LA CUISINE BEAULIEU (SÉRIE 13) · MAISON BEAULIEU

EXTRAIT OFFERT · TABLE DES MATIÈRES & 5 RECETTES

Tome VI — Abats I

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/beaulieu-tome6**

I. Table des Matières de l'Ouvrage

Chapitre 1 — entrées d'abats

1. abats — généralités et principes de préparation
2. abatis à la bourgignonne
3. abatis chipolatas
4. abatis giblets (tourte anglaise)
5. abatis aux légumes nouveaux
6. amourettes

Chapitre 2 — boudins de volaille

1. boudins de volaille — mode de préparation
2. boudins de volaille corigneau
3. boudins de volaille écossaise
4. boudins de volaille écarlate
5. boudins de volaille estragon
6. boudins de volaille morland
7. boudins de volaille richelieu
8. boudins de volaille soubise
9. boudins de volaille uzès

Chapitre 3 — cervelles

1. cervelles au beurre noir ou beurre noisette
2. cervelles bourgignonne
3. cervelles en coquilles gratin
4. cervelles parisienne
5. cervelles cromesquis à la française
6. cervelles cromesquis à la polonaise
7. cervelles cromesquis à la russe
8. cervelles en croquettes
9. cervelles sur croûtes
10. cervelles en fritôt
11. cervelles financière
12. cervelles à l'italienne
13. cervelles en matelote
14. cervelles en mazagran
15. cervelles montrouge
16. cervelles en mousseline
17. cervelles poulette
18. cervelles ravigote
19. cervelles en soufflé
20. cervelles subrics
21. cervelles — timbale écossaise
22. cervelles — timbale napolitaine
23. cervelles — timbale villeneuve
24. cervelles villeroy

Chapitre 4 — foie

1. foie à l'anglaise
2. foie bercy
3. foie bordelaise
4. foie bourgeoise
5. foie en brochette
6. foie espagnole
7. foie aux fines herbes
8. foie frit
9. foie à l'italienne
10. foie lyonnaise
11. foie provençale
12. foie en quenelles à l'alsacienne
13. foie en quenelles à la viennoise
14. foie aux raisins
15. foie en soufflé
16. foie sous la cendre

Chapitre 5 — fraise

1. fraise de veau frite
2. fraise de veau lyonnaise
3. fraise de veau poulette
4. fraise de veau ravigote
5. fraise de veau vinaigrette

Chapitre 6 — mou

1. mou en civet
2. mou cantinière
3. mou tripière

Chapitre 7 — oreilles

1. oreilles de veau et de porc — généralités
2. oreilles de veau farcies
3. oreilles de veau frites
4. oreilles de veau froides
5. oreilles de veau grillées
6. oreilles de veau italienne
7. oreilles de porc au naturel
8. oreilles de porc rouennaise
9. oreilles de porc sainte-menehould
10. oreilles de veau tortue
11. oreilles de veau toulousaine

Chapitre 8 — palais de boeuf

1. palais de boeuf attereaux
2. palais de boeuf dunoise
3. palais de boeuf cromesquis et croquettes
4. palais de boeuf gratin
5. palais de boeuf italienne
6. palais de boeuf en paupiettes
7. palais de boeuf poulette
8. palais de boeuf paysanne

Chapitre 9 — pieds

1. pieds de veau, de mouton et de porc — généralités
2. pieds en blanquette
3. pieds de veau custine
4. pieds frits
5. pieds en fritôt
6. pieds grillés
7. pieds poulette
8. pieds rouennaise
9. pieds sainte-menehould
10. pieds tortue
11. pieds truffés
12. pieds tyrolienne
13. pieds vinaigrette

Chapitre 10 — queue de boeuf

1. queue de boeuf vinaigrette
2. queue de boeuf auvergnate
3. queue de boeuf cavour
4. queue de boeuf charolaise
5. queue de boeuf chipolata
6. queue de boeuf en daube
7. queue de boeuf farcie
8. queue de boeuf grillée
9. queue de boeuf hochepot
10. queue de boeuf nohant
11. queue de boeuf paysanne
12. rognons américaine
13. rognons bercy
14. rognons berrichonne
15. rognons bonne-femme
16. rognons bordelaise
17. rognons en brochette
18. rognons en brochettes composées
19. rognons bouchère
20. rognons carvalho
21. rognons en casserole
22. rognons aux champignons
23. rognons chasseur
24. rognons chipolata
25. rognons chateaubriand
26. rognons au curry
27. rognons grillés
28. rognons henri iv
29. rognons japonaise
30. rognons liégeoise
31. rognons louis xiv
32. rognons madère
33. rognons marchand de vin
34. rognons montpensier
35. rognons petit-duc
36. rognons portugaise
37. rognons présidentielle
38. rognons au rizotto
39. rognons robert
40. rognons saint-lazare
41. rognons turbigo
42. rognons tyrolienne
43. rognons vert-pré
44. crépinette de porc — formule de base
45. crépinettes cendrillon
46. crépinettes liégeoise
47. saucisses anglaises de cambridge
48. saucisses aux choux
49. saucisses de francfort ou strasbourg
50. saucisses à la marmelade
51. saucisses au rizotto
52. têtes au vin blanc
53. tête de veau
54. tête de veau à l'anglaise
55. tête de veau froide
56. tête de porc — fromage de tête
57. gras double
58. tripes à la mode de caen
59. tripous ou paupiettes de tripes

Chapitre 11 — entrées volantes de boucherie — beefsteaks, entrecôtes

1. beefsteak américaine
2. beefsteak béarnaise
3. beefsteak bercy
4. beefsteak bordelaise
5. beefsteak cécilia
6. beefsteak champignons
7. beefsteak cheval
8. beefsteak forestière
9. beefsteak hamburg ou bismarck
10. beefsteak hongroise
11. beefsteak hôtelière
12. beefsteak lyonnaise
13. beefsteak marchand de vins
14. beefsteak marseillaise
15. beefsteak mexicaine
16. beefsteak mirabeau
17. beefsteak tyrolienne
18. beefsteak vert-pré

Chapitre 12 — bitoks, fricadelles, keftédès

1. bitoks à la russe
2. fricadelles à la viande crue
3. fricadelles à la viande cuite
4. keftédès

Chapitre 13 — côtes, côtelettes, chops — agneau et mouton

1. côtelettes d'agneau et mouton — généralités
2. côtelettes d'agneau belle-vue
3. côtelettes d'agneau bergère
4. côtelettes d'agneau bouchère
5. côtelettes d'agneau bretonne
6. côtelettes d'agneau buloz
7. côtelettes d'agneau carignan
8. côtelettes d'agneau charleroi
9. côtelettes d'agneau champvalon
10. côtelettes d'agneau châtillon
11. côtelettes d'agneau chaud-froid
12. côtelettes d'agneau choiseul
13. côtelettes d'agneau cyrano
14. côtelettes d'agneau financière
15. côtelettes d'agneau henriot
16. côtelettes d'agneau italienne
17. côtelettes d'agneau laura
18. côtelettes d'agneau maintenon
19. côtelettes d'agneau maison (mahnaison)
20. côtelettes d'agneau maréchale
21. côtelettes d'agneau marie-louise
22. côtelettes d'agneau minute
23. côtelettes d'agneau mirecourt
24. côtelettes d'agneau montglas
25. côtelettes d'agneau morlànd
26. côtelettes d'agneau mousquetaire
27. côtelettes d'agneau murillo
28. côtelettes d'agneau navarraise
29. côtelettes d'agneau nelson
30. côtelettes d'agneau orsay
31. côtelettes d'agneau parisienne
32. côtelettes d'agneau pompadour
33. côtelettes d'agneau provençale
34. côtelettes d'agneau réforme
35. côtelettes d'agneau sévigné
36. côtelettes d'agneau suédoise
37. côtelettes d'agneau valois
38. côtelettes d'agneau villeroy

Chapitre 14 — côtes de porc

1. côtes de porc — généralités
2. côtes de porc charcutière
3. côtes de porc flamande
4. côtes de porc grand'mère
5. côtes de porc grillées
6. côtes de porc milanaise

Chapitre 15 — côtes de veau

1. côtes de veau basilic
2. côtes de veau belle-vue
3. côtes de veau bonne-femme
4. côtes de veau casserole
5. côtes de veau cocotte
6. côtes de veau cocotte paysanne
7. côtes de veau cocotte paysanne aux nouilles
8. côtes de veau dreux
9. côtes de veau fermière
10. côtes de veau financière
11. côtes de veau fines herbes
12. côtes de veau au jus
13. côtes de veau maintenon
14. côtes de veau maraîchère
15. côtes de veau maréchale
16. côtes de veau marigny
17. côtes de veau milanaise
18. côtes de veau montholon
19. côtes de veau napolitaine
20. côtes de veau orléanaise
21. côtes de veau orloff
22. côtes de veau en papillote
23. côtes de veau périgoudine
24. côtes de veau pojarski
25. côtes de veau printanière
26. côtes de veau provençale
27. côtes de veau rubens (froid)
28. côtes de veau talleyrand
29. côtes de veau aux truffes
30. côtes de veau véronaise
31. côtes de veau vert-pré
32. côtes de veau vichy
33. côtes de veau viennoise
34. côtes de veau zingara

Chapitre 16 — escalopes, grenadins et médaillons de veau

1. escalopes de veau — généralités
2. escalopes de veau anglaise
3. escalopes de veau champignons
4. escalopes de veau à la crème
5. escalopes de veau fritti quanti
6. grenadins de veau
7. escalopes de veau holstein
8. escalopes de veau milanaise
9. escalopes de veau au paprika
10. escalopes de veau viennoise
11. escalopes de veau yorkshire
12. escalopes de veau zingara

Chapitre 17 — noisettes, tournedos et filets mignons

1. noisettes, tournedos et filets mignons — les petites pièces de boucherie
2. alexandra (noisettes et tournedos)
3. alsacienne (noisettes et tournedos)
4. ambassade (noisettes et tournedos)
5. ambassadrice (noisettes et tournedos)
6. andalouse (noisettes et tournedos)
7. arenberg (d') (noisettes et tournedos)
8. arlésienne (noisettes et tournedos)
9. armenonville (noisettes et tournedos)
10. baltimore (noisettes et tournedos)
11. banquière (noisettes et tournedos)
12. baron brisse (noisettes et tournedos)
13. béarnaise (noisettes et tournedos)
14. béatrice (noisettes et tournedos)
15. beaugency (noisettes et tournedos)
16. beauharnais (noisettes et tournedos)
17. belle-hélène (noisettes et tournedos)
18. benjamin (noisettes et tournedos)
19. bercy (noisettes et tournedos)
20. berny (noisettes et tournedos)
21. blanchette (noisettes et tournedos)
22. bohémienne (noisettes et tournedos)
23. bordelaise (noisettes et tournedos)
24. bouquetière (noisettes et tournedos)
25. brabançonne (noisettes et tournedos)
26. brébant (noisettes et tournedos)
27. bréhan (noisettes et tournedos)
28. bristol (noisettes et tournedos)
29. byzantine (noisettes et tournedos)
30. carignan (noisettes et tournedos)
31. castillane (noisettes et tournedos)
32. catalane (noisettes et tournedos)
33. catherine (noisettes et tournedos)
34. cendrillon (noisettes et tournedos)
35. champignons (noisettes et tournedos)
36. chantecler (noisettes et tournedos)
37. chartres (noisettes et tournedos)
38. chasseur (noisettes et tournedos)

39. châtelaine (noisettes et tournedos)
40. chevreuil (en) — noisettes et tournedos
41. chevreuse (noisettes et tournedos)
42. choisy (noisettes et tournedos)
43. choron (noisettes et tournedos)
44. clamart (noisettes et tournedos)
45. claude (noisettes et tournedos)
46. clermont (noisettes et tournedos)
47. cocarde (noisettes et tournedos)
48. colbert (noisettes et tournedos)
49. coligny (noisettes et tournedos)
50. continental (noisettes et tournedos)
51. crécy (noisettes et tournedos)
52. cushy (noisettes et tournedos)
53. dauphine (noisettes et tournedos)
54. deslignac (noisettes et tournedos)
55. dubarry (noisettes et tournedos)
56. duchesse (noisettes et tournedos)
57. duglèré (noisettes et tournedos)
58. duroc (noisettes et tournedos)
59. edesse (noisettes et tournedos)
60. falgate (noisettes et tournedos)
61. favorite (noisettes et tournedos)
62. fermière (noisettes et tournedos)
63. fleuriste (noisettes et tournedos)
64. florentine (noisettes et tournedos)
65. forestière (noisettes et tournedos)
66. freddy (noisettes et tournedos)
67. gabrielle (noisettes et tournedos)
68. givry (noisettes et tournedos)
69. gourmets (noisettes et tournedos)
70. grand-duc (noisettes et tournedos)
71. grand-veneur (noisettes et tournedos)
72. heldor (noisettes et tournedos)
73. henri iv (noisettes et tournedos)
74. ismaïl bayeldi (noisettes et tournedos)
75. italienne (noisettes et tournedos)
76. japonaise (noisettes et tournedos)
77. jetée-promenade (noisettes et tournedos)
78. jeune-france (noisettes et tournedos)
79. judic (noisettes et tournedos)
80. lakmé (noisettes et tournedos)
81. langtry (noisettes et tournedos)
82. lesdiguières (noisettes et tournedos)
83. lili (noisettes et tournedos)
84. lorette (noisettes et tournedos)
85. luermoise (noisettes et tournedos)
86. lucullus (noisettes et tournedos)
87. lyonnaise (noisettes et tournedos)
88. mac-mahon (noisettes et tournedos)
89. madeleine (noisettes et tournedos)
90. majordome (noisettes et tournedos)
91. maréchale (noisettes et tournedos)
92. marie-louise (noisettes et tournedos)
93. marie-thérèse (noisettes et tournedos)
94. marigny (noisettes et tournedos)
95. marion-deloreme (noisettes et tournedos)
96. marly (noisettes et tournedos)
97. mascotte (noisettes et tournedos)
98. masséna (noisettes et tournedos)
99. massenet (noisettes et tournedos)
100. médicis (noisettes et tournedos)
101. melba (noisettes et tournedos)
102. ménagère (noisettes et tournedos)
103. mercédès (noisettes et tournedos)
104. métropole (noisettes et tournedos)
105. mignon (filet mignon)
106. mirabeau (noisettes et tournedos)
107. mirabel (noisettes et tournedos)
108. mirabelle (noisettes et tournedos)
109. mistral (noisettes et tournedos)
110. monaco (noisettes et tournedos)
111. monégasque (noisettes et tournedos)
112. montfort (noisettes et tournedos)
113. montpensier (noisettes et tournedos)
114. montrouge (noisettes et tournedos)
115. moulin-rouge (noisettes et tournedos)
116. murat (noisettes et tournedos)
117. nantua (noisettes et tournedos)
118. nivernaise (noisettes et tournedos)
119. noailles (noisettes et tournedos)
120. normandy (noisettes et tournedos)

121. opéra (noisettes et tournedos)
122. orientale (noisettes et tournedos)
123. orléanaise (noisettes et tournedos)
124. orly (noisettes et tournedos)
125. orsay (noisettes et tournedos)
126. othello (noisettes et tournedos)
127. palermitaine (noisettes et tournedos)
128. parisienne (noisettes et tournedos)
129. parmentier (noisettes et tournedos)
130. paysanne (noisettes et tournedos)
131. périgord (noisettes et tournedos)
132. périgourdine (noisettes et tournedos)
133. piémontaise (noisettes et tournedos)
134. pojarski (noisettes et tournedos)
135. pompadour (noisettes et tournedos)
136. pont-neuf (noisettes et tournedos)
137. portugaise (noisettes et tournedos)
138. princesse (noisettes et tournedos)
139. printanière (noisettes et tournedos)
140. provençale (noisettes et tournedos)
141. rachel (noisettes et tournedos)
142. rabelais (noisettes et tournedos)
143. régence (noisettes et tournedos)
144. renaissance (noisettes et tournedos)
145. richelieu (noisettes et tournedos)
146. rivoli (noisettes et tournedos)
147. romanoff (noisettes et tournedos)
148. rossini (noisettes et tournedos)
149. saint-germain (noisettes et tournedos)
150. saintongeaise (noisettes et tournedos)

Chapitre 18 — attereaux

1. attereaux Genevoise
2. attereaux Pahlen
3. attereaux Villeroy

II. Cinq Recettes Complètes Extraites de l’Ouvrage

RECETTE 1 SUR 5 · EXTRAIT DE L’OUVRAGE

cb1-2499. abats — généralités et principes de préparation

Catégorie: Les Abats et Petites Pièces | Difficulté: ★★☆ | Préparation: 20 min | Cuisson: variable | Pour 4 personnes

Ingrédients : Les abats rassemblent toutes les sous-pièces animales extérieures aux grandes coupes de boucherie — cervelles, foies, rognons, ris, amourettes, fraises, pieds, queues, oreilles, palais et abatis de volaille. Chaque catégorie engage une préparation préliminaire précise. Pour les pièces à dégorger (cervelles, amourettes) : eau froide courante, une heure minimum. Pour les pièces à cuire dans un blanc (pieds, fraise) : un litre d'eau, une cuillerée à soupe de farine délayée, le jus d'un demi-citron, sel et bouquet garni par kilo de pièce. Pour les abatis de volaille : 800 g à 1 kg par service de quatre personnes.

Préparation : Achetez les abats le matin même et travaillez-les dans la journée — leur fraîcheur décline plus vite que celle d'aucune autre pièce de boucherie, et aucune cuisson habile ne rattrape une matière première ancienne. Dès l'achat, identifiez la préparation préliminaire propre à chaque abat et engagez-la sans tarder : la cervelle se place immédiatement sous l'eau froide courante pour se dégorger, le foie se dénerve à cru avec la pointe d'un couteau fin, les rognons se dépouillent de leur membrane avant la poêle. Respectez ensuite la courbe de cuisson propre à chaque pièce : chaleur douce et précise pour les abats délicats comme les cervelles et les ris, saisissement court et vif à feu d'enfer pour le foie et les rognons, braisage long et patient pour les pieds et les queues gélatineuses. Traiter une cervelle comme un pied, ou un foie comme un rognon, est l'erreur fondamentale que ce chapitre commande d'éviter.

Conseil du Chef : Le meilleur test de fraîcheur pour les abats : l'odeur, franche et animale mais jamais aigrelette, et la couleur, brillante et homogène sans zones grises ou décolorées. Refusez systématiquement tout abat à l'arôme acide chez le boucher — aucune marinade et aucune sauce ne compensent une matière première compromise.

RECETTE 2 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

cb1-2500. abatis à la bourgignonne

Catégorie: Les Abats et Petites Pièces | Difficulté: ★★☆ | Préparation: 20 min | Cuisson: 55 min | Pour 4 personnes

Ingrédients : 1 kg d'abatis de volaille (cous, ailerons, gésiers et cœurs) découpés en tronçons réguliers. Pour la base : 2 oignons moyens finement hachés, 40 g de beurre, 1 cuillerée à soupe de farine. Pour le mouillement : 25 cl de vin rouge et 25 cl de consommé blanc. Pour la garniture bourgignonne : 100 g de lardons blanchis et revenus, 150 g de champignons de Paris sautés au beurre, 12 petits oignons glacés à brun. Un bouquet garni, sel, poivre du moulin.

Préparation : Faites chauffer le beurre à feu vif dans une sauteuse large et colorez vivement les tronçons d'abatis avec les oignons hachés — chaque morceau doit former une légère croûte dorée qui emprisonne les sucs. Singez d'une cuillerée rase de farine, remuez quelques secondes pour cuire la farine crue sans la brûler, puis mouillez à mi-hauteur avec le vin rouge et le consommé en proportions égales. Ajoutez le bouquet garni, couvrez et laissez mijoter à feu doux quarante à cinquante minutes selon la grosseur des pièces. En toute fin de cuisson, incorporez la garniture bourgignonne — lardons bien rissolés, champignons sautés à feu vif, petits oignons glacés — et laissez frémir ensemble cinq minutes pour unifier les saveurs. La sauce doit rester courte et nacrée, non épaisse comme un ragoût : si elle semble trop liée, détendez d'un trait de consommé chaud. Le gésier est cuit lorsqu'il cède légèrement sous la pointe d'un couteau sans se défaire.

Conseil du Chef : Ne singez pas trop généreusement — une cuillerée rase pour un kilo d'abatis suffit. L'excès de farine alourdit la sauce et lui donne une texture collante qui masque toutes les saveurs du vin. Préparez les éléments de la garniture séparément et hors de la sauteuse : lardons rissolés, champignons sautés à feu vif, petits oignons glacés conservent ainsi leurs textures propres plutôt que de ramollir dans la sauce.

RECETTE 3 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

cb1-2501. abatis chipolatas

Catégorie: Les Abats et Petites Pièces | Difficulté: ★☆☆ | Préparation: 20 min | Cuisson: 55 min | Pour 4 personnes

Ingrédients : 1 kg d'abatis de volaille (cous, ailerons, gésiers et cœurs) découpés en tronçons. Pour la base : 2 oignons hachés, 40 g de beurre, 1 cuillerée à soupe de farine. Pour le mouillement : 25 cl de vin blanc sec et 25 cl de consommé blanc. Pour la garniture : 8 chipolatas, 150 g de champignons de Paris escalopés, 12 petits oignons glacés à brun. Un bouquet garni.

Préparation : Colorez les tronçons d'abatis avec les oignons dans le beurre chaud à feu vif, en formant une croûte dorée sur chaque morceau. Singez d'une cuillerée rase de farine, cuisez quelques secondes en remuant, puis mouillez avec le vin blanc et le consommé blanc à parts égales — la sauce garde une couleur pâle et une note fraîche, moins tannique que la version au vin rouge, qui convient particulièrement aux abatis de poularde. Ajoutez le bouquet garni, couvrez et laissez mijoter quarante-cinq minutes à feu doux. Dix minutes avant la fin, poêlez les chipolatas dans un filet de beurre jusqu'à coloration dorée et peau craquante, puis sautez les champignons escalopés à feu vif dans la même poêle. Incorporez chipolatas, champignons et petits oignons glacés aux abatis, donnez un bouillon commun de cinq minutes et servez en timbale.

Conseil du Chef : Les chipolatas s'incorporent toujours en toute fin de cuisson, jamais dès le départ — leur chair fine se dessèche irrémédiablement en mijotant trop longtemps. Une cuisson séparée à la poêle leur donne une peau croustillante et un intérieur moelleux qui contrastent agréablement avec la mâche des gésiers.

RECETTE 4 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

cb1-2502. abatis giblets (tourte anglaise)

Catégorie: Les Abats et Petites Pièces | Difficulté: ★★☆ | Préparation: 30 min | Cuisson: 45 min | Pour 4 personnes

Ingrédients : 800 g d'abatis de volaille (cous, ailerons, gésiers et cœurs) taillés en tronçons. Pour la garniture : 1 gros oignon émincé, 30 g de beurre, 15 cl de consommé blanc, sel, poivre du moulin. Pour le chapeau de pâte : 250 g de pâte feuilletée, 1 jaune d'œuf pour la dorure.

Préparation : Faites revenir les tronçons d'abatis dans le beurre chaud à feu vif pour les colorer sur toutes les faces sans les cuire entièrement — deux à trois minutes suffisent. Versez dans un plat creux allant au four, ajoutez l'oignon émincé tombé au beurre, les sucs de cuisson et le consommé blanc. Assaisonnez. La garniture doit être liée mais non noyée — un fond trop liquide détrempera la pâte par le dessous. Abaissez la pâte feuilletée à quatre millimètres d'épaisseur. Soudez une bande de pâte sur le rebord humecté du plat, puis posez le disque par-dessus en le soudant fermement sur la bande de base, pincez tout autour. Dorez au jaune d'œuf, pratiquez deux petites cheminées au couteau pointu. Cuisez à 220 °C les dix premières minutes pour lever le feuilletage, puis réduisez à 180 °C et finissez vingt-cinq à trente minutes jusqu'à chapeau bien gonflé et doré.

Conseil du Chef : La double soudure de pâte sur le rebord est la clef du dôme réussi — si la jonction est fragile, la vapeur s'échappe par les côtés et le chapeau s'affaisse en cours de cuisson. Pressez la pâte fermement sur tout le pourtour et pratiquez un festonnage au pouce et à l'index pour solidariser les deux épaisseurs tout en donnant de l'élégance au bord.

RECETTE 5 SUR 5 · EXTRAIT DE L'OUVRAGE

cb1-2503. abatis aux légumes nouveaux

Catégorie: Les Abats et Petites Pièces | Difficulté: ★☆☆ | Préparation: 25 min | Cuisson: 55 min | Pour 4 personnes

Ingrédients : 1 kg d'abatis de volaille taillés en tronçons. Pour la base : 2 oignons hachés, 40 g de beurre, 1 cuillerée à soupe de farine. Pour le mouillement : 40 cl de consommé blanc uniquement. Pour les légumes : 200 g de petites carottes nouvelles tournées en olives, 200 g de petits navets nouveaux tournés en olives. Un bouquet garni.

Préparation : Colorez les tronçons d'abatis avec les oignons dans le beurre chaud à feu vif, en formant une belle croûte sur chaque morceau. Singez d'une cuillerée de farine, remuez quelques secondes, puis mouillez au seul consommé blanc sans vin — l'abstinence de vin est ici délibérée pour ne pas concurrencer la fraîcheur des légumes de la saison. Ajoutez le bouquet garni, couvrez et faites mijoter trente minutes à feu doux. Pendant ce temps, sautez séparément les carottes et navets tournés dans 20 g de beurre pendant cinq minutes à feu moyen pour leur donner une première coloration et amorcer leur cuisson — cette précuisson séparée garantit qu'ils resteront entiers et légèrement croquants en fin de braisage, plutôt que de se réduire en purée dans le fond. Incorporez les légumes aux abatis à mi-cuisson et finissez ensemble vingt à vingt-cinq minutes. Rectifiez l'assaisonnement en fin de cuisson en tenant compte que le consommé réduit concentre naturellement le sel.

Conseil du Chef : Ne sautez pas l'étape de précuisson des légumes dans le beurre — c'est elle qui leur conserve leur forme et leur légère résistance croquante au moment du service. Un légume nouveau ajouté cru à mi-cuisson dans un braisage s'avère trop cuit d'un côté et encore ferme de l'autre, sans jamais atteindre la bonne texture.

Poursuivre la lecture & cuisiner l'intégralité du volume

Toutes les recettes et formules complètes de « Tome VI — Abats I » sont disponibles sur **https://adrienbeaulieu.com/books/beaulieu-tome6**.