pardessus le dos jusques ès espaulles e les esfondéez, e puis si les métez en broche, o touz les piez o toutes les testes; puis bréez safren e pain blanc destrempez de vin, e bréez moues de oves e safren, e en mouillez les oiseaus o une plume, e getez de la poudre desus, qui est aussi comme de toutes especes, fors de ciconant e de sonnontaing. E quant li cisne e li poon seront cuit e essuiez, si les envolepez en une toalle, e puis portez sus les tables einsi, e donez au seigneur, du col e de la test, e des èles e des cuisses, e du remenant, ès autres.

Traduction : Premièrement extraire le sang par les têtes vers le bas , puis fendez les sur le dos jusqu'aux épaules et retournez les, et mettez les ainsi en broche, avec les pattes et la tête, puis broyez du safran et du pain blanc trempé dans du vin, et pétrir des jaunes d'œufs et du safran, et en mouiller les oiseaux avec une plume, et jetez de la poudre dessus, qui est comme toutes les épices, fort de ciconant et de sormontaing. Et quand le cygne et le paon seront cuit et secs, enveloppez les dans un linge et amenez-les sur la table ainsi, et donnez au seigneur, du cou, de la tête, des ailes et des cuisses, et le reste aux autres.

Le sormontaing ou sermontain et le ciconant ou citovaut sont des épices disparues.

Le premier (*Laserpitium siler*, Apiaceae) est une plante montagnarde qui croît dans les prairies sèches et les endroits rocaillieux du Jura, des Alpes, des Cévennes, des Corbières et des Pyrénées. Les feuilles sont plusieurs fois divisées en folioles ovales allongées. Les grandes ombelles ont de vingt à quarante rayons.

Le second est peut-être une plante de la famille des Apiacées ou Umbellifères, genre cerfeuil, coriandre, cumin.



## Arboulastre en tartre falcie en la paelle

Aiez vos oeufs et herbes et une cloche de gingembre batues, meslés et broyées comme devant est dit, puis aiez de la paste pestrie ainsi comnie pour le forts d'une tartre, et chauffez vostre paelle à huille ou autre gresse : puis mettez vostre paste pestrie dedans le fons de la paelle, puis mettez la farce de vostre tartre avec fromage gratuisié meslé parmi à souffisant planté. Et pour ce que le dessoubs, c'est assavoir la paste qui fait le forts de la tartre. seroit cuit que le dessus feust guères eschauffé, il convient avoir une autre paelle dont le fons soit bien eschauffé, torché et iiettoyé, et soit icelle paelle plaine de charbon ardent. et la mettez par dedans l'autre paelle, près et joignant la farce, pour icelle eschauffer et cuir à l'essuyé et aussi à outil comnie la paste.

## PAG WADJAWESSI - SIX-PÂTES DE GIBIER

Le six-pâtes est Indien bien que les Québécois du Bas Saint-Laurent l'aient adopté depuis plusieurs siècles ; au Lac St- Jean on y ajoute des pommes de terre.

Epices : Clou, canelle, sel, poivre, ail des bois, échalotes  
2 lièvres bien désossés (gibier)  
2 grosses perdrix désossées  
1,5 livre viande de chevreuil ou d'original en dés de 1,5"  
1 livre de viande de castor en dés  
2 canards sauvages (gros noirs désossés)  
1 lapin d'environ 3 livres désossé que vous pouvez remplacer par (viande domestique)...  
1 poulet d'environ 2 livres désossé  
1 livre de bœuf en dés de 1,5"  
1 livre de veau en dés de 1,5"  
1,5 livre de porc en dés de 0,5"

Prenez un chaudron de fonte, ou de fer, graissez légèrement le fond et les parois. Faites une pâte de maïs, ou bien une pâte à tarte, écrasez au rouleau à pâte, et couvrez-en le fond du chaudron et les parois, en laissant la pâte excéder. Mettez-y les lièvres désossés en rond en laissant un cercle vide au centre (cercle de 2") couvrez d'un rang de pâte et ajoutez successivement les autres gibiers. Puis couvrez du sixième rang de pâte. Dans le centre, mettez de l'eau pour remplir le trou sans couvrir la pâte couverture. Mettez le clou, la canelle. Couvrez et mettez au four à 250°F ou 300°F, pendant 8 heures. A la dernière heure de cuisson, découvrez d'environ 2 pouces. A chaque rang de gibier, salez et poivrez, et mettez de l'ail, votre pâte sera feuilletée et croustillante.



La brouchtouaille se prépare ainsi dans la Ville Natale : prenez choux, artichauts, épinards, aubergines, laitues, champignons, potirons, cornichons, betteraves, raves, choux-raves, tomates, patates, dattes, céleris, radis, salsifis, fèves, oignons, lentilles, épis de maïs et noix de coco ; épluchez, pelez, nettoyez, lavez, coupez, hachez, concassez, triturez, tamisez, étuvez, égouttez, passez, balayez, ramassez, délaviez, sublimez, concrétisez, arrangez, disposez et cuisez partie à l'eau, partie à l'huile d'olive, partie à l'huile de noix, partie à la graisse de bœuf, partie à la graisse d'oie. Prenez d'autre part des animaux vivants, mammifères mâles et volatiles femelles. Égorgez-les, écorchez-les, découpez-les, sectionnez-les, débitez-les, embrochez-les et rôtissez-les. Dans un grand chaudron préparez une sauce avec huile, ail, vinaigre, moutardes diverses, jaunes d'œufs, fine champagne, poivre, sel, piments, safran, cumin, girofle, thym, laurier, gingembre et paprika. Jetez-y l'élément animal que vous tempérez par l'élément végétal. Touillez et ratatouillez et lorsque l'heure sera venue, servez dans le grand plat ancestral que vous aurez eu soin de ne pas laver depuis la dernière fête.



## MISKODISSIMIN - FEVES AU FOUR



1,5 livre de fèves (noires ou rouges), la fève rognon rouge est la meilleure

40 onces d'eau

3/4 de livre de lard salé en morceaux ou (une fesse de castor complète)

3/4 de tasse de sirop d'érable

2 c. à thé de sel de feuilles de tussilage ou 1,5 c. à thé de sel de mer

2 c. à thé de moutarde sèche (les graines de moutarde noire sauvage, une fois broyées, font une excellente moutarde)

6 c. à soupe de sucre d'érable

10 têtes d'ail des bois ou 14 à 16 échalotes

1 belle perdrix désossée

1 tasse de « P'tit Caribou » (alcool blanc et Porto ou Sherry ou Branvin Canadien)



a) Mettez les fèves dans un chaudron et couvrez d'eau (environ 2 pouces au-dessus des fèves).

b) Mettez le lard ou la fesse de castor et faites mijoter pendant environ 2 heures ou jusqu'à ce que les fèves soient tendres. Ajoutez de l'eau si nécessaire.

c) Egouttez les fèves en gardant 1 tasse du liquide de cuisson.

d) Dans une tasse à mesurer, mélangez le sirop d'érable, le sel, la moutarde sèche et le sucre d'érable puis ajoutez du liquide de cuisson pour combler la mesure d'une tasse et demie.

e) Etendez ce mélange sur les fèves, incorporez l'ail des bois et le « P'tit Caribou ».

f) Placez la perdrix sur le dessus.

g) Mettez le tout dans un récipient de terre cuite de 3 pintes et mettez au four à 350°F, 2 heures. Le liquide devrait suffire à la cuisson.

Servez chaud.

*C'est une amélioration datant du 18e siècle, de la recette Abénakise et Penobscot de la Nouvelle-Angleterre.*



## Porchetta farcie

1 petit cochon de lait de 10 kg  
100 g de lard  
100 g de champignons secs  
100 g de feuilles de basilic et sauge mélangés  
100 g de mie de pain trempée dans du lait  
2 œufs, 3 verres à liqueur de muscat  
un beurre manié composé de 100 g de beurre, 60 g de farine et une cuillère d'ail haché et romarin mélangés  
30 cl de vin blanc sec  
20 cl de bouillon, du poivre en grains broyé au mortier  
de l'huile d'olive vierge, du sel

Videz le cochonnet. Passez au hachoir le foie et le lard. Mettez ce haché dans une terrine et ajoutez les champignons préalablement trempés durant 15 minutes dans de l'eau afin de les ramollir, et ensuite essuyés ; ajoutez aussi le basilic et la sauge, la mie de pain pressée en petites boulettes très fermes, 10 cl d'huile, les œufs battus avec le muscat, du poivre et du sel, et mélangez le tout.

Badigeonnez les parois intérieures du cochonnet avec le beurre manié. Remplissez-le avec la farce. Ficelez-le et sau-

poudrez de sel et de poivre. Embrochez-le et cuisez à feu très vif pendant environ 3 heures (pour un cochon d'environ 10 kg) en l'arrosant de temps à autre avec le jus de la cuisson.

Lorsque le cochonnet est cuit, dégraissez aux trois quarts le jus de cuisson, ajoutez-y le vin et le bouillon, faites réduire le tout des deux tiers et versez cette sauce à part.

Ficelez bien le tout. Mettez dans un plat où vous aurez fait précédemment chauffer de l'huile d'olive. Saupoudrez d'origan et ajoutez la carotte coupée en dés, l'oignon émincé, l'ail écrasé et la feuille de laurier. Faites dorer la viande sur toutes ses faces, à feu moyen, arrosez-la avec la moitié du bouillon, puis couvrez le plat d'une feuille de papier sulfurisé.

Laissez cuire pendant 1 heure 30 en arrosant souvent la viande avec le jus de cuisson, en rajoutant au besoin un peu de bouillon. Mettez le roulé cuit sur une planche à découper. Versez le vin dans le plat et faites réduire de moitié à feu moyen.

Disposez le roulé découpé en tranches sur un plat de service. Arrosez avec la sauce et servez immédiatement.

Chez Angelo Cannada, le riche gentleman-farmer de Mazzanno, on n'avait pas l'habitude d'aller chercher ailleurs ce que l'on produisait à ferme. Les jours de fête, on tuait le cochon, on faisait un grand marché dans le potager de la propriété et l'on sortait les bonnes bouteilles de la cave familiale. Il suffisait, pour varier les plaisirs, d'accommoder les légumes cueillis en puisant dans le répertoire des recettes paysannes transmises de mère en fille. La maîtresse de maison ne manquait pas de ressources : elle cuisinait avec autant de zèle le lard mêlé de tomates, de basilic et de ricotta qui accompagne les vermicelles alla Rusticana que les rigaloni aux choux-fleurs ou les fettucine aux courgettes frites. Mais ce que le Supérieur du couvent préférait par-dessus tout, c'étaient les irremplaçables macaronis aux brocolis, ces petits choux-fleurs aux pointes vertes qui sont comme le porte-drapeau de la Sicile. Pour honorer son hôte, Angelo Cannada bousculait même ses habitudes de vieux Sicilien : il ajoutait sur la table les antipasti et le formaggio.



# Cuisseau de sanglier à la braise

Petits-pois et fèves à la crème  
Salade d'oranges aux fleurs de jasmin



# L'actu de l'ACU

Prochains rendez-vous de  
l'Atelier Culinaire

**SAMEDI 27 SEPTEMBRE 2008**  
chez Jacqueline à St Jean Cap Ferrat  
à partir de 14 heures

Plat à emporter :

Conserves de légumes  
Vins de citrons, d'oranges, de figues

Plat consommé sur place le soir :

Brochettes diverses

Intermède culturel :

Textes (d'auteur et/ ou personnel)  
sur la conserve

Pour s'inscrire, veuillez téléphoner au 04 93 82 31 25 - Merci.

Crédits photos pour ce numéro : Franck Berthoux, Marie Léonard

## ORIGINE DES RECETTES

Page 4 : *Les cuisses de grenouilles*,  
recette surréaliste trouvée sur  
l'Internet.

Page 5 : *Olives confites du bout  
du monde*, par N. Haïm,  
Peintres aux fourneaux, 1985.

*La soupe au caillou*, idem.

Page 6 : *Tous cignes et poons*,  
Traité de cuisine, 1306.

*Arboulastre en tarte faite en la  
paille*, Recettes d'un bourgeois  
de Paris, 1393.

Page 7 : *Pag wadjawessi / 6  
pâtes de gibier*, Recettes in-  
diennes et survies en forêt, 1972

*La Brouchtoucaille*, Raymond  
Queneau, Saint Glinglin

Page 8 : *Miskodissimin / Fèves au  
four*, idem

Page 9 : *Porchetta farcie*, La  
Mafia se met à table, 1986.

La suite des recettes dans la  
**Lettre n°5**

