LA CUISINE DU QUOTIDIEN · SÉRIE 6 · MAISON BEAULIEU

EXTRAIT OFFERT · TABLE DES MATIÈRES & 5 RECETTES

100 poulets asiatiques

Découvrez l'architecture complète de l'ouvrage ainsi que cinq recettes intégrales prêtes à cuisiner.

Retrouvez l'édition complète (Ebook, Broché & Relié Collector) sur **https://adrienbeaulieu.com/books/100-poulets-asiatiques**

I. Table des Matières de l’Ouvrage

La Collection "Une Encyclopédie Culinaire Française"

1. Notre Vision
2. Une Structure Éditoriale Cohérente

L'Aviculture Gastronomique Française : Analyse Structurelle, Historique et Technique d'une Exception Culturelle

1. Introduction : Le Gallinacé comme Vecteur d'Identité Nationale
2. I. L'Ingénierie de l'Élevage : Races Autochtones et Architecture des Labels
3. A. La Biodiversité Avicole : Un Patrimoine Génétique Régional
4. B. Le Label Rouge : La Codification de la « Qualité Supérieure »
5. C. L'Excellence Géographique : AOP et IGP
6. II. Sociologie et Histoire : Le Poulet comme Récit National
7. A. La Dimension Politique : Du "Bon Roi" à la République
8. B. Le Rituel Social : Le Poulet Rôti Dominical
9. III. Techniques Culinaires et Répertoire Classique
10. A. Les Modes de Cuisson Fondamentaux
11. B. L'Architecture des Sauces
12. C. Les Grandes Garnitures du Répertoire Escoffier
13. IV. Recettes Emblématiques et Identités Régionales
14. A. La Poularde Demi-Deuil : L'Héritage des Mères Lyonnaises
15. B. Le Coq au Vin : La Sublimation par le Vin
16. C. Le Poulet Vallée d'Auge : L'Identité Normande
17. D. Le Poulet Basquaise : Le Soleil du Sud-Ouest
18. E. Le Poulet Célestine : L'Histoire Romantique
19. F. Le Poulet Gaston Gérard : L'Ambassadeur Bourguignon
20. Conclusion

Introduction

1. Organisation du Livre
2. Équipement Essentiel
3. Notes d'Ingrédients

1 POULETS CHINOIS TRADITIONNELS

1. Poulet général tso croustillant à la sauce aigre-douce
2. Poulet kung pao aux cacahuètes et piments séchés
3. Poulet au citron cantonais laqué au miel
4. Poulet aux noix de cajou et légumes croquants
5. Poulet sweet and sour aux ananas frais
6. Poulet orange beef style revisité
7. Poulet aux champignons noirs et bambou
8. Poulet ma po au tofu soyeux épicé
9. Poulet aux cinq épices et sauce hoisin
10. Poulet dim sum vapeur aux crevettes
11. Poulet chow mein aux nouilles sautées
12. Poulet pékinois aux crêpes mandarin
13. Poulet char siu laqué au miel et soja
14. Poulet hot pot sichuanais épicé
15. Poulet riz cantonais aux petits légumes

2 POULETS THAÏLANDAIS PARFUMÉS

1. Poulet pad thaï aux nouilles de riz
2. Poulet curry vert au lait de coco
3. Poulet curry rouge aux aubergines thaï
4. Poulet curry jaune doux aux pommes de terre
5. Poulet tom kha gai au galanga
6. Poulet larb épicé à la menthe fraîche
7. Poulet som tam aux haricots verts
8. Poulet satay aux cacahuètes grillées
9. Poulet massaman curry aux cacahuètes
10. Poulet panang curry onctueux
11. Poulet pad see ew aux nouilles larges
12. Poulet tom yum épicé et acidulé
13. Poulet mango sticky rice sucré-salé
14. Poulet basil thaï croustillant
15. Poulet papaya salad revisité

3 POULETS JAPONAIS RAFFINÉS

1. Poulet teriyaki classique au mirin
2. Poulet yakitori grillé au tare
3. Poulet katsu pané croustillant
4. Poulet ramen miso richement parfumé
5. Poulet oyakodon aux œufs battus
6. Poulet karaage frit japonais
7. Poulet tonkatsu sauce bull-dog
8. Poulet chirashi bowl complet
9. Poulet miso glazed au koji
10. Poulet teppanyaki aux légumes
11. Poulet onigiri farci au riz
12. Poulet bento traditionnel varié
13. Poulet gyoza poêlé croustillant
14. Poulet udon soup réconfortant
15. Poulet donburi rice bowl authentique

4 POULETS CORÉENS ÉPICÉS

1. Poulet bulgogi mariné au soja
2. Poulet kimchi fermenté épicé
3. Poulet bibimbap aux légumes marinés
4. Poulet gochujang laqué au piment
5. Poulet korean fried chicken croustillant
6. Poulet galbi tang en bouillon
7. Poulet banchan aux accompagnements variés
8. Poulet japchae aux nouilles de patate douce
9. Poulet ssam lettuce wraps
10. Poulet dakgalbi grillé épicé
11. Poulet mandoo dumplings vapeur
12. Poulet naengmyeon cold noodles
13. Poulet hotteok pancake farci
14. Poulet soondae sausage traditionnelle
15. Poulet hoddeok sweet pancake

5 POULETS VIETNAMIENS FRAIS

1. Poulet pho bo aromatique traditionnel
2. Poulet banh mi sandwich croustillant
3. Poulet spring rolls frais aux herbes
4. Poulet bun bo hue épicé parfumé
5. Poulet com tam riz brisé grillé
6. Poulet nuoc mam caramel intense
7. Poulet lemongrass citronnelle fraîche
8. Poulet vietnamese salad aux herbes
9. Poulet canh chua aigre-doux
10. Poulet banh xeo crêpe dorée
11. Poulet goi cuon summer rolls
12. Poulet bun thit nuong grillé
13. Poulet che dessert sucré
14. Poulet cao lau noodles hoi an
15. Poulet mi quang turmeric noodles

6 POULETS INDIENS ÉPICÉS

1. Poulet tandoori yogourt mariné
2. Poulet butter chicken onctueux
3. Poulet tikka masala crémeux
4. Poulet biryani riz parfumé
5. Poulet curry madras épicé
6. Poulet vindaloo goan acidulé
7. Poulet korma aux amandes douces
8. Poulet jalfrezi aux légumes
9. Poulet saag épinards crémeux
10. Poulet dal lentilles parfumées
11. Poulet naan bread indien
12. Poulet chutney accompaniments variés
13. Poulet lassi yogurt drink
14. Poulet raita cucumber cooling
15. Poulet masala chai spiced tea

7 POULETS FUSION ASIATIQUE MODERNE

1. Poulet ramen burger fusion créatif
2. Poulet sushi bowl déstructuré
3. Poulet miso butternut squash automnal
4. Poulet korean tacos street food
5. Poulet bao buns moelleux farcis
6. Poulet poke bowl hawaiien-asiatique
7. Poulet asian lettuce wraps light
8. Poulet bubble tea inspired dessert
9. Poulet matcha green tea infusé
10. Poulet mochi ice cream dessert fusion

II. Cinq Recettes Complètes Extraites de l’Ouvrage

RECETTE 1 SUR 5 · EXTRAIT DE L’OUVRAGE

Une Structure Éditoriale Cohérente

La collection "Une Encyclopédie Culinaire Française" est organisée en quatre grandes catégories complémentaires qui, ensemble, offrent une cartographie complète de notre patrimoine culinaire :

Un Ouvrage Accessible à Tous

Malgré son caractère encyclopédique et l'exhaustivité de son approche, cette collection a été conçue pour être accessible et pratique :

Une Collection en Évolution

La collection "Une Encyclopédie Culinaire Française" est un projet vivant, conçu pour s'enrichir au fil du temps. De nouveaux volumes viendront compléter les premiers, explorant d'autres facettes de notre patrimoine culinaire. Nous invitons d'ailleurs nos lecteurs à contribuer à cette œuvre collective en partageant leurs recettes familiales, leurs découvertes régionales ou leurs réinterprétations créatives.

Car c'est bien là l'essence de ce projet : créer une œuvre collaborative qui, tout en s’inspirant et finalement préservant le passé, participe activement à la vitalité présente et future d’un patrimoine gastronomique élargi. Nous ne sommes pas simples archivistes d'une tradition figée, mais bien des créateurs, acteurs d'une transmission vivante et créative.

RECETTE 2 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

Introduction : Le Gallinacé comme Vecteur d'Identité Nationale

Dans le paysage culinaire mondial, la France occupe une position singulière où le poulet ne se définit pas simplement comme une source de protéines standardisée, mais comme le pivot d'un système complexe mêlant agronomie de terroir, histoire politique et haute technicité saucière. Contrairement aux modèles anglo-saxons souvent axés sur l'efficience industrielle, le modèle français, tel qu'il ressort de l'analyse des cahiers des charges et des traditions régionales, privilégie une segmentation qualitative extrême. Cette approche transforme le gallinacé en un marqueur culturel, oscillant entre le plat de subsistance paysanne — la poule au pot — et le summum du raffinement bourgeois — la poularde demi-deuil.

Ce rapport se propose d'examiner de manière exhaustive les strates qui composent l'univers du poulet en cuisine française. L'analyse débutera par une étude agronomique des races patrimoniales et des signes officiels de qualité (AOP, IGP, Label Rouge), véritables outils de protection du goût. Elle se poursuivra par une exploration sociologique et historique, démontrant comment la consommation de volaille a servi de baromètre politique, d'Henri IV à la République moderne. Enfin, nous détaillerons l'ingénierie culinaire française, disséquant les techniques de cuisson, les sauces mères et les garnitures codifiées par Auguste Escoffier, qui constituent la grammaire fondamentale de cette cuisine.

RECETTE 3 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

I. L'Ingénierie de l'Élevage : Races Autochtones et Architecture des Labels

La spécificité française réside dans la préservation d'une biodiversité avicole liée à des terroirs précis, encadrée par des signes officiels de qualité (SIQO) qui ne sont pas de simples arguments marketing, mais des garanties légales de méthode de production.

RECETTE 4 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

A. La Biodiversité Avicole : Un Patrimoine Génétique Régional

La France maintient un catalogue de races anciennes dont les caractéristiques phénotypiques et organoleptiques déterminent des usages culinaires spécifiques. Ces races ne sont pas interchangeables ; elles répondent à des climats et des traditions locales distincts.

Les Races de Grand Format et de Chair

L'analyse des ressources génétiques révèle des races majeures adaptées à la production de viande de haute qualité :

Les Races Régionales et Naines

Le patrimoine inclut également des races plus localisées ou ornementales qui participent à la diversité biologique :

RECETTE 5 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

B. Le Label Rouge : La Codification de la « Qualité Supérieure »

Créé dans les années 1960 en réaction à l'industrialisation de l'agriculture, le Label Rouge est le socle de la volaille fermière française. Il garantit organoleptiquement une qualité supérieure au standard.

Les Piliers du Cahier des Charges

L'analyse des textes réglementaires met en évidence quatre critères fondamentaux qui distinguent structurellement ces volailles :

Poursuivre la lecture & cuisiner l’intégralité du volume

Toutes les recettes et formules complètes de « 100 poulets asiatiques » sont disponibles sur **https://adrienbeaulieu.com/books/100-poulets-asiatiques**.