LA CUISINE DU QUOTIDIEN · SÉRIE 6 · MAISON BEAULIEU

EXTRAIT OFFERT · TABLE DES MATIÈRES & 5 RECETTES

100 poulets du Moyen-Orient

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-du-moyen-orient**

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. Les Secrets de la Volaille
2. Votre Atelier d'Épices : L'âme du Moyen-Orient
3. Équipement de Base
4. Un Mot sur la Convivialité

1 Poulets aux Épices Orientales

1. Poulet au zaatar libanais et sumac
2. Poulet aux sept épices baharat
3. Poulet au dukkah égyptien
4. Poulet au ras el hanout marocain
5. Poulet au berbéré éthiopien
6. Poulet au curry persan
7. Poulet au curcuma et gingembre
8. Poulet à la cannelle et cardamome
9. Poulet au piment d'alep syrien
10. Poulet aux graines de coriandre
11. Poulet au paprika fumé oriental
12. Poulet au fenugrec yéménite
13. Poulet à la nigelle iranienne
14. Poulet au mahlab damascène
15. Poulet aux épices hawayej

2 Poulets Sucrés-Salés

1. Poulet aux abricots secs et amandes
2. Poulet aux dattes et noix
3. Poulet au miel et pistaches
4. Poulet aux pruneaux et cannelle
5. Poulet aux figues fraîches
6. Poulet aux raisins de corinthe
7. Poulet aux grenades et noix
8. Poulet aux oranges confites
9. Poulet aux coings persans
10. Poulet aux cerises aigres
11. Poulet à la mélasse de grenade
12. Poulet au sirop de rose
13. Poulet aux poires et miel
14. Poulet aux châtaignes orientales
15. Poulet aux kakis et épices

3 Ragoûts et Tajines

1. Tajine de poulet aux olives et citrons confits
2. Khorak-e fesenjan aux noix et grenade
3. Poulet à la djej meshwi libanaise
4. Mousakhan palestinien au sumac
5. Poulet au freekeh syrien
6. Dajaj machboos du golfe
7. Poulet au riz persan polo
8. Qorma afghane au yaourt
9. Poulet maqluba renversé
10. Doro wat éthiopien
11. Poulet au boulgour libanais
12. Shorba de poulet égyptienne
13. Poulet aux lentilles mujaddara
14. Mansaf jordanien simplifié
15. Poulet biryani persan

4 Grillades et Kebabs

1. Shish taouk libanais mariné
2. Poulet tikka indien-persan
3. Joojeh kebab iranien
4. Poulet shawarma maison
5. Kofta de poulet aux herbes
6. Poulet tandoori du moyen-orient
7. Brochettes de poulet adana
8. Poulet afghani grillé
9. Seekh kebab de poulet
10. Poulet harissa tunisien
11. Brochettes de poulet yéménites
12. Poulet mechoui marocain
13. Poulet al faham émirati
14. Djej mishwi palestinien
15. Poulet sumac grillé

5 Poulets aux Herbes et Légumes

1. Poulet au persil et coriandre
2. Poulet aux épinards et feta
3. Poulet aux artichauts libanais
4. Poulet aux courgettes farcies
5. Poulet aux aubergines moussaka
6. Poulet au chou-fleur rôti
7. Poulet aux fèves fraîches
8. Poulet aux okras bamya
9. Poulet aux betteraves persanes
10. Poulet aux pois chiches hummus
11. Poulet aux blettes et citron
12. Poulet aux champignons orientaux
13. Poulet aux tomates cerises confites
14. Poulet aux poivrons colorés
15. Poulet aux oignons caramélisés

6 Riz et Céréales Orientales

1. Riz au poulet kabsa saoudien
2. Poulet au riz safrané persan
3. Mujaddara au poulet et lentilles
4. Poulet au boulgour pilaf
5. Riz au poulet ouzi syrien
6. Poulet au quinoa oriental
7. Orge perlé au poulet libanais
8. Poulet au riz aux vermicelles
9. Freekeh au poulet fumé
10. Poulet au riz noir iranien
11. Couscous au poulet marocain
12. Poulet au riz basmati épicé
13. Semoule au poulet tunisienne
14. Poulet au riz jasmin parfumé
15. Épeautre au poulet moyen-oriental

7 Street Food et Spécialités

1. Fatayer au poulet libanais
2. Sambousek au poulet syrien
3. Börek au poulet turc
4. Kibbeh au poulet frit
5. Manakish au poulet zaatar
6. Arayes au poulet grillé
7. Quesadillas orientales au poulet
8. Wraps au poulet sumac
9. Pizza orientale au poulet
10. Poulet en croûte de sésame

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 du Moyen-Orient » sont disponibles sur **https://adrienbeaulieu.com/books/100-poulets-du-moyen-orient**.